

## Habilidades sociales: un componente de la inteligencia emocional

### Social skills: a component of emotional intelligence.

### Habilidades sociais: um componente da inteligência emocional.

Valeria Jimena Ulloa Ñaupá

[U22238105@utp.edu.pe](mailto:U22238105@utp.edu.pe)

 <https://orcid.org/0009-0008-6986-6108>

Universidad Tecnológica del Perú,  
Lima - Perú

Yomara Iris Taquire Ponce

[U22213492@utp.edu.pe](mailto:U22213492@utp.edu.pe)

 <https://orcid.org/0009-0001-3259-6334>

Universidad Tecnológica del Perú,  
Lima - Perú

Recibido: 10 de octubre de 2025

Aceptado: 30 de diciembre de 2025

## RESUMEN

El presente artículo tiene el objetivo de analizar los beneficios, los factores y las dimensiones de las habilidades sociales, mediante una revisión de la literatura científica, con enfoque cualitativo, análisis de estudios publicados entre los años 2021 y 2025, seleccionados de bases de datos académicas como SciELO, Dialnet, Redalyc y Google Académico. Los resultados demuestran que las habilidades sociales son una parte esencial del desarrollo socioemocional y tienen un impacto positivo sobre la convivencia escolar, el bienestar psicológico, la regulación de las emociones, el desempeño en los estudios y la comunicación. Se concluye que estas capacidades son desarrolladas por la confluencia de elementos personales, emocionales, sociales y familiares, además evolucionan gradualmente desde la niñez hasta el periodo universitario.

*Palabras claves: revisión sistemática, habilidades sociales y competencias sociales.*

## ABSTRACT

This article aims to analyze the benefits, factors and dimensions of social skills through a review of scientific literature, using a qualitative approach. Studies published between 2021 and 2025 are selected from academic databases such as SciELO, Dialnet, Redalyc

and Google Scholar. The results demonstrate that social skills are an essential part of socioemotional development and have a positive impact on school coexistence, not only psychological well-being, emotional regulation, but also academic performance and communication. It is concluded that these skills are developed through the confluence of personal, emotional, social and family elements, and gradually evolve from childhood to university.

Keywords: systematic review, social skills, social competencies.

### RESUMO

Este artigo tem como objetivo analisar os benefícios, fatores e dimensões das habilidades sociais por meio de uma revisão da literatura científica, utilizando uma abordagem qualitativa. Estudos publicados entre 2021 e 2025 foram selecionados em bases de dados acadêmicas como SciELO, Dialnet, Redalyc e Google Scholar. Os resultados demonstram que as habilidades sociais são parte essencial do desenvolvimento socioemocional e têm um impacto positivo na convivência escolar, no bem-estar psicológico, na regulação emocional, no desempenho acadêmico e na comunicação. Conclui-se que essas habilidades são desenvolvidas pela confluência de elementos pessoais, emocionais, sociais e familiares, e evoluem gradualmente da infância à universidade.

*Palavras-chave:* revisão sistemática, habilidades sociais, competências sociais.

### 1. INTRODUCCIÓN

En el presente artículo se analizaron estudios sobre la variable *habilidades sociales* (HS). La cual será abordada en dos contextos: internacionales y nacionales. En Chile, Alfaro et al. (2023) sostienen que una deficiencia en las HS genera diversos problemas. Una de ellas, es la dificultad para comunicarse, ya que no logran expresar sus ideas, emociones o necesidades, lo que repercute en su adaptación con su entorno social.

En Ecuador, Cordova & Perez (2024) afirman que una falta de HS provoca un aislamiento social, que se entiende como la carencia de relaciones sociales que conlleva a una soledad, lo que causa efectos negativos en la salud física y mental de las personas, incluyendo ansiedad, depresión y a una mayor tendencia a una muerte prematura.

En España, Castillo & Sánchez (2023) sostienen que una carencia en las HS genera una serie de problemas como la baja autoestima, dificultad para manejar conflictos y

problemas académicos o laborales, ya que se les dificulta trabajar en conjunto con otras personas debido a que presentan dificultades para comunicar sus ideas.

En Tacna, Salas-Blas & Agreda (2024) argumentan que el problema radica en que la disminución de las HS en los estudiantes se ve reforzada por la adicción a las redes sociales, afectando su comunicación, la comprensión de emociones y la formación de vínculos significativos. Esta carencia también incrementa el aislamiento y dificulta la convivencia escolar, aspectos esenciales para su bienestar y adaptación educativa.

En Piura, Borbor-Balón (2024) menciona que la dificultad radica en que las HS en los adolescentes presentan debilidades, lo que limita su capacidad para comunicarse eficazmente, comprender las emociones de otros y establecer vínculos significativos con sus pares. Esta carencia también incrementa el aislamiento social, dificulta la cooperación en actividades grupales y afecta la convivencia, aspectos esenciales para su bienestar emocional y adaptación educativa.

La Libertad, Lora et al., (2021) exponen que la dificultad radica en que las HS en los adolescentes presentan debilidades, lo que limita su capacidad para comunicarse eficazmente, comprender las emociones de otros y establecer vínculos significativos con sus pares. Esta carencia también incrementa el aislamiento social, dificulta la cooperación en actividades grupales y afecta la convivencia, aspectos esenciales para su bienestar emocional y adaptación educativa. El artículo plantea el objetivo de analizar los beneficios, los factores y las dimensiones de las habilidades sociales.

## 2. MARCO TEÓRICO

El marco teórico abarca dos partes: los antecedentes y las bases teóricas de la variable de estudio. En el ámbito internacional, en España, Moreno & Jurado (2022) propusieron el objetivo de identificar las diferencias existentes en relación con el sexo en cuanto a la creatividad y a las HS en adolescentes. El método usado fue PRISMA y la muestra estuvo conformada por 23 artículos. Los hallazgos revelan que, si existen diferencias significativas entre los adolescentes respecto a las HS, siendo las chicas quienes mayor nivel de competencias sociales; sin embargo, no se encontró ninguna diferencia con respecto a la creatividad. Se concluye que las HS y la creatividad potencia aspectos positivos en los adolescentes como es un buen rendimiento académico y una alta autoestima.

En España, Moreno & Jurado (2023) presentaron como objetivo identificar y conocer los resultados obtenidos de los diferentes programas de intervención con adolescentes para fomentar las HS en el ámbito educativo. La metodología fue PRISMA y su muestra fue de 17 artículos. Los resultados evidencian que los programas de intervención generan beneficios significativos al fortalecer la autoestima, la inteligencia emocional y el estado de ánimo, además de reducir el consumo de sustancias y los comportamientos antisociales. Asimismo, promueven el desarrollo de la empatía, el asertividad, la exposición social y la resolución de conflictos, mejorando las habilidades emocionales y conductuales positivas. Se concluye que los programas resultan eficaces para promover las HS.

En Colombia, Castro Cabrera & Cortés Polania (2023) propusieron el objetivo de analizar las características de la inteligencia emocional y su influencia en la construcción y desarrollo de las HS de los niños, en entornos escolares. La metodología fue PRISMA y su muestra fue de 35 artículos. Los resultados de estos trabajos mostraron que la inteligencia emocional es capaz de afectar la conducta, la adaptación y la cognición de los individuos, influyendo de manera positiva en los resultados escolares, en la ejecución de las HS y con ello, mejorando el bienestar, la salud mental y calidad de vida en los niños. En conclusión, la inteligencia emocional es un factor fundamental en las HS.

En Indonesia, Salimi & Fauziah (2023) propusieron el objetivo de resumir los estudios sobre las HS de la primera infancia y la escuela primaria e identificar las lagunas de investigación. La metodología fue PRISMA y su muestra fue de 50 artículos. Los resultados evidenciaron que las HS de los estudiantes aumentan al estudiar fuera del aula, demostrando los indicadores de cooperación, afirmación, responsabilidad y autocontrol en los estudiantes, así como habilidades intelectuales, lenguaje, educación, computación, género y apoyo parental. Se concluye que las HS se desarrollan mejor cuando los niños estudian fuera de las aulas.

En España, Sánchez-Bolívar et al. (2023) propusieron el objetivo de comprender el estado actual sobre las habilidades sociales en alumnos de nivel universitario. La metodología fue PRISMA y su muestra fue 13 artículos. Los resultados evidencian la necesidad de sustituir el modelo evaluativo tradicional por uno centrado en competencias, destacando las habilidades sociales como competencias clave para el desarrollo integral del estudiante y su inserción en el mercado laboral. En conclusión, es importante

modificar el sistema de evaluación donde los estudiantes puedan desarrollar las HS para la inserción al mundo laboral y con ello para el bienestar emocional.

En el contexto nacional. En Lima, Solis Coaguila et al. (2021) trabajaron el objetivo de analizar el desarrollo de las HS en los docentes del magisterio. La metodología correspondió a una revisión sistemática basada en el método PRISMA, con una muestra de 15 artículos. Los resultados evidenciaron que las habilidades sociales, especialmente las asertivas, son determinantes para mejorar la calidad de vida personal y profesional de los docentes, predominando estudios de enfoque cualitativo. En conclusión, el fortalecimiento de las habilidades sociales resulta clave para el desempeño y bienestar del magisterio.

En Chiclayo, Mondragón Hernández et al. (2023) expusieron el objetivo de identificar la influencia de las HS en la vida de los estudiantes de educación básica. El estudio fue una revisión sistemática guiada por el método PRISMA, con una muestra de 14 artículos seleccionados de bases de datos como Dialnet, SciELO y Scopus. Los resultados evidencian que las habilidades sociales favorecen la adaptación escolar y las relaciones interpersonales de los estudiantes. En conclusión, las HS influyen positivamente en el desarrollo personal, la convivencia escolar y las relaciones interpersonales de los estudiantes.

En Lima, Delgado Zarzoza (2024) sintoniza el objetivo de analizar el desarrollo de las HS en estudiantes de educación secundaria. La metodología correspondió a una revisión sistemática basada en la declaración PRISMA, con una muestra de 16 estudios, empleando bases de datos como Scopus, SciELO y Web of Science. Los resultados evidenciaron que el desarrollo de las habilidades sociales es clave para el bienestar, el rendimiento académico y el crecimiento personal de los estudiantes. En conclusión, la promoción de estas habilidades resulta esencial para preparar a los estudiantes frente a las demandas del mundo actual.

En Lima, Carazas Durand et al. (2025) diseñaron el objetivo de analizar las implicancias de las HS en estudiantes de educación básica. El estudio correspondió a una revisión sistemática basada en el método PRISMA, con una muestra final de 24 artículos provenientes de las bases de datos Scopus, SciELO y Web of Science. Los resultados demostraron que las HS favorecen el control emocional, la autoestima y el aprendizaje

optimizando el ambiente escolar. En conclusión, los factores asociados a las habilidades sociales resultan claves para el desarrollo biopsicosocial de los estudiantes.

### **Bases teóricas: habilidades sociales**

#### *Conceptos*

Las HS son conductas, tanto verbales como no verbales, que las personas utilizan de manera adaptada a cada situación para comunicar sus necesidades, opiniones o emociones, manteniendo respeto hacia los demás y promoviendo interacciones positivas y efectivas. También nos ayuda a expresar nuestros deseos, derechos, puntos de vista, sentimientos o actitudes de una manera apropiada. (Grasso Imig, 2021; Pacheco Marimon & Osorno Álvarez, 2021)

Asimismo, las HS son conductas sociales particulares que, desde el punto de vista cultural, se consideran valiosas y deseables, que una persona muestra con el fin de tener éxito en las actividades colectivas. (Machay et al., 2024).

Por último, las HS son competencias adquiridas que posibilitan a un individuo interactuar con otros, comunicarse eficazmente y lograr sus metas, ajustando su conducta a lo que requiere el contexto social. (Ramírez-Corone et al., 2020)

### **Factores predictores**

#### *Familiares*

Es el factor principal que predice las HS de un individuo, porque es el primer agente de formación en el cual los niños aprenden a comunicarse, interactuar y regular sus emociones en diferentes contextos como la escuela o la comunidad. Esta forma posibilita que el individuo desarrolle comportamientos que afectarán la manera en que se relaciona e interactúa más allá de su familia. Por esa razón, es fundamental que el núcleo familiar conserve una forma de crianza que se fundamente en la comunicación, el respeto y la empatía (Pacheco Marimon & Osorno Álvarez, 2021).

#### *Sociales*

Caballo (2015) menciona que la calidad de las HS se desarrolla esencialmente por medio de la observación y la imitación, por lo cual el nivel de competencia social y la manera en que los individuos interactúan están determinados por la calidad de los modelos sociales.

### *Emocionales*

El aspecto emocional que los infantes que desarrollan una regulación adecuada de sus emociones muestran, contribuye a que tengan un mejor desempeño en sus habilidades sociales, ya que son capaces de comprender sus emociones, controlar impulsos y reaccionar correctamente en el entorno educativo. (Anchico Jojoa & Menjura Escobar, 2023)

### *Personales*

La habilidad de una persona para gestionar sus emociones anticipa su calidad de interacción, comportamiento prosocial y capacidad para solucionar conflictos. (Lopes et al., 2005)

## **Dimensiones**

### *Habilidades sociales básicas*

Los comportamientos sociales elementales que permiten iniciar y mantener interacciones sociales simples. Incluyen conductas fundamentales como escuchar activamente iniciar una conversación, saludar, agradecer y formular preguntas, las cuales facilitan las comunicaciones interpersonales y la convivencia en contextos educativos y sociales (Goldstein & McGinnis-Smith, 1997).

Los comportamientos elementales que permiten iniciar y sostener interacciones sociales adecuadas, como escuchar activamente, saludar, presentarse y mantener una comunicación respetuosa en distintos contextos sociales (Caballo Manrique, 2010).

Asimismo, incluye conductas elementales de interacción como iniciar conversaciones, escuchar activamente y expresarse de forma clara y respetuosa. Esta dimensión influye directamente en la capacidad de los niños y adolescentes para establecer contacto social adecuado y repetir conductas positivas en distintos contextos (Vieira-Santos et al., 2018).

### *Habilidades sociales avanzadas*

Se refiere a habilidades de mayor complejidad que permiten una interacción social más elaborada. Comprende conductas como pedir ayuda, dar instrucciones, participar de manera adecuada y capacidad de adaptación. (Goldstein & McGinnis-Smith, 1997) Comprenden conductas interpersonales más complejas que facilitan una participación



social efectiva, tales como solicitar ayuda, dar y seguir instrucciones, negociar acuerdos y colaborar con otras personas para alcanzar objetivos comunes (Goldstein & McGinnis-Smith, 1997).

Asimismo, comprende comportamientos más complejos, como cooperar, negociar y resolver situaciones sociales difíciles. Esta dimensión favorece la participación activa en grupos y la consolidación de relaciones interpersonales efectivas (Vieira-Santos et al., 2018)

### *Habilidades relacionadas con los sentimientos*

Está orientada al reconocimiento, comprensión y expresión adecuada de los propios sentimientos y de los sentimientos de los demás. Incluyendo la capacidad para manifestar emociones, mostrar empatía, expresar afecto y manejar emociones como ira, tristeza o miedo de manera socialmente aceptable (Goldstein & McGinnis-Smith, 1997).

Incluyen las capacidades para identificar, expresar y comprender las emociones propias y ajenas, permitiendo una adecuada regulación emocional y favoreciendo relaciones interpersonales empáticas y funcionales (Goldstein & McGinnis-Smith, 1997).

Asimismo, abarca la identificación, expresión y regulación de emociones propias y ajenas. Esta dimensión impacta directamente en la empatía y en el desarrollo de un ajuste socioemocional adecuado en las interacciones sociales (Vieira-Santos et al., 2018).

### *Habilidades alternativas a la agresión*

Permite resolver conflictos interpersonales sin recurrir a respuestas agresivas. Comprende estrategias como compartir, cooperar, negociar y controlar los impulsos (Goldstein & McGinnis-Smith, 1997).

Consisten en un conjunto de estrategias conductuales que posibilitan enfrentar conflictos interpersonales de manera pacífica, controlando impulsos agresivos y promoviendo respuestas asertivas y socialmente aceptadas (Goldstein & McGinnis-Smith, 1997). Asimismo, incluye estrategias para controlar la impulsividad, sustituir la agresión por conductas prosociales y resolver conflictos de manera pacífica. Esta dimensión contribuye a la convivencia positiva y a la reducción de conductas agresivas en los niños y adolescentes (Vieira-Santos et al., 2018).



### *Habilidades para hacer frente al estrés*

Permite afrontar situaciones difíciles, frustrantes o estresantes de forma adaptativa. Incluyen conductas como aceptar críticas, manejar el fracaso. Abarcan conductas orientadas a manejar eficazmente situaciones sociales estresantes, como afrontar críticas, presión social, frustración o fracaso, manteniendo un equilibrio emocional y una conducta adaptativa (Goldstein & McGinnis-Smith, 1997).

Asimismo, abarca estrategias conductuales y emocionales que permiten manejar situaciones sociales estresantes, como la crítica o la presión del grupo. Esta dimensión favorece la adaptación social y la estabilidad emocional frente a conflictos o tensiones (Vieira-Santos et al., 2018)

### *Habilidades de planificación*

Se relaciona con la capacidad de autorregulación y toma de decisiones. Incluye habilidades como identificar problemas, anticipar consecuencias, establecer metas, evaluar alternativas y elegir conductas adecuadas para resolver situaciones sociales de manera reflexiva y organizada. Se refieren a la capacidad de anticipar consecuencias, establecer metas, tomar decisiones adecuadas y resolver problemas sociales, contribuyendo al autocontrol y a la autorregulación del comportamiento. (Goldstein & McGinnis-Smith, 1997).

Asimismo, comprende la capacidad de anticipar consecuencias, tomar decisiones y resolver problemas sociales de manera organizada. Esta dimensión influye directamente en la autorregulación y en la conducta estructurada de los niños y adolescentes (Vieira-Santos et al., 2018).

### **Importancia**

El desarrollo de las HS ocurre durante la infancia, por ello, resulta fundamental, ya que permite una interacción adecuada con la sociedad, la construcción de vínculos afectivos saludables y una adecuada adaptación al entorno social (Nascimento Oliveira et al., 2024).

Además, las HS nos permiten desarrollar capacidades para gestionar nuestras emociones, resolver problemas interpersonales y afrontar situaciones difíciles, elementos que son esenciales para preservar el bienestar psicológico de los individuos. (Rodrigues et al., 2024).

En estas mismas líneas, Orbegoso Dávila & Oseda Gago (2021) comenta que las HS son fundamentales en los entornos educativos donde los estudiantes, podrán interactuar eficazmente en equipos de trabajo colaborativo, expresar sus ideas y emociones de manera adecuada, fortalecer sus relaciones interpersonales y mejorar su desempeño académico.

Asimismo, Carazas Durand, Chacón, et al. (2025) menciona que el desarrollo de las HS también es importante en el entorno laboral ya que favorecen una comunicación eficaz, el trabajo en equipo y la solución apropiada de conflictos, lo que ayuda a crear un ambiente organizacional positivo. Asimismo, permiten establecer relaciones laborales saludables, mejorar el liderazgo y favorecer la adaptación a las normas de la organización.

### Teorías

*Teoría del aprendizaje social*, propuesta por Bandura (1997) menciona que las HS se desarrollan principalmente por medio de la observación, la imitación y el modelamiento de las conductas de otros. Los individuos aprenden cómo comportarse en el ámbito social observando las consecuencias que los modelos significativos experimentan. Cuando ven comportamientos prosociales reforzados, tienden a imitarlos; por el contrario, los comportamientos inapropiados disminuyen si no se les refuerza. Esta teoría sostiene que es posible potenciar las habilidades sociales a través de modelos positivos y refuerzos apropiados en el ambiente. Rodríguez & Cantero (2020).

*Teoría del procesamiento de la información social*, propuesta por Dodge & Rabiner (2004) explican que las HS se basan en cómo los individuos perciben, interpretan y reaccionan ante situaciones sociales. Propone que la competencia social se origina al procesar correctamente las señales, desarrollar opciones y elegir respuestas adaptativas. Si hay debilidades en estas etapas, surgen problemas como la falta de comunicación, la agresividad y el retraimiento. Esta teoría subraya que el comportamiento interpersonal radica en cómo se procesa e interpreta la información social.

*Teoría sociocultural*, propuesta por Vygotsky (1960) sostiene que las HS se desarrollan a partir de la interacción en sociedad y del entorno cultural en el que se involucra la persona. Donde asimilan maneras de comunicarse y relacionarse a través del acompañamiento de otros más capacitados y la Zona de Desarrollo Próximo. El lenguaje es una herramienta clave para el manejo de conflictos y la regulación del comportamiento. Por lo tanto, las capacidades sociales son el producto de la mediación cultural y de

procesos de colaboración. Esta teoría subraya cómo la interacción social influye en las HS. (Carrera Moreira & Mazzarella, 2001)

### 3. METODOLOGÍA

En el presente artículo se empleó una revisión narrativa de la literatura científica en torno a las habilidades sociales, utilizando un enfoque cualitativo para la interpretación y el análisis de los datos recolectados. Esta clase de revisión posibilita la síntesis e integración de saberes desde un punto de vista amplio y reflexivo, lo que hace más fácil entender el estado actual del tema en estudio. Las técnicas aplicadas comprendieron la revisión sistemática de bases de datos académicas, el análisis temático del contenido y la integración narrativa de los resultados obtenidos a partir de la literatura seleccionada (Kleining & Witt, 2001; Alasuutari, 2010; Aspers & Corte, 2019)

El procedimiento metodológico se llevó a cabo en diciembre de 2025, iniciándose con una búsqueda rigurosa en bases de datos especializadas como Dialnet, SciELO, Redalyc y Google Académico, así como en revistas científicas. De SciELO se seleccionaron 11. Paralelamente, de Dialnet se seleccionaron 7 y de Redalyc 3. Además, en revistas científicas por medio de Google Académico fueron 6 artículos. Asimismo, se seleccionaron por la pertinencia temática, actualidad de la publicación de los dos últimos años 2021-2025 y calidad metodológica. De este modo, la muestra final quedó conformada por 9 artículos de revisión sistemática en antecedentes y 18 investigaciones científicas cualitativas y cuantitativas en bases teóricas que abordan la temática de las habilidades sociales desde diferentes contextos y perspectivas, permitiendo un análisis integral y comprensivo del fenómeno estudiado.

GRAFICO 1

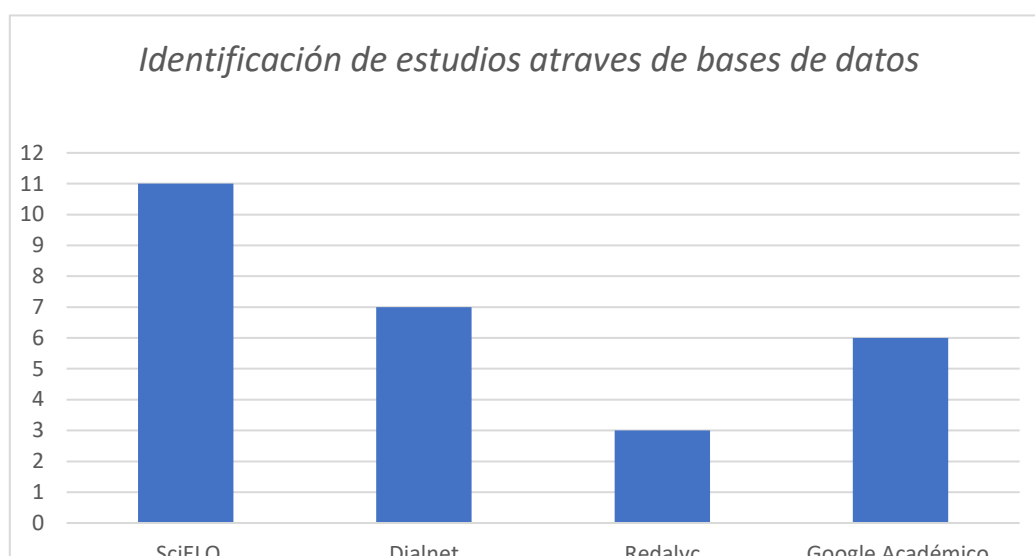
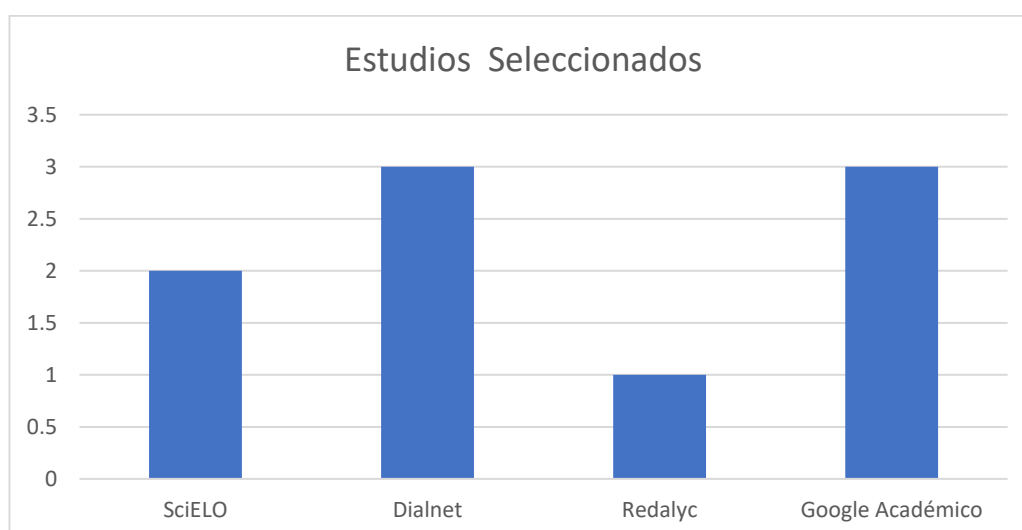


GRAFICO 2



#### 4. RESULTADOS Y DISCUSIONES

Castro Cabrera y Cortés Polania (2023) destacan que la inteligencia emocional desempeña un papel clave en la construcción y el desarrollo de las habilidades sociales en entornos escolares, los autores evidencian que la capacidad para reconocer y regular las emociones influye directamente en la conducta, el pensamiento y la adaptación a diferentes situaciones, lo que se interpreta en un mejor desempeño académico, interacciones interpersonales adecuadas y habilidades sociales más sólidas. En la misma línea, Carazas Durand et al. (2025) señalan que las habilidades sociales se relacionan con el control emocional, la autoestima y el asertividad, lo que refuerza la interpretación de

Castro y Cortes sobre la inteligencia emocional como un componente fundamental para el desarrollo y fortalecimiento de las habilidades sociales.

Delgado Zarzoza (2023) sustenta que las habilidades sociales en estudiantes de educación secundaria han sido abordadas desde diversos estudios latinoamericano, evidenciando que el desarrollo de estas competencias se encuentra influido por factores individuales, contextuales y socioculturales propios del entorno [escolar](#). En las mismas líneas, González Moreno y Molero Jurado (2022) identifican la influencia de factores individuales, como el sexo, en el desarrollo de las habilidades sociales, observándose mayores competencias sociales en el sexo femenino. En conjunto, ambos estudios coinciden en que las habilidades sociales están condicionadas por múltiples factores personales y contextuales, lo que subraya la necesidad de enfoques educativos integrales y sensibles a la diversidad del estudiantado.

González Moreno y Molero Jurado (2023) destacan que las habilidades sociales pueden fortalecerse mediante programas de intervención educativa, los cuales favorecen la convivencia escolar, las relaciones interpersonales y el desarrollo socioemocional de los estudiantes. En la misma línea, Mondragón Hernández et al. (2023) resaltan el papel de la escuela como un espacio clave para el desarrollo de las competencias sociales, generando beneficios en la interacción social, el bienestar personal y la construcción de un entorno escolar favorable. En conjunto, ambos estudios coinciden en que la implementación de programas orientados al fortalecimiento de las habilidades sociales contribuye a mejorar el clima escolar y promueve el desarrollo integral de los estudiantes.

Salimi y Fauziah (2023) concluyen que las habilidades sociales en educación infantil y primaria se fortalecen mediante experiencias educativas fuera del aula, donde los estudiantes muestran mayores niveles de cooperación, responsabilidad, autocontrol y afirmación, además de mejoras en lenguaje, habilidades intelectuales y con el apoyo familiar. Estos hallazgos destacan la influencia de factores educativos y contextuales en el desarrollo de dichas competencias desde edades tempranas. Complementariamente, Sánchez-Bolívar et al. (2025) señalan que en la educación universitaria también las habilidades sociales continúan siendo esenciales, asociándose con el rendimiento académico, la motivación y la adaptación social. Ambas revisiones coinciden en que las habilidades sociales acompañan al estudiante a lo largo de su trayectoria educativa y que su promoción sistemática favorece tanto el desarrollo personal como el académico y social.

Solis-Coaguila et al. (2021) señalan que las habilidades sociales en docentes constituyen un componente esencial para la comunicación efectiva, la gestión del clima del aula y la construcción de vínculos positivos con los estudiantes, destacando que dichas competencias favorecen un desempeño pedagógico más eficiente. De forma complementaria, Sánchez et al. (2023) sostienen que las habilidades sociales representan competencias claves para la integración profesional y la adaptación a contextos educativos y laborales más complejos, especialmente en etapas de formación superiores.

En relación con los antecedentes nacionales e internacionales, la evidencia recopilada confirma que las habilidades sociales impactan de manera directa en diversas áreas del comportamiento y la adaptación social. Los estudios revisados coinciden en que su déficit se relaciona con dificultades en la convivencia escolar, problemas de comunicación, aislamiento social y presencia de conductas desadaptativas; mientras que su fortalecimiento se vincula con conductas prosociales, bienestar emocional y una mejor integración en los contextos educativos y sociales.

### 5. CONCLUSIONES

En conclusión, las habilidades sociales generan beneficios sociales, personales, psicológicos; permiten el desarrollo de otras competencias muy importantes, necesarias para un adecuado desempeño profesional y laboral. En este sentido, las habilidades sociales constituyen un eje transversal que acompaña el desarrollo personal, académico y social a lo largo de todo el ciclo educativo.

Respecto a los factores que influyen en el desarrollo de las habilidades sociales, los hallazgos permiten afirmar que estas competencias se construyen principalmente a partir de la interacción entre el entorno familiar, social y emocional. La evidencia muestra que contextos caracterizados por una comunicación positiva, modelos sociales adecuados y una regulación emocional favorable promueven el desarrollo de habilidades sociales funcionales, mientras que entornos con carencias afectivas o modelos inadecuados limitan su desarrollo y afectan la calidad de las relaciones interpersonales.

Finalmente, al analizar las dimensiones de las habilidades sociales, se concluye que no todas impactan de manera aislada, sino que actúan de forma integrada. Las habilidades básicas y avanzadas facilitan la interacción inicial y la participación social; las habilidades relacionadas con los sentimientos fortalecen la empatía y la regulación emocional; y las habilidades alternativas a la agresión, de afrontamiento del estrés y de planificación

muestran mayores beneficios en la convivencia, el autocontrol y la toma de decisiones. En conjunto, la evidencia señala que el desarrollo equilibrado de estas dimensiones favorece una adaptación social más estable y un mayor bienestar socioemocional.

### REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alasuutari, P. (2010). The rise and relevance of qualitative research. *International Journal of Social Research Methodology*, 13(2), 139–155. <https://doi.org/10.1080/13645570902966056;ISSUE:ISSUE:DOI>
- Alfaro, N., Muñoz, D., & Romero, V. (2023). Vista de Correlación entre habilidades sociales y autoestima en una muestra de estudiantes de educación superior chilenos pertenecientes a la macro zona norte durante el retorno a clases presenciales. *Revista Estudios Psicológicos*, 3(2), 50–62. <https://doi.org/https://doi.org/10.35622/j.rep.2023.02.004>
- Anchico Jojoa, A. D., & Menjura Escobar, M. I. (2023). Regulación emocional y habilidades sociales en estudiantes de quinto grado de una institución educativa del municipio de Caloto (Cauca). *Diversitas*, 19(2), 51–66. <https://doi.org/10.15332/22563067.9368>
- Aspers, P., & Corte, U. (2019). What is Qualitative in Qualitative Research. *Qualitative Sociology* 2019 42:2, 42(2), 139–160. <https://doi.org/10.1007/S11133-019-9413-7>
- Borbor-Balón, C. M. (2024). Habilidades sociales y relaciones interpersonales en docentes como agentes educativos. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía*, 9(17), 481–498. <https://doi.org/10.35381/R.K.V9I17.3280>
- Caballo, V. E. (2015). Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales. *Internet Archive*, 407. <https://archive.org/details/doc-20231113-wa-0000./page/n3/mode/2up>
- Carazas Durand, C. R., Palomino Chacón, C., & Barrios Sanchez, F. (2025). Habilidades sociales en estudiantes de educación básica: una revisión sistemática. *Revista InveCom / ISSN En Línea*: 2739-0063, 5(4), 1–11. <https://doi.org/10.5281/ZENODO.14847941>
- Castillo Bautista, J. C., & Sánchez Suricalday, A. (2023). Intervenciones eficaces para la mejora de las habilidades sociales en personas con trastorno del espectro autista de



alto funcionamiento: una revisión sistemática. *Bordón: Revista de pedagogía*, ISSN-e 2340-6577, ISSN 0210-5934, Vol. 75, No 3, 2023, págs. 27-43, 75(3), 27–43. <https://doi.org/10.13042/Bordon.2023.95609>

Castro Cabrera, D. M., & Cortés Polania, R. (2023). Influencia de inteligencia emocional y habilidades sociales en contextos escolarizados. Revisión sistemática. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(1), 9342–9359. [https://doi.org/10.37811/CL\\_RCM.V7I1.5133](https://doi.org/10.37811/CL_RCM.V7I1.5133)

Carrera Moreira, B., & Mazzarella, C. (2001). Vygotsky: Enfoque Sociocultural. *Educere: Revista Venezolana de Educación*, ISSN-e 1316-4910, No. 13, 2001, Págs. 41-44, 13, 41–44. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3650617&info=resumen&idioma=ENG>

Cordova, M. I. S., & Perez, M. L. R. (2024). Habilidades sociales y optimismo en estudiantes de bachillerato. *Revista Científica Arbitrada Multidisciplinaria PENTACIENCIAS*, 6(7), 199–208. <https://doi.org/10.59169/PENTACIENCIAS.V6I7.1325>

Caballo Manrique, V. E. (2010). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales: Vicente E. Caballo: Descarga gratuita, préstamo y streaming: Internet Archive* (1st ed.). <https://archive.org/details/doc-20231113-wa-0000>.

Delgado Zarzoza, M. Z. G. (2024). Habilidades sociales en estudiantes de educación secundaria de América Latina: una revisión sistemática. *Horizontes. Revista de Investigación En Ciencias de La Educación*, 8(34), 1651–1665. <https://doi.org/10.33996/REVISTAHORIZONTES.V8I34.824>

Dodge, K. A., & Rabiner, D. L. (2004). Returning to Roots: On Social Information Processing and Moral Development. *Child Development*, 75(4), 1003. <https://doi.org/10.1111/J.1467-8624.2004.00721.X>

Goldstein, A. P., & McGinnis-Smith, Ellen. (1997). *Skillstreaming the adolescent: new strategies and perspectives for teaching prosocial skills*. 337. <https://archive.org/details/skillstreamingad0000gold>

- Grasso Imig, P. (2021). Habilidades Sociales: breve contextualización histórica y aproximación conceptual. *Revista Iberoamericana ConCiencia*, 6(2), 82–98. <https://doi.org/10.32654/CONCIENCIAEPG.6-2.6>
- González Moreno, A., & Molero Jurado, M. D. (2023). Recursos de intervención para trabajar las habilidades sociales con adolescentes: Revisión sistemática cualitativa. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 28(98), 863-886.
- Kleining, G., & Witt, H. (2001). Discovery as Basic Methodology of Qualitative and Quantitative Research. *Forum Qualitative Sozialforschung / Forum: Qualitative Social Research*, 2(1). <https://doi.org/10.17169/FQS-2.1.977>
- Lopes, P. N., Salovey, P., Côté, S., & Beers, M. (2005). Emotion regulation abilities and the quality of social interaction. *Emotion (Washington, D.C.)*, 5(1), 113–118. <https://doi.org/10.1037/1528-3542.5.1.113>
- Lora-Loza, M., Sevillano-Saldaña, J., García-Ishimine, R., Rodríguez-Beas, T., & Vilca-Bejarano, Y. (2021). Efectos del programa educativo “Libres de COVID-19” sobre las habilidades sociales preventivas del adolescente. *Horizonte Médico (Lima)*, 21(4), e1387. <https://doi.org/10.24265/HORIZMED.2021.V21N4.03>
- Machay, M., Do Brasil Do Carmo, I., Quiterio, P. L., Barbosa, V., & Leme, R. (2024). HABILIDADES SOCIAIS E PESSOAS COM DEFICIÊNCIA: PANORAMA DAS PESQUISAS BRASILEIRAS. *Psicologia Escolar e Educacional*, 28, e246235. <https://doi.org/https://doi.org/10.1590/2175-35392024-246235>
- Mondragón Hernández, G. A., Moscol Lucero, J. E., & Uriarte Bernal, E. (2023). Habilidades sociales en el contexto de la educación básica en Perú. *Horizontes. Revista de Investigación En Ciencias de La Educación*, 7(30), 1962–1974. <https://doi.org/10.33996/REVISTAHORIZONTES.V7I30.642>
- Moreno, A. G., & Jurado, M. del M. M. (2022). Diferencias de sexo en habilidades sociales y creatividad en adolescentes: una revisión sistemática. *Revista Fuentes*, 24(1), 116–126. <https://doi.org/10.12795/REVISTAFUENTES.2022.17471>
- Nascimento Oliveira, A., Taciano Moreira, G., Spalding, M., Ruzene, G., Datti Micheletto, M. R., Bressane, A., & Spalding, M. (2024). EFEITOS DE UM CURSO UNIVERSITÁRIO DE EXTENSÃO SOBRE HABILIDADES SOCIAIS

DE ADOLESCENTES. *Psicología Escolar e Educacional*, 28, e250049.  
<https://doi.org/10.1590/2175-35392024-250049>

Pacheco Marimon, M., & Osorno Álvarez, G. Y. (2021). Incidencia de competencias parentales en el desarrollo de habilidades sociales en hijos únicos. *Interdisciplinaria*, 38(1), 101–116. <https://doi.org/10.16888/INTERD.2021.38.1.7>

Orbegoso Dávila, A. M., & Oseda Gago, D. (2021). Influencia de las habilidades sociales en el trabajo colaborativo en estudiantes de una universidad privada peruana – 2021. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 5(4), 5683–5694.  
[https://doi.org/10.37811/CL\\_RCM.V5I4.714](https://doi.org/10.37811/CL_RCM.V5I4.714)

Ramírez-Corone, A. A., Martínez Suárez, P. C., & Cabrera Mejía, J. B. (2020). Habilidades sociales y agresividad en la infancia y adolescencia. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 39(2), 209–214.  
<https://doi.org/10.5281/ZENODO.4068522>

Rodríguez-Rey, R., & Cantero-García, M. (2020). Albert Bandura: Impacto en la educación de la teoría cognitiva social del aprendizaje. *Padres y Maestros / Journal of Parents and Teachers*, 384, 72–76.  
<https://doi.org/10.14422/PYM.I384.Y2020.011>

Rodrigues, A. da S., Feitosa, F. B., Wagner, M. F., Pedroso, R., Rodríguez, T. D. M., & Bezerra, G. S. (2024). TREINAMENTO DE HABILIDADES SOCIAIS E AUTOESTIMA NA ADOLESCÊNCIA: UM ESTUDO DE CASO. *Psicologia Em Estudo*, 29(1), e56170. <https://doi.org/10.4025/PSICOLESTUD.V29I0.56170>

Salas-Blas, E. S., & Agreda, D. I. (2024). Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de secundaria. *Propósitos y Representaciones*, 12. <https://doi.org/10.20511/PYR2024.V12.2023>

Salimi, M., & Fauziah, M. (2023). Social Skills in Early Childhood and Primary Schools: A Systematic Review. *Jurnal Ilmiah Peuradeun*, 11(2), 441–474.  
<https://doi.org/10.26811/PEURADEUN.V11I2.930>

Sánchez-Bolívar, L., Vásquez, L. M., Escalante-González, S., Martínez-Martínez, A., & Zúrita-Ortega, F. (2023). Social Skills in Formative and Psychosocial Profile of University Students: A Systematic Review. *Universitas Psychologica*, 22, 1–10.  
<https://doi.org/10.11144/JAVERIANA.UPSY22.HSPF>

- Solis-Coaguila, S. H., Solis-Coaguila, S. H., Torres-Torres, K. E., & Herrera-Simón, V. R. (2021). Habilidades sociales en los docentes del magisterio. Una revisión sistemática. *Polo Del Conocimiento*, 6(7), 709–722.  
<https://doi.org/10.23857/pc.v6i7.2880>
- Vieira-Santos, J., Pereira Del Prette, Z. A., & Del Prette, A. (2018). Habilidades sociales educativas: revisión sistemática de la producción brasilera. *Avances En Psicología Latinoamericana*, 36(1), 45–63.  
<https://doi.org/10.12804/REVISTAS.UROSARIO.EDU.CO/APL/A.5069>