

Desarrollo de habilidades sociales en contextos universitarios

Achkakunapyachayninkunap wiñaynin hatun yachaywasip muyuyninchi

Ana María Huambachano Coll Cárdenas* Edson Jorge Huairé Inacio**

Resumen

En el presente artículo se presenta un estudio que tuvo por objetivo explicar el efecto de un programa educativo en el mejoramiento de las habilidades sociales en un grupo de estudiantes universitarios. El estudio tuvo un diseño cuasiexperimental, en el que participaron 60 estudiantes de la especialidad de Educación Física de la Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán Y Valle, 30 como grupo control y 30 como grupo experimental. El instrumento utilizado como pretest y postest fue la Escala de Habilidades Sociales (EHS) elaborado por Gismero (2000). Los resultados analizados mediante el programa SPSS versión 20, evidencian que después del desarrollo de sesiones tanto individuales como grupales en un promedio de tres veces por semana, durante cuatro meses, hay mejora en los comportamientos prosociales de los estudiantes. En consecuencia, se concluye que, trabajar en la mejora de habilidades sociales en un determinado tiempo y contexto, con materiales adecuados mejora los comportamientos prosociales de los estudiantes, es decir, si se desean mejorar las conductas prosociales de los estudiantes, es necesario la intervención mediante un programa educativo.

Palabras clave

habilidades sociales, autoexpresión, consumidor, expresión de enfado, interacción, peticiones, interacciones positivas

Shuukukuna limana:

achkakunap yachayninkuna, kikulimay, mikuku, piñakuynin lisichiku, hukwanlulay, mañakuykuna, allinhukwan lulaykuna.

Development of social skills in university contexts

Abstract

The research had as objective to verify if the application of the analog transfer strategy is effective for the inferential comprehension of the students of primary education of district El Tambo-Huancayo; It was applied type and technological level, used the experimental method, with a quasi-experimental design with pre and post-test; the analog transfer strategy was applied to a sample of 86 students from two state educational institutions during 20 classes and later evaluated by means of an inferential comprehension test composed of 20 items before and after the

Keywords

analogy, transference strategy analogy, inference, inferential comprehension.

experimental application. The results obtained allow to conclude that the application of the analog transfer strategy is effective to improve the inferential comprehension of primary school students; and is significant for referential inferences, causal antecedents, thematic and predictive inferences.

Desenvolvimento de habilidades sociais em contextos universitários

Resumo

No presente artigo, apresenta-se um estudo que objetivou explicar o efeito de um programa educativo na melhoria de habilidades sociais em um grupo de universitários. O estudo teve um desenho quase experimental, no qual participaram 60 alunos da especialidade de Educação Física da Universidade Nacional de Educação Enrique Guzmán y Valle, 30 como grupo controle e 30 como grupo experimental. O instrumento utilizado como pré-teste e pós-teste foi a Social Skills Scale (EHS) elaborada por Gismero (2000). Os resultados analisados através do programa SPSS, versão 20, mostram que após o desenvolvimento de sessões individuais e em grupo, em média, três vezes por semana, durante quatro meses, há uma melhora nos comportamentos pró-sociais dos estudantes. Consequentemente, conclui-se que, trabalhar na melhoria das habilidades sociais em um determinado tempo e contexto, com materiais adequados, melhoram-se os comportamentos pró-sociais dos estudantes, ou seja, se se deseja melhorar as condutas pró-sociais dos alunos, é necessária intervenção. através de um programa educativo.

Palavras-chave:

habilidades sociais, auto-expressão, consumidor, expressão de raiva, interação, solicitações, interações positivas.

Recibido: 19 de diciembre de 2017 Aceptado: 20 de abril de 2018.

*Filiación: Universidad Nacional de Educación "Enrique Guzmán y Valle"

**Filiación: Universidad San Ignacio de Loyola

Datos de los autores

Ana María Huambachano Coll Cárdenas. Peruana. Doctora en Ciencias de la Educación por la Universidad Universidad Nacional de Educación "Enrique Guzmán y Valle. Magister en Ciencias con mención en Fisiología por la Universidad de Concepción (Chile). Bachiller en Tecnología Médica otorgado por la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Correo: ahuambachanocc@yahoo.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1198-4426>

Edson Jorge, Huairé Inacio. Peruano. Doctor en ciencias de la educación por la Universidad Universidad Nacional de Educación "Enrique Guzmán y Valle. Maestría en Docencia Universitaria por la Universidad Universidad Nacional de Educación "Enrique Guzmán y Valle. Bachiller en psicología y ciencias sociales por la Universidad Universidad Nacional de Educación "Enrique Guzmán y Valle. Correo: edsonjhi@gmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2925-6993>

Introducción

En los seres humanos, existe una habilidad básica que se debe desarrollar para el cumplimiento de los deberes como integrantes de una sociedad, debido a que son conductas mediante las cuales se expresan ideas, sentimientos, opiniones, afectos, etc., (León, 2009). Algunos de los teóricos como Michelson (1983) y Bellack y Morrison (1982) lo definen como un conjunto de complejos comportamientos interpersonales que dependen en gran medida de factores de aprendizaje. Lo que se aprende es a mantener o mejorar una conducta dependiendo de lo que percibimos en un contexto determinado, mejoramos nuestra relación con los demás, resolvemos y reforzamos una situación social, porque somos seres predispuestos a la interacción y al aprendizaje constante. Existen investigaciones (Caballo et al., 2014; Herrera, Freytes, López y Olaz, 2012; León, Castaño, Mendo y Iglesias, 2015; Letussi, Freytes, López y Olaz, 2012; Mendo, León, Felipe, Polo, 2016; Rodríguez, Cacheiro y Gil, 2014) que evidencian que en los últimos años hay una gran preocupación por mejorar esta conducta en estudiantes universitarios, generalmente debido a la crisis social que padecen la mayoría de las sociedades en el mundo y que los futuros profesionales deben responder ante esta situación. La mayoría de los esfuerzos están enfocados en el mejoramiento de estas conductas prosociales, con programas de mejoramiento para el aprendizaje cooperativo (León, Felipe, Polo y Palacios, 2016), evaluaciones constantes para reducir algunos síntomas psicosociales (Wagner, Pereira, Oliveira, 2014) e intervenciones para la adaptación de los estudiantes a nuevos contextos de aprendizaje (Chávez, Contreras y Velázquez, 2013).

La universidad como institución involucrada en el desarrollo económico, social y cultural de una sociedad, tiene que garantizar la formación de profesionales íntegros y por ello, las investigaciones, a nivel de desarrollo personal de estudiantes, es un punto de partida para reforzar su programa de formación. Los resultados de estas investigaciones son de suma importancia para minimizar situaciones problemáticas relacionadas con las habilidades sociales en estudiantes universitarios, específicamente en las habilidades sociales básicas para la vida cotidiana (Gismero, 2000), habilidades sociales para el trabajo en equipo (León, Felipe, Mendo e Iglesias, 2015; Rodríguez y Ridao, 2014); habilidades de comunicación (García, Díez y Almansa, 2013) entre otros aspectos.

En nuestro medio, la situación no es distinta, muchos de los estudiantes que terminan sus carreras aun siendo excelentes académicamente no logran insertarse en el mercado laboral y según investigaciones previas estas problemáticas se deberían en la mayoría de los casos a la poca o casi nula habilidad social (Hidalgo y Abarca; 1989 en Zea, Tyler y Franco, 1991) que han desarrollado a lo largo de su formación académica. Ante esta problemática, el estudio que se lleva a cabo es importante debido a que, también, investigaciones anteriores evidencian que, el desarrollo o entrenamiento en habilidades sociales en estudiantes, aumenta la práctica de conductas asertivas y habilidades comunicativas, los que son sometidos a este entrenamiento, posteriormente están más dispuestos a dar y solicitar ayuda, aceptar explicaciones, hacer y responder preguntas (León, 2006), entre otros. Además, estas habilidades, se relacionan con la eficacia y el rendimiento de los equipos (Foushee y Manos, 1981; Pujolás, 2009). Por ello, el objetivo del presente trabajo fue explicar los efectos de un programa de intervención en la mejora de habilidades sociales en estudiantes universitarios.

Método

Participantes: en el estudio participaron 60 estudiantes de ambos sexos de la especialidad de Educación Física de la Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle, las

edades oscilan entre los 18 a 21 años, se adoptó un criterio de inclusión para los estudiantes matriculados en el régimen regular 2016-I y el criterio de exclusión para los estudiantes con matrícula irregular y/o repitentes. Los estudiantes fueron seleccionados de acuerdo a la sección a la que ingresaron, para el grupo control 30 y para el grupo experimental 30.

Instrumento: Se utilizó el cuestionario (EHS) Escala de Habilidades Sociales, elaborado por Gismo (2000), el instrumento está compuesto de seis dimensiones: Autoexpresión de situaciones sociales: 1,2,10,11,19,20,28,29; Defensa de los propios derechos como consumidor: 3,4,12,21,30; Expresión de enfado o disconformidad: 13,22,31,32; Decir no y cortar interacciones: 5,14,15,23,24,33; Hacer peticiones: 6,7,16,25,26; e Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto: 8,9,17,18,27. La confiabilidad del instrumento se realizó a través del coeficiente alfa de Cronbach obteniendo una puntuación de (0.894) la cual, representa una adecuada confiabilidad.

Procedimiento: la investigación se desarrolló en un semestre académico, al inicio del ciclo se identificó a los estudiantes ingresantes a la especialidad de educación física y se seleccionó por sección al grupo control y al grupo experimental. Luego se les informó de la aplicación del pretest correspondiente a ambos grupos, a la cual accedieron voluntariamente. Posteriormente se desarrolló el sistema modular, con el grupo experimental, la cual fue aplicado durante cuatro meses tiempo que dura el semestre, tres veces por semana, con una hora de duración, en la cual se tuvo en cuenta actividades tanto grupales como individuales. Se desarrollaron seis módulos, uno por dimensión. Cada módulo se desarrolló en aproximadamente ocho sesiones. Al finalizar el desarrollo modular, se les informó que se aplicaría una evaluación -postest-, a ambos grupos obteniendo los datos correspondientes. Finalmente, los datos fueron analizados mediante el programa SPSS versión 20.0, y para la prueba de las hipótesis se utilizó la prueba U de Man Whitney, debido a que los resultados tuvieron una distribución no normal, se tuvo en cuenta un nivel de significancia $p < 0.05$ y un nivel de confiabilidad del 95%.

Resultados

En principio se evidencia que, a nivel descriptivo en la media de las muestras en el pre-test, tabla 1, tanto para el grupo experimental como para el grupo de control, no hay diferencias significativas, es decir, existe una diferencia mínima a favor del grupo de control que se encuentran en mejores condiciones en cuanto al nivel de habilidades sociales mostradas pero estos resultados no son significativos.

Tabla 1

Estadísticos descriptivos de las habilidades sociales en el pretest en el grupo control y experimental

Indicador	Grupo	
	Experimental (n = 30)	Control (n = 30)
Media	66,44	74,40
Mediana	70,00	76,00
Moda	39	73
Desviación típica	15,500	10,381
Mínimo	39	46
Máximo	90	86

Luego de la aplicación del programa establecido durante 4 meses, se volvió a evaluar mediante el postest, estos resultados (tabla 2) evidencian que, la media de las muestras en cuanto a las habilidades sociales en el grupo experimental como del grupo control son ampliamente diferentes. Es decir, el grupo experimental tiene mejores habilidades sociales que el grupo control.

Tabla 2
Niveles de las habilidades sociales en el postest en el grupo control y experimental

Indicador	Grupo	
	Experimental (n = 30)	Control (n = 30)
Media	102,67	70,07
Mediana	103,00	73,00
Moda	104	73
Desviación típica	3,367	9,366
Mínimo	97	45
Máximo	108	82

En cuanto los resultados de las dimensiones de la variable en la tabla 3, se puede evidenciar que en el pretest en el grupo control y el grupo experimental no existen diferencias significativas. Es decir, que en las medias de cada una de las dimensiones existen pequeñas diferencias que no son significativas a favor del grupo control.

Tabla 3
Comparación de promedios en el pretest de las habilidades sociales en sus 6 dimensiones en el grupo control y experimental

Niveles	Grupo experimental	Grupo de control
	Promedio	Promedio
Autoexpresión en situaciones sociales	13,8	17,1
Defensa de los propios derechos como consumidor	8,53	9,47
Expresión de enfado o disconformidad	6,07	7,53
Decir no y cortar interacciones	11,67	12,70
Hacer peticiones	12,93	13,43
Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto.	13,40	14,17

Según las evidencias mostradas en la tabla 4, en el puntaje del postest, según dimensiones, tanto en el grupo control como en el grupo experimental existen diferencias significativas, siendo mayor el promedio en el grupo experimental, estos resultados se deberían al efecto de la aplicación del programa. Cabe señalar que estas diferencias si son significativas en cada una de las seis dimensiones.

Tabla 4

Comparación de promedios en el postest de las habilidades sociales en sus 6 dimensiones en el grupo control y experimental

Niveles	Grupo experimental	Grupo de control
	Promedio	Promedio
Autoexpresión en situaciones sociales	24,23 ***	16,47
Defensa de los propios derechos como consumidor	12,93 ***	9,47
Expresión de enfado o disconformidad	11,53 ***	7,53
Decir no y cortar interacciones	19,90 ***	11,83
Hacer peticiones	16,83 ***	11,50
Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto.	17,23 ***	13,27

Discusión de resultados

Luego del análisis de los resultados se logró evidenciar que las habilidades sociales mejoran en los estudiantes de la especialidad de Educación Física de la Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle, con el entrenamiento mediante la aplicación del programa de intervención. Estos resultados obtenidos permiten afirmar que las actividades implementadas durante los cuatro meses tuvieron un impacto positivo en las habilidades sociales de los participantes, quienes luego de este tiempo en su mayoría logran entablar relaciones interpersonales más equilibradas que antes.

Según Rodríguez, Cacheiro y Gil (2014), este reporte es un indicador de que la formación de estudiantes universitarios requieren el desarrollo de aspectos básicos como: escuchar y comprender a otras personas; tomar iniciativas para entablar una conversación; tratar de identificar los intereses de otros y emparejarlo con nuestros propios intereses; aprender a pedir información específica para realizar alguna acción concreta; agradecer apoyos de otras personas; tomar la iniciativa frente a alguna dificultad; construir vínculos afectivos intensos. Además, es esencial para disminuir la ansiedad social de los estudiantes (Wagner, Pereira, Oliveira, 2014); aumenta el trabajo en equipo y promover el aprendizaje cooperativo (León, Felipe, Mendo e Iglesias, 2015; Mendo, León, Felipe, Polo, 2016).

En cuanto a los resultados en las dimensiones, también se ha evidenciado que hay un efecto positivo de la aplicación del programa en el desarrollo de las habilidades sociales. Esto es, que los estudiantes en la dimensión de autoexpresión de situaciones sociales logran mejorar esta habilidad en cuanto, después de los cuatro meses de entrenamiento, se expresan con mayor naturalidad, son más activos para promover reuniones sociales entre compañeros, y, sobre todo, hay una disminución de la ansiedad social (Wagner, Pereira, Oliveira, 2014). En la dimensión, defensa de los propios derechos como consumidor, los estudiantes muestran mayor compromiso con defender sus derechos ante situaciones que creen injustos, es decir, son más activos a la hora de hacer respetar los derechos del consumidor en situaciones de reales, solicitan que los traten mejor y piden de manera asertiva a los demás, cuando éste no está en una actitud correcta en una situación de consumidor. Esto posiblemente se deba a que desarrollaron mejor la capacidad de comprender, compartir o considerar sentimientos y necesidades con otras personas, además de su expresión y comprensión de forma sensible y adecuada (Falcone, Ferreira, Luz, Fernández, Faria, D'Augustin, Sardinha y Pinho, 2008).

En la dimensión, expresión de enfado o disconformidad los estudiantes logran expresar los sentimientos negativos y desacuerdos que se encuentren justificados. Comunicando el disgusto o desagrado, pero sin usar una manera agresiva. Esto resultados, se debería a lo que señala Rodríguez, Cacheiro y Gil (2014) que los estudiantes durante la intervención “desarrollan destrezas de interacción social que implican la búsqueda de vías diversas de abordaje para lograr el efecto deseado. Hacen referencia a la capacidad para compartir, ayudar, conciliar, auto-controlarse, resolver conflictos y solicitar autorizaciones” (p. 156). En la dimensión, decir no y cortar interacciones, los estudiantes logran desarrollar capacidades en el cual, durante una interacción con el otro, si no está de acuerdo o si no se siente cómodo con la interacción puede terminar la conversación de manera asertiva, en este aspecto el estudiante es una persona directa, honesta en su comunicación (Anguiano, 2003), asumen el asertividad, como un acto que no genera ansiedad (Hidalgo y Abarca (1999).

En la dimensión, hacer peticiones, los estudiantes, luego de terminar la intervención con la aplicación de un programa que mejore las habilidades sociales, mejoran su habilidad de realizar peticiones a otros sobre algo que desea, sin experimentar demasiada dificultad. Dado que el entrenamiento en habilidades sociales desarrolla conductas asertivas y habilidades comunicativas de interacción grupal en el estudiante universitario, tales como: dar y solicitar ayuda, dar y recibir explicaciones, hacer y responder preguntas, entre otros, (León, 2006).

Finalmente en la dimensión, iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto, refiere que después de la aplicación del programa de entrenamiento en habilidades sociales, los estudiantes tienen la capacidad de comenzar interacciones con alguien del sexo opuesto y ser capaz de expresar de manera espontánea un halago o un cumplido hacia alguien a quien consideran atractivo(a), debido a que han desarrollado niveles altos de cooperación, sentimientos de felicidad, bienestar psicológico (Chávez, Contreras y Velázquez, 2013) y sensación de apego al sexo opuesto debido a que se desarrolla hormonas en el varón y en la mujer también conocidas como pro-sociales que se asocia con el surgimiento de una sensación especial de vinculación entre ambos (Irala, Osorio y Beltramo, 2001). Además, esta habilidad, según las investigaciones de *García, Cabanillas, Morán y Olaz (2014)* tienen diferencias a favor de los hombres en habilidades para el abordaje afectivo sexual, y a favor de las mujeres en habilidades conversacionales, habilidades de oposición asertiva y en habilidades empáticas y de expresión de sentimientos positivos.

Conclusiones

El objetivo del estudio fue explicar los efectos de un programa de intervención en la mejora de habilidades sociales en los estudiantes de la especialidad de Educación Física de la Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán Y Valle. Luego del análisis de los datos, se concluye que las habilidades sociales mejoran a partir de la intervención mediante la aplicación de un programa. Esto es debido a que los estudiantes internalizan conocimientos, habilidades y actitudes de comunicación, interacción social, actitudes pro sociales y sobre todo, se evidencia una disminución de conductas agresivas.

Referencias bibliográficas

- Anguiano, A. (2003). *Comunicación Asertiva*. Recuperado de <https://goo.gl/V5R5DQ>.
- Bellack, A. y Morrison, R. (1982). Interpersonal dysfunction, En A. J. Bellack, M. Hersen, y A.E. Kazdin (Eds.). *International handbook of behavior modification and therapy*. Nueva York: Plenum Press.
- Caballo, V. E., et al. (2014). *Relación de las habilidades sociales con la ansiedad social y los estilos/trastornos de la personalidad*. Behavioral Psychology/Psicología Conductual, 22, 401-422.
- Chávez, M., Contreras, O. y Velázquez, M. (2013). *Adaptación y pensamiento constructivo en estudiantes universitarios*. Psicogente, 16 (30): pp. 311-323. Recuperado de <https://goo.gl/LRzWJ>.
- Falcone, E. O., et al. (2008). Inventário de empatia (I.E.): *desenvolvimento e validação de uma medida brasileira*. Avaliação Psicológica, 7, 321-333.
- Foushee, H. C. y Manos, K. L. (1981). *Information transfer within the cockpit: problems in intracockpit communication*. En C. E. Billing y E. S. Cheaney (dirs.), *Information transfer problems in the aviation system*. Moffett Field: Nasa. pp. 63-71.
- García, M., et al. (2014). *Diferencias de género en habilidades sociales en estudiantes universitarios de Argentina*. Anuario Electrónico de Estudios en Comunicación Social "Disertaciones", 7(2), 114-135. Recuperado de DOI: <http://dx.doi.org/10.12804/disertaciones.v7i2.4622>.
- García, L. J., Díez, M. B. y Almansa, J. M. (2013). *From being a trainee to being a trainer: helping peers improve their public speaking skills*. Revista de Psicodidáctica/Journal of Psychodidactics, 18, 331-342.
- Gismero, E. (2000). *EHS Escala de Habilidades Sociales*. Madrid: TEA, Publicaciones de Psicología Aplicada.
- Herrera, A., et al. (2012). *Un estudio comparativo sobre las habilidades sociales en estudiantes de psicología*. International Journal of Psychology and Psychological Therapy, 12(2), 277-287.
- Hidalgo y Abarca; 1989
- Irala, J., Osorio, A. y Beltramo, C. (2001). *Relación afectiva en el noviazgo*. En Bañares J.I. -Bosch, J. (Editores). *La formación de la voluntad: anomalías, patologías y nonnalidad*, (Actas Del X Simposio Internacional Del Instituto Martíu de Azpilcueta – Pamplona. 2012).
- León, B. (2006). *Elementos mediadores en la eficacia del aprendizaje cooperativo: entrenamiento previo en habilidades sociales y dinámica de grupos*. Anales de psicología, 22, 105-112.
- León, B. (2009). *Salud mental en las aulas*. Revista de Estudios de Juventud, 84, 66-83.
- León, B., et al. (2015). *Habilidades sociales en equipos de aprendizaje cooperativo en el contexto universitario*. Behavioral Psychology / Psicología Conductual, 23(2), 191-214.
- Letussi, A., et al. (2012). *Un estudio comparativo sobre las habilidades sociales en estudiantes de psicología*. International Journal of Psychology and Psychological Therapy, 12, 277-287.
- Mendo, S., et al. (2016). *Entrenamiento en habilidades sociales en el contexto universitario: efectos sobre las habilidades sociales para trabajar en equipo y la ansiedad social*. Behavioral Psychology / Psicología Conductual, 24(3), 423-438.
- Michelson, L. (1983). *Social skills assessment and training with children: An empirically bases handbook*. Nueva York: Plenum Press.
- Pujolàs, P. (2009). *La calidad en los equipos de aprendizaje cooperativo. Algunas consideraciones para el cálculo del grado de cooperatividad*. Revista de Educación. Madrid, (349), 225-239.
- Rodríguez, F. J. y Ridaó, S. (2014). *El trabajo en equipo como recurso para fomentar las habilidades sociales en estudiantes universitarios*. Educación y Futuro: Revista de Investigación Aplicada y Experiencias Educativas, 31, 273-288.
- Rodríguez, L.Y., Cacheiro, M.L. y Gil, J.A. (2014). *Desarrollo de habilidades sociales en estudiantes mexicanos de la preparatoria a través de actividades virtuales en la plataforma MOODLE*. Tesis.
- Wagner, M. F., Pereira, A. y Oliveira, M.S. (2014). *Intervención sobre las dimensiones de la ansiedad social por medio de un programa de entrenamiento en habilidades sociales*. Behavioral Psychology / Psicología Conductual, 22(3), 423-440.
- Zea MC, Tyler FB y Franco, MC (1991). *Psychosocial competence in Colombian university students*. Interamerican Journal of Psychology, 25, 135-145.