

Programa para el favorecimiento de habilidades sociales a estudiantes de la universidad metropolitana de Barranquilla, Colombia

Program for the promotion of social skills to students of the metropolitan university of Barranquilla, Colombia

<https://doi.org/10.47606/ACVEN/PH0291>

Dunis del Rosario Ochoa Berrio^{1*}

<https://orcid.org/0000-0002-4142-7591>

dunisochoa@hotmail.com

Mireya Frausto Rojas¹

<https://orcid.org/0000-0002-0970-5037>

Recibido: 20/07/2024

Aceptado: 23/09/2024

RESUMEN

Los estudiantes universitarios enfrentan diversas situaciones durante su vida académica, como adaptarse al entorno universitario, socializar, trabajar en equipo y resolver conflictos. Si no se manejan adecuadamente, estas experiencias pueden generar frustración, estrés, ansiedad e incluso depresión. Los docentes observamos constantemente estos desafíos en nuestros estudiantes. Para abordar esta problemática, se diseñó y ejecutó un programa que promueve el desarrollo de habilidades sociales en estudiantes universitarios; utilizando un enfoque mixto, con un diseño pre experimental de prueba pre y post, en un solo grupo control. La técnica empleada fue una encuesta de escala tipo Likert y el instrumento principal utilizado fue el Test de Goldstein, que consta de 50 ítems que describen seis tipos de habilidades sociales: básicas, avanzadas, relacionadas con los sentimientos, alternativas a la agresión y habilidades para enfrentar el estrés y la planificación. Los resultados mostraron un aumento satisfactorio en las habilidades sociales de los estudiantes universitarios después de participar en el programa. Esta investigación subraya la importancia de cultivar habilidades sociales en el ámbito universitario para el crecimiento personal y profesional de los estudiantes, equiparable con los resultados de esta investigación, donde los estudiantes consideran que las habilidades sociales son importantes para su desarrollo personal y profesional. Los profesores y educadores deben promover el desarrollo de habilidades sociales en los estudiantes, ya que estas habilidades son esenciales para el éxito personal y profesional.

Palabras Clave: Habilidades Sociales, Estudiantes Universitarios, Test de Goldstein,

1. Universidad Americana de Europa (UNADE)- Colombia

* Autor de correspondencia: dunisochoa@hotmail.com

ABSTRACT

University students face several situations during their academic life, such as adapting to the university environment, socializing, working in team, and resolving conflicts. If not properly managed, these experiences can lead to frustration, stress, anxiety, and even depression. As educators consistently we are observing these challenges in our students. To address this issue, a program was designed and implemented to promote the development of social skills in university students. The approach used a mixed method, with a pre-experimental design involving pre- and post-tests in a single control group. The technique employed was a Likert-scale survey, and the main instrument used was the Goldstein Test, consisting of 50 items describing six types of social skills: basic, advanced, emotion-related, alternatives to aggression, and stress management and planning skills. The results show us a satisfactory increase in social skills among university students after participating in the program. This research underscores the importance of cultivating social skills in the university context for students personal and professional growth. Professors and educators should actively promote the development of social skills in students, as these skills are essential for personal and professional success.

Keywords: Social skills, university students, Goldstein test.

INTRODUCCIÓN

La sociedad es cambiante, dinámica, holística, transformadora, hace uso de recursos no solo humanos sino tecnológicos y científicos, los cuales le permite establecer sus propios códigos de comunicación, le permite avanzar o no en su desarrollo integral; así mismo transforma drásticamente la cotidianidad de las personas, obligándolas a interactuar acorde a los intereses propios y ajenos, acorde a los lugares en que se encuentren, bien sea por trabajo, educación, recreación... en fin ... Por ello es importante crear modelos y estrategias educativas acordes a los cambios sociales, previendo todo tipo de situaciones que permitan al estudiante estar preparados y enfrentar retos que la dinámica social exige en el día a día. Es importante resaltar que hoy en día hay una gran proliferación de profesiones y profesionales que semestralmente salen al mercado laboral en búsqueda de una oferta conveniente para solventar las necesidades apremiantes de cada persona, pero las empresas también están en la búsqueda de profesionales que agreguen valor a su empresa.

Esto es apenas uno de los aspectos que preocupan a la sociedad hoy en día, sin dejar de lado el uso excesivo en la comunicación virtual y una gran disminución en la comunicación "face to face". El uso del internet ha tomado un gran auge a medida que pasa el tiempo, trayendo consigo una serie de limitaciones de interacción cara a cara con otras personas, pero ha aumentado la interacción virtual, situación que desfavorece el desarrollo de algunas habilidades sociales, tal como lo confirma un estudio realizado por (Gómez y Marín 2017) quienes explican que a mayor uso del internet menor es la posibilidad de

desarrollar habilidades sociales perjudicando la interacción interpersonal.

Cabe anotar que “la carencia de habilidades sociales en los estudiantes puede generar serias dificultades, entre ellas está el ser víctima de violencia en el ámbito escolar (Sánchez, 2020) y así como también pueden conllevar a una “incapacidad social”, según Aguirre: la incapacidad social no es fácilmente detectable en todas las situaciones. Muchas veces se le confunde con torpeza o con arrogancia, vanidad o desprecio hacia otros. Pero ciertamente, tanto la incapacidad social manifiesta como la no manifiesta o confusa, son ambas los extremos de una misma cuerda. Las dos producen insatisfacción, incomodidad y marginalidad. Ambas necesitan ayuda urgente (2018). según Cáceres, 2019. “Para el estudiante uno de los principios por lo que se genera estrés académico es la inadecuada practica de habilidades sociales, en periodos de alta tensión académica”.

Hay que mencionar además, que en el ejercicio docente es indispensable identificar los estilos de aprendizaje, por ejemplo: la teoría de aprendizaje sociocultural de Vygotsky, hace énfasis claramente en el aprendizaje sociocultural de cada individuo y por lo tanto en el medio en el cual se desarrolla, cabe resaltar que para Vygotsky se requiere del apoyo de un guía para que se dé un aprendizaje o un cambio; la teoría del aprendizaje socio cognitivo de Bandura que se enfoca en que el aprendizaje se da a través de la experiencia de otros, por observación y que este proceso requiere de motivación como elemento esencial; el aprendizaje por descubrimiento (Bruner) descubre los conceptos, sus relaciones y los reordena en pro de su adaptación cognitiva; la teoría de aprendizaje significativo (David Ausubel), sostiene que el aprendizaje se da por la recepción, no por el descubrimiento, enfatiza en la importancia de la interacción entre docentes – estudiantes, donde el aprendizaje se desarrolla mejor mediante ejercicios con ejemplos, realización de diagramas, creación de dibujos incluso con fotografías; la teoría de las inteligencias múltiples (Howard Gardner), quien explica que la inteligencia no es dada por la medición del coeficiente intelectual, que todas las personas tienen competencia casi innatas, que el hecho de no registrar un CI alto, no significa que no sea inteligente, solo que no es inteligente con el estándar que fue medido. (Vielma y Salas, 2000).

A su vez, la teoría de la inteligencia social y emocional de Goleman: Según Stenberg citado por Goleman (2006), sostiene que “la inteligencia social no sólo es muy diferente de las habilidades académicas, sino que constituye un elemento esencial que permite a la persona afrontar adecuadamente los imperativos prácticos de la vida” (pag 53). Goleman También considera que la inteligencia social “implica la capacidad de reconocer lo que es apropiado y lo que no lo es en la toma y daga de la relación social”, de igual forma considera que la inteligencia social es una de las características propias de la inteligencia emocional. (Pag 181).

La inteligencia emocional según Goleman permite que aprendamos a relacionarnos de forma más inteligente teniendo en cuenta nuestras emociones que pueden verse afectada por las cicatrices emocionales que tenemos grabada y los padres son los directos responsables de estas cicatrices, pero también son

los responsables de inculcarles “elementos fundamentales de la inteligencia emocional: aprender a reconocer, canalizar y dominar sus propios sentimientos y empatizar y manejar los sentimientos que aparecen en sus relaciones con los demás” (pag 212). Sin duda, adquirir habilidades sociales es fundamental para desarrollar competencias sociales efectivas, por ello el proceso es complejo. A medida que las personas adquieren y aplican estas habilidades, mejoran su capacidad para relacionarse con éxito en su entorno personal, profesional, familiar y social.

Por tanto, el propósito general de esta investigación fue Diseñar y ejecutar un programa para el favorecimiento de habilidades sociales, con el fin de impulsar el desarrollo personal y profesional en estudiantes universitarios, para ello fue indispensable tres pasos: a) Identificar las habilidades sociales que poseen los estudiantes, con el fin de establecer que habilidades deben ser reforzadas y cuales tienen más desarrollada, mediante la aplicación del pre test de escala de habilidades sociales de Goldstein; b) Clasificar y Aplicar cada una de las habilidades sociales a desarrollar durante el curso, con el fin de que los estudiantes experimenten cada uno de ellas reconociendo su importancia y logren adaptarlas a su rutina diaria, a través del plan de actividades pedagógicas teórico practico previamente diseñado; c) Analizar comparativamente el antes y después de la aplicación del test de escala de habilidades sociales de Goldstein, con el fin de demostrar que el programa logra incrementar significativamente las habilidades sociales en los estudiantes universitarios y de esta manera poder dar respuesta a la gran pregunta ¿Cómo fomentar habilidades sociales en estudiantes universitarios para favorecer su desarrollo profesional y personal? (Goldstein, et. al., 1989)

METODOLOGÍA

Esta es una investigación que se enmarca en un enfoque mixto, pre experimental con un diseño de prueba/post prueba con un solo grupo control, de igual forma se establece un tipo de estudio correlacional descriptivo: lo que se pretende es que sin manipular las variables se logre evidenciar cambios significativos al final del proceso.

La población estuvo constituida por estudiantes de la Universidad Metropolitana matriculados en I semestre I P 2021 con una muestra de cuatrocientos noventa y dos (492) estudiantes voluntarios, matriculados en I semestre del I periodo del 2021 de los diferentes programas académicos de la universidad metropolitana a los cuales se les aplica el pre test como prueba diagnóstica y se ejecuta a esta misma población el programa de HS. Para el post test se escoge una segunda muestra a conveniencia del 50% (246 estudiantes) de la muestra inicial.

Se aplicó técnicas de encuesta y observación, mediante cuestionario y matriz, respectivamente (Hernández, 2014). Se aplica como técnica una encuesta de escala tipo Likert cuyo instrumento principal es el Test de Goldstein, el cual se realiza al inicio del proceso como pre test y al final del proceso se realiza nuevamente como post test. De igual forma para medir los indicadores se

establecen unas encuestas cortas y rápidas que permitan evaluar la participación de los sujetos voluntarios.

Otra técnica establecida es la observación, usando el Feedback como estrategia una vez finalizada cada actividad, con el fin de recopilar la experiencia vivida con algunos sujetos voluntarios que narran su sentir. (Goldstein, et. al., 1989)

RESULTADOS

Tabla 1.
Pre Test Habilidades sociales de Goldstein

PRIMERAS HS	AVANZADAS	RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS	ALTERNATIVAS A LA AGRESIÓN	PARA HACER FRESNTE AL ESTRÉS	PLANIFICACIÓN	
24	18	21	32	40	28	DO
32	24	28	36	48	32	DM
75	75,0	75,0	88,9	83,3	87,5	DP

Nota: Actividad virtual 2021

Tabla 2.
Post Test Habilidades sociales de Goldstein

PRIMERAS HS	HS AVANZADAS	HS RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS	HS ALTERNATIVAS A LA AGRESIÓN	HS PARA HACER FRESNTE AL ESTRÉS	HS PLANIFICACIÓN	
25	19	22	31	38	26	PDO
32	24	28	36	48	32	PDM
78,125	79,2	78,6	86,1	79,2	81,25	PDP

Nota: Actividad virtual con grupos voluntarios (2021)

Fórmula para obtener la puntuación directa ponderada

$$\frac{\text{Puntuación Directa Obtenida (PDO)}}{\text{Puntuación Directa Máxima (PDM)}} \times 100$$

Tabla 3.
Datos de la observación

Actividad	Dinámica de presentación	Debate	Cofre de los recuerdos	Juego de emparejamiento	Juego virtual	Guía de planificación
Observaciones	La actividad se llevó a cabo con gran dinamismo y las instrucciones fueron comprendidas eficazmente. Sin embargo, se observaron variaciones en la participación de los grupos: uno de ellos mostró pasividad y timidez, además de enfrentar dificultades para entender las instrucciones. . . pesar de su tamaño, algunos grupos numerosos iniciaron con timidez, aunque lograron comprender lo que se les indicaba. Por otro lado, hubo quienes se caracterizaron por su actitud inquisitiva, mostrando un fuerte interés por conocer todos los detalles. En contraste, un grupo más reducido se mostró extremadamente tímido, participando casi por obligación y manifestando numerosas dudas.	La participación fue notablemente activa y dinámica. La gran mayoría de los participantes logró expresar y defender sus puntos de vista con claridad. No obstante, se observó que algunos cambiaron de opinión después de enfrentarse a una pregunta hipotética, lo que sugiere que sus posturas iniciales podrían estar sujetas a condiciones. Además, la actividad generó un alto nivel de compromiso, permitiendo a los participantes expresar abiertamente sus emociones en respuesta a los videos presentados.	La actividad se caracterizó por una participación activa, donde los asistentes compartieron sus impresiones y emociones evocadas por el video. Mientras que algunos se mostraron abiertos al expresar sus pensamientos y sentimientos, otros optaron por mantener una postura más reservada. En el caso de los grupos más numerosos, se notó una tendencia a la reticencia, con varios integrantes eligiendo permanecer en silencio.	La energía participativa se mantuvo tan vibrante como en el primer día. Se observó que ciertos grupos necesitaron asistencia adicional para seleccionar la imagen adecuada, mientras que la mayoría mostró un entusiasmo constante por involucrarse. Algunos grupos, por su parte, precisaron de instrucciones detalladas y explícitas para proceder adecuadamente. Hubo estudiantes que, aunque necesitaron ayuda con las imágenes, participaron de manera tranquila y mesurada. Destacó especialmente un grupo con el que, tras implementar un cambio de estrategia, se logró una participación dinámica y efectiva.	El juego resultó ser excepcionalmente popular, brindando a los participantes la oportunidad de revelar una gama de emociones auténticas, desde la vergüenza hasta el enojo, pasando por la confusión y la rabia. Esta actividad se convirtió en una ventana para que los individuos se mostraran en su forma más genuina.	La actividad, de naturaleza compleja, implicó la exposición y resolución de un caso práctico. Algunos participantes expresaron dificultades al confrontar la realidad de su situación, lo que resalta la profundidad y el desafío inherente a la tarea.

Nota: Actividad virtual con grupos voluntarios (2021)

CONCLUSIONES

En esta investigación, al diseñar y ejecutar el programa para el favorecimiento de habilidades sociales con el fin de impulsar el desarrollo personal y profesional en estudiantes universitarios, los resultados comparados del pre test y post test muestran un aumento en los tres primeros grupos de Hs: en las Primeras Hs el aumento fue de 3,1%, en las Hs avanzados fue de 4,2% y Hs relacionados con los sentimientos el aumento fue de 3,6%.

Esto confirma que es posible desarrollar habilidades sociales, tal como se demuestra en los resultados de otras investigaciones como la de (Rivera et al., 2019).

Es importante destacar un aspecto notable en los resultados: la disminución de ciertas habilidades sociales que se observaron inicialmente en el pretest. Las habilidades que mostraron una reducción significativa son: Hs alternativa a la agresión disminuyó un 3.8%, la Hs para hacer frente al estrés disminuyó en un 4.1%, y la Hs de planificación disminuyó en un 6.25%. Estos resultados sugieren que los estudiantes creían poseer estas habilidades sociales de manera sólida; sin embargo, tras la práctica y mayor conocimiento, comprendieron que no estaban tan desarrolladas como pensaban.

Esto se corrobora con las actividades realizadas, donde la participación y los indicadores de estas habilidades fueron inferiores a lo esperado. La mayoría de los estudiantes encontraron dificultades para desarrollarlas, lo que demuestra que no son habilidades fáciles de adquirir y aun así el porcentaje fue superior al del otro grupo de habilidades sociales.

En cuanto a las habilidades alternativas a la agresión, aunque un 70% de

los estudiantes identificaron correctamente las habilidades sociales, los comentarios en las coevaluaciones por parte de sus compañeros revelaron dificultades reales en el manejo de estas habilidades. En lo que respecta al manejo del estrés, el porcentaje también fue bajo en relación con los indicadores de las actividades. Aunque los estudiantes lograron relacionar las habilidades sociales del test de Goldstein con otras habilidades e incluso con imágenes que representaban estas habilidades, los comentarios muestran que tienden a confundir algunos aspectos relacionados con el manejo de estas habilidades sociales. (Goldstein, et. al., 1989)

En relación con mi plan de trabajo y la habilidad de planificación, fue en esta área donde los estudiantes encontraron mayores dificultades. La actividad consistía en identificar un problema y planificar su resolución, y aquí se evidenció una mayor dificultad para que los estudiantes pudieran, en primer lugar, identificar un problema y luego afrontarlo. Los porcentajes obtenidos en el post test son coherentes con las dificultades observadas en las actividades realizadas. Por ello se requiere de habilidades socioemocionales para la enseñanza – aprendizaje. “A través del currículo escolar de la educación superior se puede fomentar el desarrollo de habilidades socioemocionales” (Trejo 2019).

Estos tres últimos grupos de habilidades sociales deben ser reforzadas y practicadas con mayor frecuencia para su desarrollo efectivo. De igual forma se comprueba la hipótesis de la investigación, donde se determinaba que los estudiantes tendrían un aumento significativo en sus Hs, sobre todo una vez ejecutado el programa.

En definitiva, estos resultados son consistentes con los hallazgos de otras investigaciones sobre habilidades sociales en estudiantes universitarios. Por ejemplo, un estudio realizado en España encontró que los estudiantes universitarios consideran que las habilidades sociales más importantes son la comunicación, la resolución de conflictos y la empatía (López-Pina et al., 2017). Esta investigación sobre HS en estudiantes universitarios tiene un gran impacto social por todos los que se benefician: estudiante, familias, instituciones educativas, organizaciones y por ende la misma sociedad. En este orden de ideas se puede decir que la sociedad requiere de muy buenos profesionales, pero más que eso, requiere de muy buenas personas que sean muy buenos profesionales.

REFERENCIAS

- Aguirre, R (2018). Desarrollo de habilidades sociales para estudiantes universitarios de alto potencial académico. Revista ORADORES Universidad Metropolitana de Educación, Ciencia y Tecnología, Panamá. núm. 9, 2018. URL: <http://portal.amelica.org/ameli/jatsRepo/328/3281312004/index.html>
- Goldstein, A. P., Sprafkin, R. P., Gershaw, N. J., y Klein, P. (1989). Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia. Barcelona: Martinez Roca.
- Goleman, D. 1995. La inteligencia emocional; por qué es más importante que el coeficiente intelectual. Libro virtual Le Libros. <http://LeLibros.org/>
- Goleman, D. (2006). La inteligencia social: la nueva ciencia para mejorar las

- relaciones humanas. Editorial planeta. México
- Gómez, K. y Marín, J. (2017). Impacto que generan las redes sociales en la conducta del adolescente y en sus relaciones interpersonales en Iberoamérica los últimos 10 años. (Tesis de licenciatura). <https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/747/1/Impacto%20que%20generan%20las%20redes%20sociales%20en%20la%20conducta%20del%20adolescente%20y%20en%20sus%20relaciones%20interpersonales%20en%20Iberoam%C3%A9rica%20los%20%C3%BAltimos%2010%20a%C3%B1os.pdf>
- Hernández Sampieri, R., Collado, C. & Lucio, P. (2014). Metodología de la investigación. México: McGraw- Hill/Interamericana.
- Monjas, I. & Gonzáles, B. (1995). Las habilidades sociales en el currículo. Secretaría General Técnica. H
- Rivera, J., Lay, N., Moreno, M. E., Pérez, A., Rocha, G., Parra, M., Duran, S. E., García, J., Redondo, O., & Torres Rivas, E. (2019). Programa de entrenamiento para desarrollar habilidades sociales en estudiantes universitarios. *Espacios*, 40(31), Artículo p101.
- Sánchez, J. (2020). Estilos de crianza y habilidades sociales en adolescentes víctimas de acoso escolar de Instituciones Educativas nacionales del distrito de Sullana. Tesis de grado ORCID: 0000-0003-0256-2210. Universidad Cesar vallejo. Piura-Perú.
- Trejo, K. (2019). Fomento de las habilidades socioemocionales en el currículo escolar de la educación superior como contribución para una mejor convivencia. Universidad Autónoma Metropolitana, Universidad Autónoma Metropolitana, Unidad Cuajimalpa. Ciudad de México. Enlace de registro en ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6264-5638> Enlace de registro en Google académico: https://scholar.google.es/citations?view_op=list_works&hl=es&user=s_8CgfMAAAAJ
- Torrano-Martínez, R., Ortigosa-Quiles, J. M., Riquelme-Marín, A., & López-Pina, J. A. (2017). Evaluación de la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de Educación Secundaria Obligatoria. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 4(2), 103-110.
- Vielma V, Elma.; Salas, M, (2000). Aportes de las teorías de Vygotsky, Piaget, Bandura y Bruner. Paralelismo en sus posiciones en relación con el desarrollo Educere, vol. 3, núm. pp. 30-37 Universidad de los Andes Mérida, Venezuela