

RECURSOS DE INTERVENCIÓN PARA TRABAJAR LAS HABILIDADES SOCIALES CON ADOLESCENTES

Revisión sistemática cualitativa

ALBA GONZÁLEZ MORENO / MARÍA DEL MAR MOLERO JURADO

Resumen:

Las habilidades sociales hacen referencia a las capacidades que permiten a las personas desenvolverse en cualquier contexto mediante la expresión de opiniones o la resolución de problemas. El objetivo de este trabajo es identificar los recursos de intervención que han sido desarrollados en los últimos cinco años en estudiantes adolescentes para promover las habilidades sociales y elaborar un análisis cualitativo de los artículos científicos que publicaron esos recursos. Para ello, se realizó una búsqueda en Web of Science, Scopus y PsycINFO, en la que se seleccionó un total de 17 estudios. Los criterios de inclusión fueron el tipo de documento, la disponibilidad del texto completo, la fecha de publicación y su idioma. Los resultados indican que los programas de habilidades sociales tienen buenos resultados, ya que favorecen estas habilidades sociales y otras variables como la autoestima y el bienestar personal en adolescentes. El trabajo debate la necesidad de incluir en los contextos educativos diferentes herramientas metodológicas que permitan potenciar el desarrollo de habilidades sociales en las y los jóvenes.

Abstract:

Social skills refer to abilities that allow people to function in any context by expressing opinions or solving problems. The objectives of this study are to identify the intervention resources that have been developed in the past five years for adolescent students to promote social skills, and to prepare a qualitative analysis of the scientific articles that published these resources. A search was conducted in Web of Science, Scopus, and PsycINFO, resulting in a total of seventeen selected studies. The inclusion criteria were the type of document, the availability of a complete text, the date of publication, and the language. The results indicate that social skills programs have good results since they favor social skills and other variables such as self-esteem and personal well-being in adolescents. The study discusses the need to include various methodological tools in educational contexts to enhance the development of social skills in young people.

Palabras clave: conducta; estudiantes; adolescencia; habilidades sociales; intervención educativa; competencia comunicativa.

Keywords: behavior; students; adolescence; social skills; educational intervention; communicative competence.

Alba González Moreno: profesora de la Universidad de Almería, Departamento de Psicología. Almería, España.
CE: agm048@ual.es / <https://orcid.org/0000-0003-2254-7456> (autora para correspondencia).

María del Mar Molero Jurado: profesora de la Universidad de Almería, Departamento de Psicología. Almería, España.
CE: mmj130@ual.es / <https://orcid.org/0000-0001-9187-1474>

Introducción

Las personas se caracterizan por ser seres sociales que tienden a establecer relaciones con otros individuos, lo cual genera la necesidad de que posean una serie de habilidades sociales que ayuden a que dichas relaciones interpersonales se produzcan satisfactoriamente (Holst, Galicia, Gómez y Degante, 2017). La forma en que se desenvuelven las personas es aprendida, por lo tanto, puede ser moldeable según las influencias externas; asimismo, pueden aprender determinadas herramientas que les ayuden en sus relaciones sociales y bienestar personal (Cajas, Paredes, Pasquel y Pasquel, 2020; Cascales, Gomariz y Paco, 2020).

Algunas investigaciones relevantes dentro del estudio de este constructo indican que el término de habilidades sociales remite a un área de la psicología y hace referencia a los diversos comportamientos sociales que emplea un individuo para responder adecuadamente a las demandas del entorno interpersonal (Del Prette y Del Prette, 2001). Por otro lado, Caballo (2003) realiza una similitud entre el concepto de habilidades sociales y la definición de comportamiento socialmente hábil, ya que este último es entendido como la compleja capacidad de expresar refuerzos que son positivos o negativos y no involucrarse en aquellos comportamientos que son rechazados por los demás. Adentrándose en la taxonomía de las habilidades sociales –aunque se han realizado diferentes clasificaciones a lo largo de los años–, una de las más reconocidas y que sigue vigente en la actualidad es la establecida por Goldstein, Sprankin, Gershaw y Klein (1989), habilidades: *a*) sociales básicas, *b*) sociales avanzadas, *c*) relacionadas con los sentimientos, *d*) alternativas a la agresión, *e*) para hacer frente al estrés y *f*) de planificación.

Actualmente, las habilidades sociales son entendidas como una serie de conductas que permiten a los sujetos desarrollarse en un contexto tanto individual como interpersonal mediante la expresión de sentimientos, deseos, opiniones, derechos o actitudes de forma adecuada a la situación donde se encuentra (Almaraz, Coeto y Camacho, 2019; Fernández-Delgado, 2019). La familia y la escuela tienen la responsabilidad de fomentar y promover el desarrollo de habilidades sociales en las y los jóvenes, ya que la etapa de la adolescencia es un periodo de grandes cambios a nivel físico, cognitivo, social y emocional, que pueden derivar en diversos riesgos como la violencia o el consumo de drogas (Borrás, Reynaldo y López, 2017; Ikesako y

Miyamoto, 2015). El acceso a grupos de pertenencia como son la escuela y la familia proporciona una serie de vivencias que van a ayudar a que los adolescentes adquieran comportamientos sociales mediante la experimentación, la observación y el reforzamiento de conductas (Delgado, Escurra Atalaya, Pequeña *et al.* 2016; Horna-Clavo, Arhuis-Inca y Bazalar-Palacios, 2020). El nivel de desarrollo de habilidades sociales dependerá de diversas variables o atributos como pueden ser la edad, el sexo, la clase social o la educación, así como los propios marcos culturales donde habiten, ya que los patrones de comunicación varían entre culturas (Caldera, Reynoso, Angulo, Cadena *et al.*, 2018). Por tanto, un entorno social desfavorable y negativo puede limitar y dificultar que las y los adolescentes adquieran un repertorio adecuado de habilidades sociales (Estrada y Mamani, 2020; Vera-Bachman, 2015).

Las y los jóvenes con un bajo nivel de habilidades sociales tienden a presentar mayores conductas antisociales, ya que se percibe un déficit tanto en la consideración con los demás como de autocontrol (Caballero, De González, Lacunza, Mejail *et al.*, 2018). Además, quienes tienen un repertorio bajo de habilidades sociales a veces no son capaces de reconocer o de controlar ni sus propios sentimientos ni los de las personas con las que se relacionan, lo que puede provocar que se establezcan inconvenientes en el proceso de socialización mediante dificultades de aceptación o problemas con su entorno familiar (González y Molero, 2021). Por el contrario, las investigaciones que presentan en sus muestras adolescentes con un buen nivel de habilidades sociales revelan una alta puntuación en otras variables como la inteligencia emocional (Salavera, Usán y Teruel, 2019), la resiliencia (Sifuentes, Vega, Flores, Meneses *et al.*, 2020) o satisfacción en calidad de vida (Lemonia, Goulimaris y Georgios, 2017); y son las mujeres quienes tienden a puntuar más alto que los varones en habilidades sociales (González y Molero, 2022; Megías y Castro, 2018).

Investigaciones actuales concluyen en la necesidad de fomentar el repertorio de habilidades sociales debido a sus deficiencias en estudiantes adolescentes (Estrada y Mamani, 2018; Santana, Garcés-Delgado y Feliciano-García, 2018). Atendiendo a esta problemática es preciso llevar a cabo, dentro de los contextos escolares, diferentes recursos metodológicos que entrenen y desarrollen las habilidades sociales (López y Guaimaro,

2014). Estudios como el de Katzmann, Goertz-Dorten, Hautmann y Doepfner (2019) señalan que los programas de intervención basados en potenciar estas habilidades ayudan a disminuir de manera considerable los comportamientos agresivos en el alumnado. Haciendo referencia a otros trabajos que han llevado a cabo programas de intervención con estudiantes adolescentes se encuentra el realizado por Garaigordobil y Peña (2014) con 148 participantes de entre 13 a 16 años y cuyos resultados potenciaron un aumento de las conductas sociales positivas, la empatía, la inteligencia emocional y las estrategias cognitivas de interacción social asertivas. Al igual ocurre en el estudio realizado por Rosales, Guizado, Salvatierra, Juño *et al.* (2020), en el que analizaron un programa de desarrollo personal, centrado en las habilidades sociales de estudiantes de secundaria; participaron 636 individuos pertenecientes a instituciones educativas públicas, y los resultados fueron significativos en relación con la comunicación, toma de decisiones y asertividad. Por tanto, se estima que potenciar las habilidades sociales a partir de una serie de recursos educativos, como los programas de intervención o los talleres, contribuyen de manera positiva en la prevención y reducción de los comportamientos delictivos y antisociales (Cueva-Urra, 2021).

Objetivo

El objetivo de este trabajo de revisión sistemática es identificar y conocer los resultados obtenidos de los diferentes programas de intervención o recursos didácticos que se han llevado a cabo en los últimos años con adolescentes para fomentar las habilidades sociales dentro del ámbito educativo.

Metodología

Esta investigación se ha desarrollado conforme a las directrices proporcionadas por la declaración PRISMA 2020 para trabajos de revisión sistemática (Page, McKenzie, Bossuyt, Boutron *et al.*, 2021; Yepes-Núñez, Urrútia, Romero-García y Alonso-Fernández, 2021). Para ofrecer una mayor autenticidad y calidad en su elaboración tuvieron en cuenta una serie de pautas: precisar el tema principal; proponer la finalidad del estudio; exponer las bases de datos consultadas, los descriptores y las fórmulas de búsqueda empleadas; diseñar un diagrama de flujo donde

se pueda visualizar el proceso de selección y transmitir los resultados obtenidos finalmente (Alexander, 2020; De la Serna-Tuya, González-Calleros y Navarro, 2018).

Bases de datos y estrategia de búsqueda

La búsqueda de documentos se realizó el 7 de febrero de 2021, mediante las bases de datos Web of Science, Scopus y PsycINFO, además se llevaron a cabo otras búsquedas complementarias mediante Google Académico.

Una vez seleccionadas las bases de datos, se comprobó qué términos eran los idóneos para encontrar estudios que abordan la temática en cuestión. Así pues, se propusieron como descriptores: programa, intervención, habilidades sociales y adolescentes, que traducidas al inglés se presentan como: *program*, *intervention*, *social skills* y *adolescents*. Tras denotar las palabras clave se establecieron las fórmulas de búsqueda a partir de dichos descriptores y el operador booleano AND. La búsqueda en español se realizó atendiendo a las siguientes fórmulas de búsqueda: “programa AND habilidades sociales AND adolescentes” e “intervención AND habilidades sociales AND adolescentes”. Por otro lado, también se llevó a cabo una búsqueda en inglés debido al carácter internacional de las bases de datos consultadas, las fórmulas de empleadas en este idioma fueron las siguientes: “*program AND social skills AND adolescents*” e “*intervention AND social skills AND adolescents*”.

Teniendo en cuenta las fórmulas anteriores, se comenzó con la exploración de documentos en las bases de datos mencionadas. Atendiendo a las opciones de búsqueda integradas en cada una de dichas fuentes, cabe mencionar que se consideraron aquellas que aportaban mayores resultados. De tal manera, para Web of Science se empleó la configuración de “Todos los campos”, mientras que para Scopus, “*Article title, abstract, keyword*” y para PsycINFO, “*Document title and abstract*”. Además, se tomaron en cuenta otras herramientas de búsqueda como el tipo de documento, la disponibilidad del texto completo, la fecha de publicación o su idioma.

A partir de la tabla 1 se pueden visualizar los resultados obtenidos según la base de datos o la fórmula de búsqueda empleada, así como los resultados arrojados antes y después de utilizar dichas herramientas de búsqueda.

TABLA 1

Resultados obtenidos en cada base de datos según la fórmula de búsqueda establecida

Base de datos	Búsqueda	Idioma	Fórmula empleada	Núm. de resultados	Núm. de resultados tras aplicar filtros
Web of Science	Búsqueda 1	Español	Programa AND habilidades sociales AND adolescentes	27	3
		Inglés	<i>Program AND social skills AND adolescents</i>	5 206	868
	Búsqueda 2	Español	Intervención AND habilidades sociales AND adolescentes	27	7
		Inglés	<i>Intervention AND social skills AND adolescents</i>	6 361	1257
Scopus	Búsqueda 1	Español	Programa AND habilidades sociales AND adolescentes	1	0
		Inglés	<i>Program AND social skills AND adolescents</i>	3 643	506
	Búsqueda 2	Español	Intervención AND habilidades sociales AND adolescentes	1	0
		Inglés	<i>Intervention AND social skills AND adolescents</i>	4 288	742
PsycINFO	Búsqueda 1	Español	Programa AND habilidades sociales AND adolescentes	13	4
		Inglés	<i>Program AND social skills AND adolescents</i>	5016	147
	Búsqueda 2	Español	Intervención AND habilidades sociales AND adolescentes	13	3
		Inglés	<i>Intervention AND social skills AND adolescents</i>	5 318	221

Fuente: elaboración propia.

Criterios de selección

Para establecer los criterios que designaron qué estudios fueron seleccionados se utilizó el modelo que responde al acrónimo PICO_S (Landa-Ramírez

y Arredondo-Pantaleón, 2014), que permite abordar los criterios tanto de inclusión como de exclusión a partir de cuatro variables:

- 1) *Participantes*: la muestra de los trabajos escogidos corresponde a estudiantes adolescentes sin ninguna patología diagnosticada. Así pues, se eliminaron aquellos que aportan participantes de otras etapas educativas.
- 2) *Temática de interés*: este trabajo tiende a identificar los programas o recursos didácticos que se han llevado con estudiantes adolescentes para fomentar las habilidades sociales, por lo que se desestimaron aquellas investigaciones que no tratan sobre estas habilidades y programas de intervención en su conjunto.
- 3) *Contexto*: los estudios seleccionados han sido desarrollados en un contexto académico, así que se excluyeron aquellos que se llevaban a cabo en otro tipo de ambiente como es el clínico.
- 4) *Diseño del estudio*: se han tenido en cuenta los artículos de carácter empírico publicados en español o en inglés en los últimos cinco años (2022-2017) y que tuvieran acceso a su texto completo. En consecuencia, se han desvinculado los estudios que no cumplían con dichos criterios.

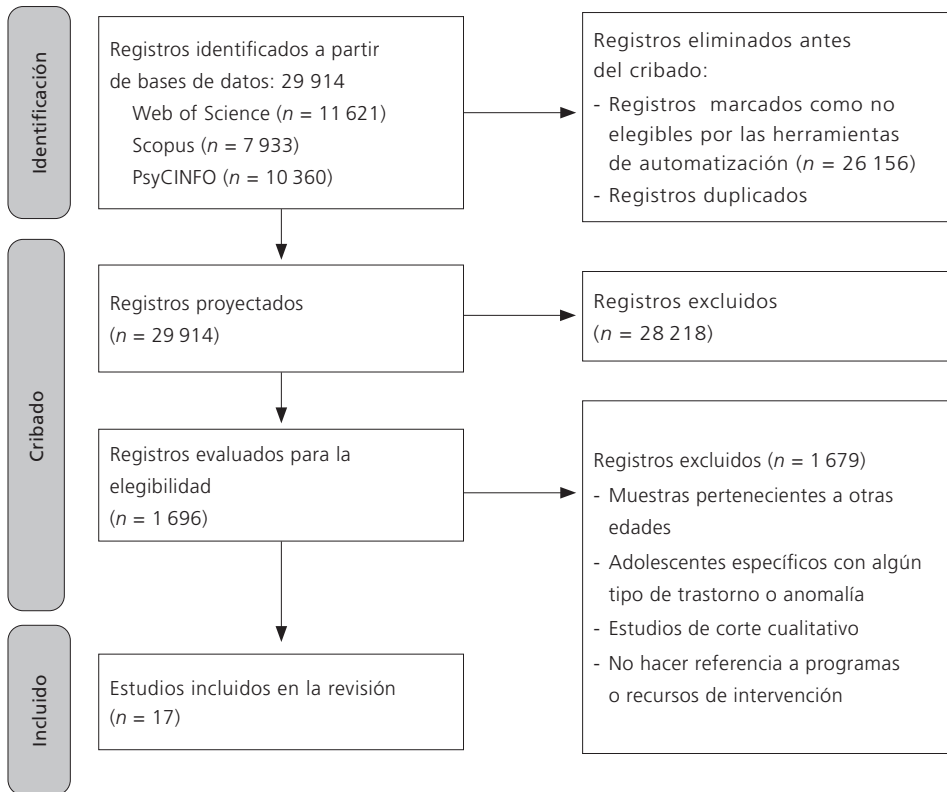
Selección de estudios y extracción de datos

Una vez atendidos los criterios de elegibilidad implantados, se procedió a analizar los resultados restantes. Dos revisoras examinaron el título y resumen de dichos trabajos y seleccionaron los que hacían referencia a programas de intervención o recursos didácticos sobre habilidades sociales en estudiantes adolescentes y que, por tanto, daban respuesta al objetivo de la investigación. No obstante, para aquellos trabajos en los que no se podía determinar un juicio final solamente mediante el título y el resumen, las revisoras indagaron su texto completo. Los desacuerdos a la hora de seleccionar los estudios los resolvieron mediante una decisión en común.

Resultados

La figura 1 muestra el proceso de búsqueda y selección de estudios siguiendo las directrices de la declaración PRISMA 2020.

FIGURA 1
Identificación de estudios a través de bases de datos



Fuente: elaboración propia.

Tal y como se puede observar se realizó una primera búsqueda que, una vez aplicados los filtros y eliminados los duplicados, dio un total de 1,696 artículos. Todos se revisaron de manera manual, tanto su título como resumen, con la finalidad de abordar solo aquellos que dieran respuesta al objetivo planteado. Así pues, han quedado en total 17 estudios incluidos en este trabajo de revisión sistemática.

Una vez seleccionados los artículos se llevó a cabo un estudio acerca del riesgo de sesgo de cada trabajo. Tal y como se puede comprobar en la tabla 2, se observa que este indicador es bajo, ya que la mayoría de los estudios presentan un riesgo de sesgo entre 10 y 12 puntos.

TABLA 2

Riesgo de sesgo de los estudios seleccionados

Artículo	Objetivo	Tamaño muestra	Identificación muestra	Comparabilidad	Otros sesgos	Análisis	Total	Riesgo de sesgo
Haug, Paz, Wenger y Schaub (2021)	2	2	2	2	1	2	11	B
Koszalka-Silska, Korcz y Wiza (2021)	2	2	2	2	2	2	12	B
Johnson, Troy, Tate, Allen et al. (2021)	2	2	1	2	1	2	10	B
Vila, Gilar-Corbi y Pozo-Rico (2021)	2	1	1	2	2	1	9	M
Sánchez-SanSegundo, Ferrer-Cascales, Albaladejo-Blazquez, Alarcó-Rosales et al. (2020)	2	1	1	2	1	1	8	M
Alizadeh, Raheb, Mirzaee y Hosseinzadeh (2020)	2	2	2	2	1	2	11	B
Schenk, Sentse, Lenkens, Nagelhout et al. (2020)	2	2	2	1	1	2	10	B
Moulier, Guinet, Kovacevic, Bel-Abbass et al. (2019)	2	1	1	2	1	2	9	M
Risisky, MacGregor, Smith, Abraham et al. (2019)	2	1	1	2	1	2	9	M

(CONTINÚA)

TABLA 2/ CONTINUACIÓN

Artículo	Objetivo	Tamaño muestra	Identificación muestra	Comparabilidad	Otros sesgos	Análisis	Total	Riesgo de sesgo
Pannebakker, Van Genugten, Diekstra, Gravesteyn <i>et al.</i> (2019)	2	2	1	1	2	2	10	B
DeRosier y Thomas (2019)	2	1	2	2	1	2	10	B
Schoeps, Villanueva, Prado-Gascó y Montoya-Castilla (2018)	2	1	2	2	1	2	10	B
Silva, Oliveira, Carlos, Lizzi <i>et al.</i> (2018)	2	1	2	1	1	2	9	M
Roh, Shin, Lee, Lee <i>et al.</i> (2018)	2	2	2	2	1	2	11	B
Widman, Golin, Kamke, Burnette <i>et al.</i> (2018)	2	1	2	2	1	2	10	B
Coelho, Sousa, Raimundo y Figueira (2017)	2	2	2	2	1	2	11	B
Velasco, Griffin, Botvin, Corrado <i>et al.</i> (2017)	2	2	2	1	1	2	10	B

Nota: objetivo: objetivo del estudio; tamaño muestra: número adecuado de participantes; identificación muestra: se ha identificado y evaluado correctamente a las y los participantes; comparabilidad: se comparan los resultados con otros estudios; otros sesgos: imposibilidad de generalización de resultados; datos de exposición previa, etc.; análisis: datos estadísticos adecuados. 0: no informa o no evalúa; 1: no evaluado adecuadamente; 2: evaluado adecuadamente. A: alto (1-6); M: medio (7-9); B: bajo (10-12).

Fuente: elaboración propia.

Análisis de los estudios seleccionados

La tabla 3 expone las características principales de los artículos seleccionados con la finalidad de identificar aquellos programas de intervención que se han llevado a cabo para trabajar las habilidades sociales y los beneficios que se han obtenido tras su ejecución.

TABLA 3

Características de los estudios seleccionados

Autoría y año	País	Participantes	Recurso de intervención aplicado	Aspectos relevantes del recurso	Habilidades sociales implicadas
Haug <i>et al.</i> (2021)	Suiza	1,473 estudiantes de entre 14 y 16 años ($M = 15.4$)	Programa de intervención automatizado SmartCoach	50 actividades mediante el sistema MobileCoach (22 semanas)	Inicio de relaciones, afirmación negativa, divulgación de información personal, apoyo emocional y manejo de conflictos
Koszalka-Silska (2021)	Polonia	70 adolescentes de 15 y 16 años ($M = 15.08$)	Programa de intervención basado en Educación de Aventura (EA)	Actividades realizadas en clases de Ed. Física (12 semanas)	Exposición social y asertividad
Johnson <i>et al.</i> (2021)	Estados Unidos	90 estudiantes de entre 11 a 14 años ($M = 12.4$)	Virtual Gemini™ 3.0 (VG3)	Plataforma 3D que facilita el juego de roles sociales	Comunicación y asertividad
Vila, Gilar-Corbí y Pozo-Rico (2021)	España	141 participantes de entre 12 y 16 años ($M = 13.01$)	Programa "Vivo, luego siento"	Actividades dinámicas, relajadas y lúdicas (10 sesiones)	Agresividad/ comportamiento antisocial, habilidades sociales/asertividad, presunción/altivez, soledad/ansiedad social
Sánchez-SanSegundo <i>et al.</i> (2020)	España	142 sujetos adolescentes de entre 13 y 17 años ($M = 16.04$)	Programa de intervención R&R2	Actividades enfocado al desarrollo de habilidades prosociales (12 sesiones)	Autoestima, autoexpresión, defensa de los derechos, desacuerdo, asertividad, hacer peticiones, interacciones iniciales y empatía
Alizadeh <i>et al.</i> (2020)	Irán	15 adolescentes varones de entre 12 y 18 años ($M = 14.40$)	Intervención basada en entrenamiento en competencias sociales	Programa de capacitación en competencia social (12 sesiones)	Habilidades cognitivas, habilidades de comportamiento, habilidades emocionales y habilidades motivacionales
Schenk <i>et al.</i> (2020)	Países Bajos	390 participantes ($M = 13.19$)	Programa Mentors of Rotterdam	Actividades lúdicas en tutoría (2 cursos escolares)	Habilidades presociales y habilidades postsociales
Moulier <i>et al.</i> (2019)	Francia	520 estudiantes de entre 10 y 15 años ($M = 11.82$)	Programa Mission Papillagou	Actividades grupales: juegos de rol y debates (2 semanas)	Hacer frente al estrés y las emociones, desarrollar mejores relaciones
Risky <i>et al.</i> (2019)	Estados Unidos	115 adolescentes de entre 11 a 14 años	Programa de intervención	Actividades deportivas, artes creativas y terapia con mascotas (2 semanas)	Comportamiento, iniciativa participación, resolución de problemas, habilidades de comunicación y relaciones sociales

(CONTINÚA)

TABLA 3 / CONTINUACIÓN

Autoría y año	País	Participantes	Recurso de intervención aplicado	Aspectos relevantes del recurso	Habilidades sociales implicadas
Pannebakker <i>et al.</i> (2019)	Países Bajos	512 adolescentes de entre 13 a 16 años	Programa Skill 4 Life	Combinación de métodos: discusión, instrucción, vídeos, retroalimentación y juegos de roles (17 lecciones)	Habilidades de interacción social
DeRosier y Thomas (2019)	Estados Unidos	29 alumnos de entre 9 y 13 años ($M = 11.35$)	Programa Hall of Heroes	Juego digital de aventuras (4 semanas)	Habilidades conductuales y emocionales positivas
Schoeps <i>et al.</i> (2018)	España	148 sujetos de entre 12 y 15 años ($M = 12.63$)	Programa de intervención PREDEMA	Actividades prácticas desarrolladas en el aula y en casa (11 sesiones)	Percepción y comprensión emocional; expresión emocional y etiquetado; manejo y regulación emocional
Silva <i>et al.</i> (2018)	Brasil	78 estudiantes de 11 años ($M = 11.21$)	Programa de intervención	Técnicas cognitivo-conductuales: juego de roles, dramatizaciones, etc. (8 sesiones de 50 min)	Empatía y civismo, asertividad y afrontamiento, autocontrol y participación
Roh <i>et al.</i> (2018)	Corea del Sur	56 participantes de entre 13 y 15 años	Programa de Capacitación en Habilidades Sociales	Actividades de grupo: juego de roles (7 sesiones)	Relaciones sociales
Widman <i>et al.</i> (2018)	Estados Unidos	222 alumnas de entre 15 y 16 años ($M = 15.2$)	Programa HEART	Intervención interactiva con juegos, infografías y ejercicios (1 sesión de 45 min)	Asertividad y comunicación
Coelho <i>et al.</i> (2017)	Portugal	472 estudiantes de entre 11 y 17 años ($M = 13.54$)	Programa Positive Attitude	Actividades desarrolladas en el aula (13 sesiones)	Conciencia social, autocontrol, aislamiento social y ansiedad social
Velasco <i>et al.</i> (2017)	Estados Unidos	1586 adolescentes de 11 años ($M = 11.05$)	Programa de intervención "LST Lombardia Project"	Técnicas de enseñanza interactivas (24 sesiones)	Habilidades de rechazo de drogas, normas antidrogas, habilidades de autocontrol personal y habilidades sociales generales

Fuente: elaboración propia.

El programa realizado por Haug, Paz, Wenger y Schaub (2021) fue calificado por quienes participaron como útil, ya que se observó que el grupo de intervención disminuyó su consumo de alcohol y tabaco, obtuvo menores

niveles de estrés y puntuaciones más altas en habilidades sociales y bienestar personal. Esta reducción de conductas de alto riesgo –como el consumo de drogas, comportamientos sexuales o conducción peligrosa– también se presenta en programas de entrenamiento en competencia social (Alizadeh, Raheb, Mirzaee y Hosseinzadeh (2020). El fomento de las interacciones sociales mediante el empleo de actividades grupales incentiva el desarrollo de habilidades sociales y, con ellas, potencia la autoestima, el bienestar y reduce los síntomas relacionados con el estado de ánimo (depresión, desesperanza o tristeza) y las conductas de riesgo empleadas por las y los jóvenes (difundir un rumor o insultar a las y los compañeros) (Moulier, Guinet, Kovacevic, Bel-Abbass *et al.*, 2019).

Se ha demostrado que el desarrollo de actividades lúdicas con estudiantes adolescentes muestra una serie de beneficios en relación con las competencias sociales, como son las habilidades, ante ciertas situaciones que implican una exposición social o las que requieren asertividad por parte de las personas (Koszałka-Silska, Korcz y Wiza, 2021), aumentando así los niveles de conciencia social y autocontrol y disminuyendo la ansiedad social (Coelho, Sousa, Raimundo y Figueira, 2017). Al igual ocurre con el estudio de Johnson, Troy, Tate, Allen *et al.* (2021), donde a partir de un videojuego las y los participantes potenciaron sus capacidades para reconocer las emociones de los demás y sus habilidades de comunicación social, ya que los propios sujetos manifestaron saber relacionarse mejor, afirmar pensamientos, evaluar situaciones y generar soluciones novedosas. Los juegos realizados mediante una metodología digital, como es el de DeRosier y Thomas (2019), revelan mejoras significativas en las habilidades conductuales y emocionales positivas, por lo que quienes participaron en esta experiencia mostraron ganancias en sus habilidades para relacionarse con los demás, expresar emociones y aceptar el afecto. Este tipo de programas interactivos también ayuda a desarrollar habilidades relacionadas con la educación sexual y a generar en las chicas mejores habilidades de asertividad sexual (Widman, Golin, Kamke, Burnette *et al.*, 2018). Estos efectos positivos también se consiguieron en el proyecto realizado por Vila, Gilar-Corbí y Pozo-Rico (2021), ya que los resultados obtenidos indican una mejora significativa en ciertas dimensiones de inteligencia emocional (atención, adaptabilidad y claridad) y en habilidades sociales, debido a una disminución de comportamientos agresivos y antisociales. Un programa enfocado en la formación de relaciones positivas, la mediación, la resolu-

ción de conflictos obtuvo un fuerte impacto en la asistencia y las tasas de participación del alumnado en la escuela, lo que proporcionó un mayor rendimiento en relaciones con las y los compañeros y profesores (Risisky, MacGregor, Smith, Abraham et al., 2019). En el grupo experimental se obtuvo una mejora significativa en ciberagresión y cibervictimización respecto del grupo control, así como en percepción emocional, regulación emocional y satisfacción con la vida (Schoeps, Villanueva, Prado-Gascó y Montoya-Castilla, 2018).

Haciendo referencia a los programas enfocados en el desarrollo de conductas prosociales, cabe destacar cómo este tipo de intervenciones obtienen puntuaciones significativas en diversas subescalas de habilidades sociales como asertividad, interacciones iniciales, autoexpresión, defensa de los derechos o hacer peticiones; asimismo, implican mejoras en otras variables como la autoestima, la empatía o la resolución de problemas (Sánchez-SanSegundo, Ferrer-Cascales, Albaladejo-Blazquez, Alarcó-Rosales *et al.*, 2020) y son las relaciones entre pares una de las variables que mejores resultados tienen (Roh, Shin, Lee, Lee *et al.*, 2018). Las habilidades sociales permiten relaciones interpersonales positivas, por lo que el desarrollo de este tipo de capacidades facilita promover relaciones de calidad como ocurre en el caso de Schenk, Sentse, Lenkens Nagelhout *et al.* (2020). Las investigaciones enfocadas en promover las habilidades sociales señalan que el grupo experimental muestra un aumento en la autoeficacia y en la aceptación de las y los compañeros y una disminución de los comportamientos problemáticos, los síntomas depresivos autoinformados y las dificultades de socialización (Silva, Oliveira, Carlos, Lizzi *et al.*, 2018; Pannebakker, Van Genugten, Diekstra, Gravesteyn *et al.*, 2019). Así pues, las intervenciones referidas al desarrollo de habilidades para la vida informaron tasas más altas de conciencia sobre la importancia de dichas aptitudes, sus efectos en la vida diaria, técnicas para mejorar estas habilidades y una mejor reducción de ansiedad (Velasco, Griffin, Botvin, Corrado *et al.*, 2017).

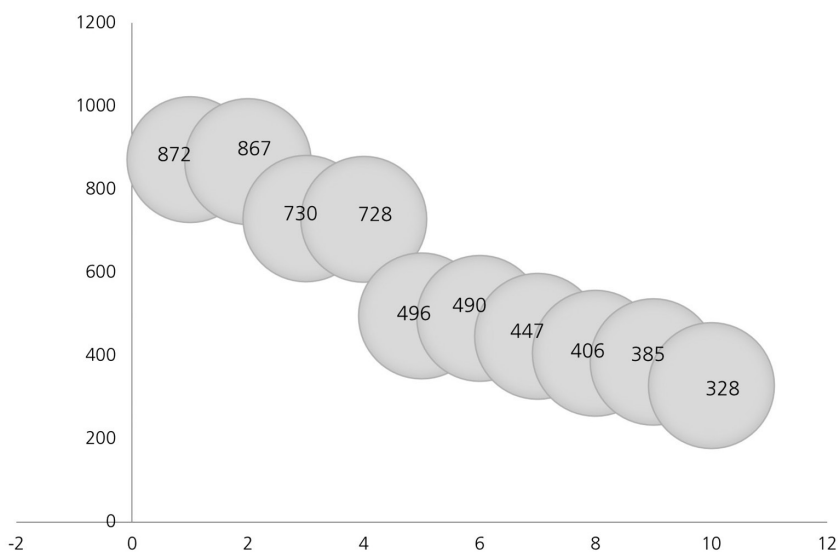
Análisis cualitativo

Tras examinar los resultados obtenidos en cada uno de los estudios seleccionados se realizó un análisis cualitativo para dar una mayor veracidad y objetividad a la respuesta del objetivo planteado. Se utilizó el programa informático ATLAS.ti 9 (<https://atlasti.com/es/>) para poder codificar de

manera manual las diferentes variables observadas en las investigaciones incluidas en este trabajo de revisión sistemática.

La figura 2 muestra, a través de un análisis exploratorio, las diferentes variables o descriptores que se encuentran en las investigaciones examinadas de mayor a menor número de veces de aparición, siendo la palabra “habilidades” la que más se repite con 872 manifestaciones.

FIGURA 2
Análisis exploratorio de los estudios seleccionados



872 = habilidades; 867 = programa; 730 = sociales; 728 = estudiantes; 496 = social; 490 = estudio; 447 = intervención; 406 = grupo; 385= escuela; 328 = jóvenes

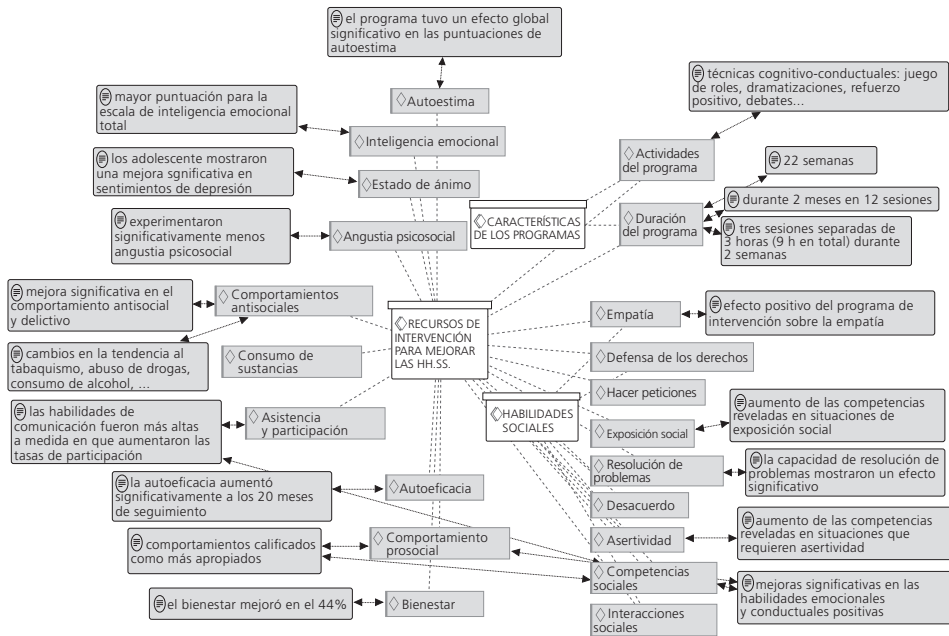
Fuente: elaboración propia.

La figura 3 presenta las diferentes codificaciones con sus respectivas citas realizadas a partir de los estudios seleccionados. Se puede observar cómo del elemento principal, denominado “recursos de intervención para mejorar las HH.SS”, se extraen dos grandes grupos: *a)* “características de los programas”, donde se señalan algunas de las actividades que se realizan en los recursos seleccionados y su tiempo de realización y *b)* habilidades sociales, donde se exponen las diferentes variables a las que se hacen refe-

rencia y que forman parte de dicho constructo. No obstante, también se han señalado los diversos elementos que aparecen en estas investigaciones y que tienen un cambio significativo en las y los adolescentes tras desarrollar los programas. Todos se encuentran enlazados con una cita de los propios artículos, que corrobora la utilidad de los recursos de prevención en dichas variables, tales como en la autoestima; los estudios señalan que “el programa tuvo un efecto significativo en las puntuaciones de autoestima” o, en relación con el consumo de sustancias, se indican “cambios en la tendencia al tabaquismo, abuso de drogas, consumo de alcohol...”.

FIGURA 3

Análisis cualitativo de los resultados obtenidos acerca de los recursos de intervención de habilidades sociales



Fuente: elaboración propia.

Un aspecto por destacar es que también se han examinado las co-ocurrencias existentes entre los datos codificados (tabla 4). Se ha obtenido que algunas de las más relevantes son entre competencias sociales tanto con comportamiento prosocial como asistencia y participación.

TABLA 4

Co-ocurrencias encontradas entre los códigos analizados

	[1]	[2]	[3]	[4]	[5]	[6]	[7]	[8]	[9]	[10]	[11]	[12]	[13]
[1] Asertividad	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0
[2] Asistencia y participación	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0
[3] Autoexpresión	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0
[4] Competencias sociales	1	2	1	0	2	0	0	1	1	0	1	1	0
[5] Comportamiento prosocial	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0
[6] Comportamientos antisociales	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0
[7] Consumo de sustancias	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0
[8] Defensa de los derechos	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0
[9] Desacuerdo	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0
[10] Empatía	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
[11] Hacer peticiones	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0
[12] Interacciones sociales	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0
[13] Malestar personal	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0

Fuente: elaboración propia.

Discusión y conclusiones

Este trabajo de revisión sistemática ha permitido conocer e identificar los diferentes recursos de intervención que se han llevado a cabo en el alumnado adolescente en el periodo de 2017 a 2021 con la finalidad de potenciar las habilidades sociales. El término de habilidades sociales ha sido estudiado en diversas investigaciones, ya que este constructo facilita las relaciones interpersonales y los comportamientos denominados

como socialmente hábiles (Caballo, 2003; Del Prette y Del Prette, 2001; Goldstein *et al.*, 1989; Holst *et al.*, 2017).

Se estima que las habilidades sociales son una serie de capacidades que ayudan a los sujetos a desenvolverse de forma adecuada en diferentes contextos mediante la expresión de opiniones o sentimientos, siendo la familia y la escuela las encargadas de fomentar dichas capacidades en las y los jóvenes para promover su bienestar personal y reducir las conductas de riesgo (Almaraz, Coeto y Camacho, 2019; Borrás, Reynaldo y López, 2017; Cajas *et al.*, 2020; Ikesako y Miyamoto, 2015). Estas aptitudes son totalmente moldeables, por lo que este tipo de actitudes sociales dependerán de las vivencias, experimentación o reforzamiento, así como de los propios marcos culturales donde se desarrollen los sujetos (Caldera *et al.*, 2018; Delgado *et al.*, 2016).

Atendiendo a los resultados obtenidos, es preciso señalar que el empleo de diferentes programas o recursos de intervención que fomenten las habilidades sociales tienen efectos significativos en el alumnado adolescente. Tras el desarrollo de los programas, los grupos de jóvenes participantes han aportado un incremento tanto en las habilidades sociales en general como en diferentes subescalas como son la conciencia social, el autocontrol, las habilidades de comunicación social o el reconocimiento y expresión de emociones (Coelho *et al.*, 2017; DeRosier y Thomas, 2019; Johnson *et al.*, 2021; Koszałka-Sिल्ska *et al.*, 2021; Roh *et al.*, 2018). Así pues, se puede destacar que el aumento de habilidades sociales en adolescentes favorece las relaciones sociales y, por tanto, un déficit en las mismas conlleva problemas de autocontrol y puede provocar inconvenientes en el proceso de socialización (Caballero *et al.*, 2018; González y Molero, 2021). El aumento de habilidades sociales implica mejoras en otras variables como la inteligencia emocional, la autoestima o la satisfacción con la vida (Sánchez-SanSegundo *et al.*, 2020; Schoeps *et al.*, 2018; Vila, Gilar-Corbí y Pozo-Rico, 2021) tal y como se muestra este tipo de beneficios en otros estudios (Garaigordobil y Peña, 2014; Lemonia, Goulimaris y Georgios, 2017; Rosales *et al.*, 2020; Salavera, Usán y Teruel, 2019; Sifuentes *et al.*, 2020).

Uno de los aspectos más destacables, atendiendo a la vulnerabilidad y constantes cambios problemáticos con los que se encuentran las y los adolescentes, es cómo por medio de las habilidades sociales se pueden reducir las conductas de riesgo y los comportamientos antisociales. Los recientes programas de intervención indican que los grupos de intervención que

participaron activamente obtuvieron mayores puntuaciones en habilidades sociales y disminuyeron ciertas conductas disruptivas como conducción peligrosa, comportamientos sexuales, insultar a compañeros(as) o el consumo de tabaco y alcohol (Alizadeh *et al.*, 2020; Silva *et al.*, 2018; Haug *et al.*, 2021; Moulier *et al.*, 2019; Pannebakker *et al.*, 2019). Esta idea se encuentra relacionada con los estudios de Cueva-Urra (2021) y Katzmann *et al.* (2019), donde se señala que los programas enfocados en desarrollar habilidades sociales ayudan a reducir los comportamientos agresivos del alumnado.

Este tipo de recursos muestran una reducción de estrés y ansiedad, debido a que promueve las relaciones de calidad, interacciones positivas y la resolución de conflictos de manera adecuada (Risisky *et al.*, 2019; Schenk *et al.*, 2020; Velasco *et al.*, 2017). Así pues, como sugieren ciertas investigaciones, es necesario fomentar las habilidades sociales en las y los estudiantes adolescentes mediante diferentes recursos metodológicos (Estrada y Mamani, 2018; López y Guaimaro, 2014).

Finalmente, como conclusión, es preciso resaltar que este trabajo de revisión sistemática ha identificado cómo los programas de intervención destinados a fomentar las habilidades sociales en adolescentes tienen buenos resultados, ya que no solo aumentan los niveles de habilidades sociales, sino que tienen otros beneficios en la vida de las y los estudiantes como la reducción de conductas de riesgo y el aumento de la autoestima o el bienestar personal. En cuanto a las limitaciones observadas en la realización del estudio se señala que el número de programas de intervención realizados a nivel nacional en España en los últimos cinco años es muy limitado, por lo que se ha optado en investigar acerca de actuaciones realizadas a nivel mundial. Las futuras líneas de indagación que podrían llevarse a cabo a partir de este trabajo es identificar qué programas de intervención que trabajen las habilidades sociales se han realizado en otras etapas educativas con la finalidad de poder comparar resultados según la edad de las y los participantes. Por otro lado, las implicaciones prácticas que tiene esta investigación es concienciar cómo las habilidades sociales pueden actuar como un factor moderador de ciertas conductas de riesgo tales como el consumo de sustancias psicoactivas o la violencia entre pares. Por tanto, se sugiere la necesidad de implantar en los centros educativos diversos recursos metodológicos que ayuden a los estudiantes a desarrollar sus habilidades sociales.

Agradecimientos

El presente trabajo cuenta con el apoyo del Ministerio de Educación y Formación Profesional a través del programa de ayudas para la Formación de Profesorado Universitario (FPU), otorgado a Alba González Moreno con referencia FPU19/01570.

Referencias

- Alexander, Patricia (2020). “Methodological guidance paper: the art and science of quality systematic reviews”, *Review of Educational Research*, vol. 90, núm. 1, pp. 6-23. <https://doi.org/10.3102/0034654319854352>
- Alizadeh, Sima; Raheb, Ghoncheh; Mirzaee, Zahra y Hosseinzadeh, Samaneh (2020). “Effect of social competence training on tendency towards high-risk behaviors in male adolescents living in welfare boarding centers”, *Journal of Rehabilitation*, vol. 21, núm. 1, pp. 54-73. <https://doi.org/10.32598/rj.21.1.2874.1>
- Almaraz, Daniela; Coeto, Gabriela y Camacho, Esteban Jaime (2019). “Habilidades sociales en niños de primaria”, *IE Revista de Investigación Educativa de la REDIECH*, vol. 10, núm. 19, pp. 191-206. https://doi.org/10.33010/ie_rie_rediech.v10i19.706
- Borrás, Tania; Reynaldo, Aymee y López, Marcial (2017). “Adolescentes: razones para su atención”, *Correo Científico Médico*, vol. 21, núm. 3, pp. 858-875. Disponible en: <http://revcocmed.sld.cu/index.php/cocmed/article/view/2180>
- Caballero, Silvina; De González, Norma; Lacunza, Ana Betina; Mejail, Sergio y Coronel, P. (2018). “Habilidades sociales, comportamiento agresivo y contexto socioeconómico. Un estudio comparativo con adolescentes de Tucumán (Argentina)”, *Cuadernos de la Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales. Universidad Nacional de Jujuy*, vol. 53, pp. 183-203. Disponible en: <http://revista.fhycs.unju.edu.ar/revistacuadernos/index.php/cuadernos/article/view/261>
- Caballo, Vicente (2003). “Técnicas de avaliação das habilidades sociais”, en V. E. Caballo (orgs.), *Manual de avaliação e treinamento das habilidades sociais*, São Paulo: Editora Santos, pp.113-180.
- Cajas, Verónica; Paredes, Marco Antonio; Pasquel, Lorenzo y Pasquel, Alexander Frank (2020). “Habilidades sociales en Engagement y desempeño académico en estudiantes universitarios”, *Comuni@cción: Revista de Investigación en Comunicación y Desarrollo*, vol. 11, núm. 1, pp. 77-88. <https://doi.org/10.33595/2226-1478.11.1.405>
- Caldera, Juan Francisco; Reynoso, Oscar Ulises; Angulo, Marcela; Cadena, Alexa y Ortiz, Diego (2018). “Habilidades sociales y autoconcepto en estudiantes universitarios de la región Altos Sur de Jalisco, México”, *Psychological Writings*, vol. 11, núm. 3, pp. 144-153. <https://doi.org/10.5231/psy.writ.2018.3112>
- Cascales, Antonia; Gomariz, M^a Ángeles y Paco, Antonia (2020), “WhatsApp como herramienta educativa en Educación Primaria: alumnado, docentes y familias”, *Pixel-Bit. Revista de Medios y Educación*, núm. 58, pp. 71-89. <https://doi.org/10.12795/pixelbit.74213>

- Coelho, Vitor; Sousa, Vanda; Raimundo, Raquel y Figueira, Ana (2017). "The impact of a Portuguese middle school social-emotional learning program", *Health Promotion International*, vol. 32, núm. 2, pp. 292-300. <https://doi.org/10.1093/heapro/dav064>
- Cueva-Urra, Marlies Alicia (2021). "Revisión sistemática: influencia de las habilidades sociales en la prevención de conductas antisociales y delictivas en adolescentes de 12 a 18 años", *Polo del Conocimiento*, vol. 6, núm. 10, pp. 523-543. <https://doi.org/10.23857/pc.v6i10.3223>
- De la Serna-Tuya, Andrés; González-Calleros, Juan y Navarro, Yadira (2018). "Las tecnológicas de información y comunicación en el preescolar: una revisión bibliográfica", *Campus Virtuales*, vol. 7, núm. 1, pp. 19-31. <http://www.uajournals.com/campusvirtuales/journal/12/2.pdf>
- Del Prette, Zilda y Del Prette, Almir (2001). *Inventário de habilidades sociais: manual de aplicação, apuração e interpretação*, São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Delgado, Ana; Escurra, Luis; Atalaya, María; Pequeña, Juan; Cuzcano, Abel; Rodríguez, Rosa y Álvarez, David (2016). "Las habilidades sociales y el uso de redes sociales virtuales en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana", *Persona*, vol. 19, pp. 55-75. <https://doi.org/10.26439/persona2016.n019.971>
- DeRosier, Melissa y Thomas, James (2019). "Hall of Heroes: A digital game for social skills training with young adolescents", *International Journal of Computer Games Technology*, vol. 2019, art. 6981698, pp. 1-12. <https://doi.org/10.1155/2019/6981698>
- Estrada, Edmin y Mamani, Helen (2018). "Clima social familiar y habilidades sociales de los estudiantes del nivel secundario de la provincia de Tahuamanu - Madre de Dios", *Revista El CEPROSIMAD*, vol. 6, núm. 1, pp. 52-61. <https://journal.ceprosimad.com/index.php/ceprosimad/article/view/81>
- Estrada, Edwin y Mamani, Helen (2020). "Habilidades sociales y clima social escolar en estudiantes de educación básica", *Conrado*, vol. 16, núm. 74, pp. 135-141. Disponible en: <https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/1464>
- Fernández-Delgado, Laura (2019). "Habilidades sociales en la práctica docente: una mirada desde los actores de la educación básica", *RECIE. Revista Electrónica Científica de Investigación Educativa*, vol. 4, núm. 2, pp. 1303-1315. <https://doi.org/10.33010/recie.v4i2.383>
- Garaigordobil, Maite y Peña, Ainize (2014). "Intervención en las habilidades sociales: efectos en la inteligencia emocional y la conducta social", *Behavioral Psychology*, vol. 22, núm. 3, 551-567. Disponible en: <https://www.behavioralpsycho.com/producto/intervencion-en-las-habilidades-sociales-efectos-en-la-inteligencia-emocional-y-la-conducta-social/>
- Goldstein, Arnold; Spranklin, Robert; Gershaw, Jane y Klein, Paul (1989). *Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia. Un programa de entrenamiento*, 2ª ed., Barcelona: Ediciones Martínez Roca.
- González, Alba y Molero, María del Mar (2021). "Una revisión sistemática sobre las variables relacionadas con las habilidades sociales y la creatividad en el periodo de la adolescencia", *Apuntes de Psicología*, vol. 39 núm. 3, pp. 159-171. Disponible en: <https://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/907>

- González, Alba y Molero, María del Mar (2022). “Diferencias de sexo en habilidades sociales y creatividad en adolescentes: una revisión sistemática”, *Revista Fuentes*, vol. 1, núm. 24, pp. 116-126. <https://doi.org/10.12795/revistafuentes.2022.17471>
- Haug, Severin; Paz, Raquel; Wenger, Andreas y Schaub, Michael (2021), “A mobile phone-based life-skills training program for substance use prevention among adolescents: Cluster-randomized controlled trial”, *JMIR MHealth and UHealth*, vol. 9, núm. 7, pp. e26951. <https://doi.org/10.2196/26951>
- Holst, Ingrid; Galicia, Yadira; Gómez, Gabriela y Degante, Arely (2017). “Las habilidades sociales y sus diferencias en estudiantes universitarios”, *Vertientes: Revista Especializada en Ciencias de la Salud*, vol. 20, núm. 2, pp. 22-29. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=82569>
- Horna-Clavo, Ediberto; Arhuis-Inca, Wendy y Bazalar-Palacios, Janina (2020). “Relación de habilidades sociales y tipos de familia en preescolares: estudio de caso”, *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, vol. 61, pp. 224-232. Disponible en: <http://34.231.144.216/index.php/RevistaUCN/article/view/1208>
- Ikesako, Hiroko y Miyamoto, Koji (2015). *Fostering social and emotional skills through families, schools and communities: Summary of international evidence and implication for Japan's educational practices and research*, París OECD Publishing.
- Johnson, María Teresa; Troy, Aimee; Tate, Kathleen; Allen, Tandra; Tate, Aaron y Chapman, Sandra (2021). “Improving classroom communication: The effects of virtual social training on communication and assertion skills in middle school students”, *Frontiers in Education*, vol. 6. <https://doi.org/10.3389/educ.2021.678640>
- Katzmann, Josepha; Goertz-Dorten, Anja; Hautmann, Christopher y Doepfner, Manfred (2019). “Social skills training and play group intervention for children with oppositional-defiant disorder/conduct disorder: Mediating mechanisms in a head-to-head comparison”, *Psychotherapy Research*, vol. 29, núm. 6, 784-798. <https://doi.org/10.1080/10503307.2018.1425559>
- Koszalka-Silkska, Agnieszka; Korcz, Agata y Wiza, Agata (2021). “The impact of physical education based on the adventure education programme on self-esteem and social competences of adolescent boys”, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, vol. 18, núm. 6, pp. 3021. <https://doi.org/10.3390/ijerph18063021>
- Landa-Ramírez, Edgar, y Arredondo-Pantaleón, Aranel de Jesús (2014). “Herramienta pico para la formulación y búsqueda de preguntas clínicamente relevantes en la psicooncología basada en la evidencia”, *Psicooncología*, vol. 11, núm. 2-3, pp. 259-270. http://doi.org/10.5209/rev_psic.2014.v11.n2-3.47387
- Lemonia, Darginidou; Goulimaris, Dimitrios y Georgios, Mavridis (2017). “Social skills and prediction of the quality of life of adolescents. The case of dance and physical activities”, *Journal of Physical Education and Sport*, vol. 17, núm. 2, pp. 502-508. Disponible en: <http://efsupit.ro/images/stories/1%20March%202017/Art%2076.pdf>
- López, Gloria y Guaimaro, Yuherqui (2014). “Desarrollando las habilidades sociales desde la escuela como impulso de una cultura de paz”, *Revista de Ciencias Sociales*, vol. 2, núm. 2, pp. 60-73. <https://doi.org/10.18682/jcs.v0i2.255>

- Megías, Francisco y Castro, Francisco Javier (2018). “Competencia personal y social. Las habilidades sociales”, *Metas de Enfermería*, vol. 21, núm. 4, pp. 68-71. <https://doi.org/10.35667/metasenf.2019.21.1003081236>
- Moulier, Virginie; Guinet, Hélène; Kovacevic, Zorica; Bel-Abbass, Zohra; Benamara, Yacine; Zile, Nadhirati; Ourrad, Arezki; Arcella-Giroux, Pilar; Meunier, Emmanuel; Thomas, Fanny y Januel, Dominique (2019). “Effects of a life-skills-based prevention program on self-esteem and risk behaviors in adolescents: a pilot study”, *BMC Psychology*, vol. 7, núm. 82. <https://doi.org/10.1186/s40359-019-0358-0>
- Page, Matthew; McKenzie, Joanne; Bossuyt, Patrick; Boutron, Isabelle; Hoffmann, Tammy; Mulrow, Cynthia; Shamseer, Larissa; Tetzlaff, Jennifer; Akl, Elie; Brennan, Sue; Chou, Roger; Glanville, Julie; Grimshaw, Jeremy; Hróbjartsson, Asbjorn; Lalu, Manoj; Li, Tianjing; Loder, Elisabeth; Mayo-Wilson, Evan; McDonald, Steven... Moher, David (2021). “The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews”, *British Medical Journal*, núm. 71, pp. 372. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
- Pannebakker, Fieke; Van Genugten, Lenneke; Diekstra, René; Gravesteijn, Carolien; Fekkes, Minne; Kuiper, Rebecca y Kocken, Paul (2019). “A social gradient in the effects of the skills for life program on self-efficacy and mental wellbeing of adolescent students”, *The Journal of School Health*, vol. 89, núm. 7, pp. 587-595. <https://doi.org/10.1111/josh.12779>
- Risky, Deb; MacGregor, James; Smith, Deborah; Abraham, Jamie y Archambault, MaryJo (2019). “Promoting pro-social skills to reduce violence among urban middle school youth”, *Journal of Youth Development*, vol. 14, núm. 4, pp. 197-215. <https://doi.org/10.5195/jyd.2019.641>
- Roh, Hong; Shin, Jung; Lee, Jae; Lee, Yeon; Kim, Tae; Kim, Ji; Park, Mi; Song, Gang y Seo, Sang (2018). “Effect of school-based social skills training program on peer relationships: Preliminary study”, *Journal of Korean Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, vol. 29, núm. 1, pp. 14-25. <https://doi.org/10.5765/jkacap.2018.29.1.14>
- Rosales, Renée; Guizado, Felipe; Salvatierra, Ángel; Juño, Katty y Mescua, Augusto (2020). “Programa de desarrollo personal para el desarrollo de habilidades sociales en los estudiantes de secundaria”, *PsiqueMag*, vol. 9, núm. 1, pp. 102-117. Disponible en: <https://revistas.ucv.edu.pe/index.php/psiquemag/article/view/209>
- Salavera, Carlos; Usán, Pablo y Teruel, Pilar (2019). “The relationship of internalizing problems with emotional intelligence and social skills in secondary education students: gender differences”, *Psicología: Reflexao e Critica*, vol. 32, pp. 4. <https://doi.org/10.1186/s41155-018-0115-y>
- Sánchez-SanSegundo, Miriam; Ferrer-Cascales, Rosario; Albaladejo-Blazquez, Natalia; Alarcó-Rosales, Raquel; Bowes, Nicola y Ruiz-Robledillo, Nicolás (2020). “Effectiveness of the Reasoning and Rehabilitation V2 programme for improving personal and social skills in Spanish adolescent students”, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, vol. 17, núm. 9, pp. 3040. <https://doi.org/10.3390/ijerph17093040>
- Santana, Lidia; Garcés-Delgado, Yaritza y Feliciano-García, Luis (2018). “Incidencia del entorno en el desarrollo de habilidades sociales en adolescentes en riesgo de

- exclusión”, *Revista Electrónica de Investigación y Docencia*, vol. 20, pp. 7-22. <https://doi.org/10.17561/reid.n20.1>
- Schenk, Lois; Sentse, Miranda; Lenkens, Magriet; Nagelhout, Gera; Engbersen, Godfried y Severiens, Sabine (2020). “An examination of the role of mentees’ social skills and relationship quality in a school-based mentoring program”, *American Journal of Community Psychology*, vol. 65, núm. 1, pp. 149-159. <https://doi.org/10.1002/ajcp.12397>
- Schoeps, Konstanze; Villanueva, Lidón; Prado-Gascó, Vicente y Montoya-Castilla, Inmaculada (2018). “Development of emotional skills in adolescents to prevent cyberbullying and improve subjective well-being”, *Frontiers in Psychology*, vol. 9, núm. 2050. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02050>
- Sifuentes, Lili; Vega, Doris; Flores, Betty; Meneses, Brian; Matta, Hernan y Matta, Eduardo (2020). “Social skills and resilience in adolescents of an educational institution in North Lima, 2019”, *Advances in Science, Technology and Engineering Systems Journal*, vol. 5, núm. 6, pp. 1350-1355. <https://dx.doi.org/10.25046/aj0506162>
- Silva, Jorge Luiz; Oliveira, Wanderlei Abadio; Carlos, Diene Monique; Lizzi, Elisangela Aparecida, Rosário, Rafaela y Silva, Marta Angélica (2018). “Intervention in social skills and bullying”, *Revista Brasileira de Enfermagem*, vol. 71, núm. 3, pp. 1085-1091. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2017-0151>
- Velasco, Verónica; Griffin, Kenneth; Botvin, Gilbert, Celata, Corrado y Gruppo LST Lombardia (2017). “Preventing adolescent substance use through an evidence-based program: Effects of the Italian adaptation of Life Skills Training”, *Prevention Science*, vol. 18, núm. 4, pp. 394-405. <https://doi.org/10.1007/s11121-017-0776-2>
- Vera-Bachmann, Daniela (2015). “Resiliencia, pobreza y ruralidad”, *Revista Médica de Chile*, vol. 143, núm. 5, pp. 677-678. <https://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872015000500018>
- Vila, Sara; Gilar-Corbí, Raquel y Pozo-Rico, Teresa (2021). “Effects of student training in social skills and emotional intelligence on the behaviour and coexistence of adolescents in the 21st century”, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, vol. 18, núm. 10, pp. 5498. <https://doi.org/10.3390/ijerph18105498>
- Widman, Laura; Golin, Carol; Kamke, Krstyn; Burnette, Jeni y Prinstein, Mitchell (2018). “Sexual assertiveness skills and sexual decision-making in adolescent girls: Randomized controlled trial of an online program”, *American Journal of Public Health*, vol. 108, núm. 1, pp. 96-102. <https://doi.org/10.2105/ajph.2017.304106>
- Yepes-Nuñez, Juan José; Urrútia, Gerard; Romero-García, Marta y Alonso-Fernández, Sergio (2021). “Declaración PRISMA 2020: una guía actualizada para la publicación de revisiones sistemáticas”, *Revista Española de Cardiología*, vol. 74, núm. 9, pp. 790-799. <https://doi.org/10.1016/j.recesp.2021.06.016>

Artículo recibido: 18 de mayo de 2022

Dictaminado: 13 de abril de 2023

Segunda versión: 18 de abril de 2023

Aceptado: 11 de mayo de 2023