

## Habilidades Sociales: breve contextualización histórica y aproximación conceptual

### *Social skills: brief historical contextualization and conceptual approach*

Recepción del artículo: 10-02-2021 | Aceptación del artículo: 11-06-2021

**Paula Grasso Imig**

Centro de Evaluación e Investigación en  
Ciencias de la Salud (CEICS)

[paula.grasso@uai.edu.ar](mailto:paula.grasso@uai.edu.ar)

 <https://orcid.org/0000-0003-1977-6805>

### Resumen

Desde hace ya varias décadas que las habilidades sociales se han convertido en un importante objeto de estudio de la investigación psicológica. No obstante, se encuentra entre los constructos más difíciles al momento de identificar un modelo que refiera de forma unificada su significado. Este trabajo tiene como objetivo presentar un recorrido articulado acerca de algunos desarrollos relevantes acerca del mismo, para poder arribar a una idea integrada. Partiendo de la idea que, las habilidades cognitivo-contextuales permiten ordenar y organizar la vida de las personas, han sido un factor primordial en la adaptación de las sociedades y sus culturas, se pretende desarrollar un recorrido que permita a quienes las investigan tener una idea general acerca de cómo se las entiende, y que además permita estructurar nuevos trabajos sobre el tema.

#### Para referenciar este artículo:

Grasso-Imig, P. (2021). Habilidades Sociales: breve contextualización histórica y aproximación conceptual. *Revista ConCiencia EPG*, 6(2), 82-97.

<https://doi.org/10.32654/CONCIENCIAEPG.6-2.6>

G.6-2.6

**Palabras Clave:** habilidades sociales – contexto – dimensiones cognitivo-contextuales.

## Abstract

For several decades now, social skills have become an important object of study in psychological research. However, it is among the most difficult constructs when it comes to finding a model that refers to its meaning in a unified way. This work aims to present an articulated journey about some relevant developments about it, in order to arrive at an integrated idea. Starting from the idea of cognitive-contextual skills, which allow ordering and organizing people's lives, as well as having been a primary factor in the adaptation of societies and their cultures, it is intended to develop a path that allows those who They investigate to have a general idea about how they are understood, and that also allows to structure new works on the subject.

**Key Words:** social skills - context - cognitive-contextual dimensions.

## Resumo

Há várias décadas, as habilidades sociais se tornaram um importante objeto de estudo na pesquisa psicológica. Porém, está entre os construtos mais difíceis quando se trata de encontrar um modelo que se refira ao seu significado de forma unificada. Este trabalho tem como objetivo apresentar um percurso articulado sobre alguns desdobramentos relevantes sobre o assunto, a fim de se chegar a uma ideia integrada. Partindo da ideia de

competências cognitivo-contextuais, que permitem ordenar e organizar a vida das pessoas, para além de terem sido um factor primordial na adaptação das sociedades e das suas culturas, pretende-se desenvolver um percurso que permita àqueles que investigam ter uma ideia geral de como são compreendidos e que também permite estruturar novos trabalhos sobre o assunto.

**Key Words:** habilidades sociais - contexto - dimensões cognitivo-contextuais.

## Introducción

En un recorrido por el desarrollo histórico de las habilidades sociales y la descripción del término, se puede observar que éste en gran medida tiene que ver con las relaciones sociales, de hecho, en cada una de las cosas que se hacen hay un componente que implica relacionarse con los demás y que determina, en buena medida (ya sea para facilitar o entorpecer), la búsqueda del equilibrio emocional (Fernández Ballesteros, 1994).

Sería raro poder escapar de los efectos que las relaciones sociales tienen, bien sea en el lugar de trabajo, de estudios, o dentro de la propia familia. Una interacción placentera en cualquiera de estos ámbitos trae aparejado sentimientos armoniosos, permitiendo desarrollar las tareas de manera adecuada o, mejor dicho, tener un desempeño con mayor eficacia (Hernández, 2012).

En ese sentido, a lo largo de su desarrollo el ser humano va adquiriendo una serie de habilidades que le permiten adaptarse al medio, tanto físico como social, y entre estas habilidades se destacan las sociales, que facilitan la interacción con otros y permiten al individuo resolver problemas sin perjudicar a los demás (Michelson, 1987).

Sin embargo, antes de dar una definición que abarque todo lo que el comportarse en sociedad implica, se observa que existen dificultades de distintos órdenes al momento de operacionalizar esta variable, motivo por el cual es pertinente aclarar que no existe acuerdo en una definición concreta acerca de las habilidades sociales (Gismero González, 2002). En esa línea, siguiendo a Contini de González (2011), una de las dificultades -sino la más importante asociada a este hecho- es que usualmente se refieren a un contexto específico; otro de los inconvenientes es la superposición de conceptos: esto hace referencia a que existen autores que toman como sinónimos términos tales como asertividad, competencia social, habilidades sociales, mientras que otros autores se encargan de separarlos (Contini de González, 2011; Gismero González, 2002). Según Gismero González (2002), haciendo de estos los aspectos que se hacen necesarios explicitar a los fines de una mejor comprensión de la definición operacional.

### **Habilidades Sociales. Recorrido histórico y aproximación al concepto**

Hace ya varias décadas que el estudio de las habilidades sociales ha ido cobrando

gran relevancia; se ha tratado de un tema que en una primera aproximación no revestía gran interés, y esto podría fundamentarse en lo obvio de entender a los contextos sociales como parte del ambiente natural de los seres humanos. Sin embargo, los cambios vertiginosos que se suceden desde hace ya varios años, y las consecuentes alteraciones que estos producen en los diferentes contextos, parece justificar el creciente interés por entender más acerca de este concepto. En esa línea, puede observarse que ante tales cambios y su complejidad estas habilidades tienen una importancia mayor y renovada (Cohen, 2006; Fernández, Palomero & Teruel, 2009; Gismero González, 2002).

En un primer momento, en la década de los 30, aunque no eran denominadas así y tampoco son reconocidos como antecedentes de trabajos acerca de habilidades sociales, esta variable era estudiada en investigaciones que tenían como propósito analizar las conductas sociales de los niños (Caballo, 2007; Gismero González, 2002; Olivos, 2010; Phillips, 1985). De esta manera, Jack (1934) concluye que la conducta social del niño se encuentra mediada por variables internas y externas, y, desde un enfoque mentalista, explica que las internas influyen más en el desarrollo que las ambientales. Por su parte, Williams (1935) indagó acerca de la forma en la cual los niños buscan aprobación a partir de respuestas adecuadas, respeto, responsabilidad y empatía, y cómo esto se asociaba al progreso social; por su parte, Murphy, Murphy y Newcomb (1937) analizaron la conducta social de los niños y lograron determinar dos formas predominantes de

este tipo de conducta, una asociada a la asertividad social y la otra que resultaba ofensiva en el entorno.

Más adelante en el tiempo, entre las décadas del 40 y 60, algunos autores (e.g. Adler, 1931; Horney, 1945; Sullivan, 1953; White, 1968) mostraron ciertas objeciones respecto de los planteos freudianos acerca de los instintos biológicos, dando paso a propuestas que contemplasen modelos interpersonales integradores de los aspectos asociados al desarrollo de las habilidades sociales y de la personalidad (Caballo, 2000; Curran, 1985; Gismero González, 2002; Mardones Luco, 2016). Este tipo de modelos se basan en una reconstrucción analítica que interpreta las experiencias tempranas, teniendo en cuenta las áreas antes mencionadas.

Igualmente, cabe destacar que Kelly (1979) realiza una crítica a estos modelos, ya que entiende que, al centrarse en las experiencias tempranas, así como en los aspectos poco adaptativos del funcionamiento social, se omite la enseñanza de nuevas competencias sociales, que podrían contribuir a lograr competencias sociales adaptativas, que a su vez impactarían en un sentido positivo en la vida de las personas.

Por su parte, Caballo (2007) y Gismero González (2002) explican que a partir del estudio sistemático de las habilidades sociales se observan algunas fuentes, a modo de antecedentes, como las siguientes:

- a. En un principio puede señalarse a Salter (1949), quien, a partir

de trabajos pavlovianos acerca de la actividad nerviosa superior, realizó una aproximación al concepto personalidad excitatoria; esta idea fue retomada por Wolpe (1958), quien introduce la noción de conducta asertiva, en ocasiones usada como sinónimo de habilidad social. Desde este enfoque, entre los años 60 y 80, se realizaron algunas investigaciones (e.g. Goldstein & Kanfer, 1981; Lazarus, 1966; McFall, 1982; Wolpe, 1969) que se focalizaron en programas de entrenamiento efectivos orientados a reducir los déficits en las habilidades sociales y asertividad (Gismero González, 2002). Kelly y Lamparski (1985) retomaron estos estudios para profundizar sobre el entrenamiento en habilidades sociales.

- b. Otra de las fuentes viene marcada por los desarrollos de Zigler y Phillips (1961) acerca de la competencia social; estos autores trabajaron con adultos institucionalizados, y encontraron que tanto la tasa de recaída como el tiempo de internación eran menores si la competencia social es alta. Además, pudieron señalar que el nivel de competencia social observado antes de la internación es un predictor adecuado del ajuste post hospitalario, aún más que el diagnóstico o el tipo de

tratamiento que se recibe en el hospital.

- c. Otra de las fuentes consideradas explica que en los años 50 aumentó el interés por las habilidades sociales, sobre todo en el área de la psicología laboral y organizacional, y en lo relacionado a lo educacional (Michelson, Sugat, Wood & Kazdin, 1987). Además, se registra en Inglaterra otro momento importante, dado que allí se realizaron investigaciones de laboratorio acerca de los procesos básicos que conforman la interacción social. Fue en Oxford que se formuló un modelo de competencia social, el cual se basaba en las similitudes entre la conducta social y la ejecución de habilidades motoras, que también tenía en cuenta la importancia de las señales no verbales (Argyle, 1969).

Respecto de lo sucedido en Inglaterra cabe destacar que ciertos estudios analizaban el término habilidad social a partir de la interacción hombre – máquina, a partir de lo cual se especulaba que la similitud observada requería de características perceptivas, motoras, decisorias, así como las que tienen que ver con el procesamiento de la información. A partir de estos desarrollos la noción de habilidades sociales se transfirió a la interacción hombre – hombre, y esto dio lugar a los trabajos que se basaron en este concepto (Argyle & Kendon, 1967). A diferencia de esto, en Estados Unidos las

investigaciones pusieron su foco en los aspectos clínicos y el uso de las conductas asertivas, partiendo de la idea de que un déficit en este tipo de conductas se podía considerar un índice de inadecuación social (Caballo, 2000). En resumen, se observa que mientras en Inglaterra y Europa se ponía el énfasis en la Psicología Social y la Ocupacional, en Estados Unidos el predominio fue en el área de la Psicología Clínica y de consulta (Caballo, 2007; Furham, 1985; Gismero González, 2002; Mardones Luco, 2016). En este punto es interesante resaltar algunos aspectos relevantes de dichos desarrollos, tales como que los americanos se basaron en las nociones del condicionamiento clásico, mientras que los europeos retomaron el cognitivismo, adoptando también los planteos de la cibernética. De esta manera, se deduce que para la corriente estadounidense las conductas asertivas son reactivas a los eventos externos, mientras que para los europeos las habilidades sociales responden a variables internas, dependiendo de las metas y las motivaciones de cada persona.

En los años 80 las habilidades sociales cobran mayor relevancia en el ámbito académico debido a los desarrollos en el área de las inteligencias múltiples (Gardner, 1993; Trianes & García, 2002). Gardner realiza una distinción entre 7 inteligencias: lingüística, musical, espacial, lógico-matemática, cinético-corporal, intrapersonal e interpersonal; estas dos últimas destacan como las que se asocian de una forma más estrecha con la noción de habilidades sociales (Bisquerra, 2003; Trianes & García, 2002). En adición a esta idea, se encuentran los desarrollos de

Salovey y Mayer (1990), quienes proponen a la Inteligencia Emocional como un concepto amplio, a partir de un modelo que incluye temas asociados a las emociones, la relación con otros y las habilidades sociales. En ese punto, el hecho de comprender dichos aspectos ha colaborado a la investigación de las habilidades sociales, ya sea desde estudiar a las habilidades sociales en sí mismas o como componente de la inteligencia emocional.

Una vez descriptas estas generalidades, en el apartado siguiente se especifican algunas de las definiciones más relevantes y se concluye con el modelo propuesto por Gismero González (2002)

### **Habilidades Sociales. Conceptualización**

Antes de comenzar por la definición, resulta conveniente señalar que existen algunas dificultades al momento de conceptualizar este constructo. Una de ellas es que existen diferentes términos que se utilizan para referirse a las habilidades sociales, lo que a menudo puede generar confusión al respecto. Otra de las dificultades detectadas es que algunas definiciones sólo contemplan lo referido a lo conductual, otras sólo refieren a las consecuencias de tales conductas, mientras que otras articulan ambos aspectos. Por último, en la necesidad de llegar a una definición consistente y unificada se encuentra la idea intrínseca de que la conducta socialmente habilidosa responde (más que otros constructos) a las características del contexto cultural que intenta describirlas; en ese sentido, depende estrictamente de los usos y costumbres de tal contexto, por lo tanto, lo

que resulta adecuado en una cultura podría ser inapropiado en otras. En adición, debe contemplarse que cada sujeto tiene sus propias creencias, actitudes, capacidades y valores que conforman un estilo particular de interacción con el medio; esto conjugado con lo antes explicado es un factor que genera, en muchas ocasiones, determinada distancia entre los hechos concretos y lo esperado, por lo que no se puede especificar un criterio absoluto respecto de habilidad social (Caballo, 2000).

En lo referido a las definiciones que enfatizan en las conductas, postulan que estas últimas son importantes dado que involucran las opiniones, los sentimientos y las emociones de cada persona, y es a partir de estos factores que puede describirse la capacidad para percibir, entender y responder a los estímulos que provienen del ambiente (Blanco, 1983). En cuanto a las definiciones asociadas a las consecuencias se observa que se trata de la capacidad para comportarse de una manera que permita al sujeto ser recompensado socialmente y evite ser ignorado o castigado; en esta línea, se espera que las conductas aprendidas y utilizadas en las relaciones interpersonales conduzcan a una relación efectiva, y generando con esto un refuerzo social positivo (Libert & Lewinsohn, 1973). Asimismo, García Sáiz y Gil (2000) destacan que no debe confundirse el empleo de esas conductas como manipulación para lograr objetivos y efectividad social, ya que esos comportamientos aprendidos y empleados se adecuan a las exigencias situacionales y siempre mantienen el respeto a uno mismo y a los demás. En suma, en este punto Gismero González (2002) señala algunas



dificultades a la hora de utilizar las consecuencias como criterio único para definir las habilidades sociales, tales como:

- Definir a una conducta en función de que sea o no efectiva, depende de los objetivos, valores y punto de vista de quién la juzga.
- Las conductas que no sean habilidosas, pueden ser reforzadas socialmente.
- Una conducta habilidosa socialmente, puede no obtener reforzamiento ya que depende de cómo impacta en quienes la reciben.

Respecto de las nociones que involucran ambos aspectos, es decir integran tanto las conductas como las consecuencias de estas mismas, las conductas socialmente habilidosas son aquellas que las personas realizan en un contexto interpersonal, en el cual expresan opiniones, deseos, actitudes o sentimientos de una manera adecuada a la situación, manteniendo el respeto por estas mismas cosas en los otros; además, implica la capacidad para resolver problemas de manera inmediata, si la situación lo requiere, así como la habilidad de reducir la probabilidad de problemas futuros (Caballo, 2000). En esta línea, Gismero González (2002) concluye que tanto las conductas como sus consecuencias son relevantes al momento de definir la variable, y ambos aspectos resultan esenciales y deben ser tenidos en cuenta. Además, en la idea de la multiplicidad de conceptos para referirse a las habilidades sociales, la autora entiende a estas últimas

como equivalentes de la conducta asertiva; sin embargo, señala que este tipo de conducta no son sinónimo de asertividad o de persona asertiva, ya esto daría cuenta de la aceptación de un rasgo único y estable, hecho que no puede ser demostrado empíricamente ya que resulta en una contradicción si se tienen en cuenta las características personales de cada sujeto.

En este punto, parece pertinente señalar algunos conceptos que también son utilizados para hacer referencia a las habilidades sociales. Uno de ellos el comportamiento adaptativo, que hace referencia a las habilidades que una persona necesita para funcionar de manera independiente en el entorno social (Monjas, 1994). El término competencia social se define como la calidad de los logros que alcanza una persona en el desempeño de sus roles sociales, reconociendo la capacidad que desarrolla para conocer y tratar el ámbito social de manera efectiva (Fernández Ballesteros, 1994). Respecto de esto, Gismero González (2002) va a explicar una objeción en cuanto a la equivalencia conceptual entre este término y la habilidad social, ya que entiende que la idea de competencia apunta a la eficacia de la ejecución, mientras la habilidad pone el énfasis en las capacidades, comportamientos y procesos específicos que se encuentran implícitos en tal ejecución. De esta manera, las habilidades sociales que se desarrollen son efectivas cuando el sujeto puede poner en marcha la capacidad para percibir y discriminar los estímulos del contexto y, a partir de eso, elegir la conducta que se adecue a la situación. En suma, Trianes, Muñoz y Jiménez (1997) señalan que las habilidades

sociales son un componente de la competencia social, ya que éstas son consideradas como la estructura cognitiva y comportamental, y que incluyen a las habilidades y estrategias.

Retomando la idea de diferentes conceptos que aluden a las habilidades sociales, otro de estos son las habilidades de supervivencia, que aluden a las conductas que resultan necesarias, y que además son respetables, para que un individuo pueda permanecer en un contexto social determinado (García Rodríguez, 1995). Además, se observan las habilidades interpersonales, que son el conjunto de respuestas hacia diferentes estímulos sociales, con un fin determinado, el cual es lograr por parte de los otros reconocimiento personal; para lograr esto se ponen en marcha procedimientos y se utilizan medios socialmente aceptados (Pelechano, 1996).

En la actualidad, aunque los términos mencionados anteriormente siguen siendo utilizados para referirse a las habilidades sociales, Gismero González (2002) señala que el sinónimo más conveniente para este término es el de conducta asertiva, y la define como al conjunto de respuestas que son parcialmente independientes, a la vez que situacionalmente específicas. Explica que de esta manera se evita caer en errores o dificultades asociadas a la definición específica, además se contribuye al empleo correcto del término. No obstante, cabe señalar que la conducta asertiva en ocasiones se usa de manera indiferenciada como conducta agresiva, lo cual genera confusiones (Alberti & Emmons, 1970, 1986; De Giovanni & Epstein, 1978;

Hollandsworth, 1977). Esto suele suceder dado que la conducta asertiva se expresa de forma manifiesta, pero sin coacción, lo que genera que al momento de determinarse una conducta no asertiva se entienda dicha conducta como sinónimo de agresiva, por el solo hecho de no ser asertiva. Lo concreto es que la conducta no asertiva sólo implica una falta de expresión en la acción, pero sin intimidar al otro, mientras que la conducta agresiva sí requiere de un despliegue coercitivo sobre el otro; incluso cuando la agresión es pasiva, expresada de forma indirecta e implícita, el fin es el de ejercer coacción sobre alguien. En resumen, debe entenderse que la aserción es aceptada como socialmente apropiada mientras que la agresión resulta reprensible socialmente (Alberti & Emmons, 1970, 1986; Caballo, 2000; Epstein, 1978; Galassi & Galassi, 1975; Gismero González, 2002; Hedlund & Linqvist, 1984; Hollandsworth, 1977; Wolpe, 1973).

Una vez explicado todo lo anterior, se define a las habilidades sociales como aquellas respuestas, tanto verbales como no verbales, que además resultan particularmente independientes y situacionalmente específicas, que son utilizadas por las personas para expresar sus necesidades, derechos, opiniones, sentimientos o preferencias, de una forma no aversiva y sin necesidad excesiva, en un contexto interpersonal; además, debe respetar esto mismo en los demás y generar un auto refuerzo, a la vez de incrementar la probabilidad de obtener un refuerzo externo (Caballo, 1989, 1993; Emmons & Alberti, 1983; Gambrill, 1977; Gismero González, 1996, 2002; Kelly, 1987; MacDonald & Cohen, 1981; McFall, 1982;



Phillips, 1978, 1985; Rich & Schroeder, 1976; Salzinger, 1981). Gismero González (1996, 2002) menciona algunas de las características de las habilidades sociales:

- Son aprendidas desde la infancia.
- Son características de la conducta que emplea cada sujeto.
- No son universales, sino específicas según cada individuo y situación.
- Responden al contexto cultural en el cual se encuentra inmerso cada persona, las variables situacionales que puedan surgir y las variables individuales de cada sujeto, las cuales se hallan en continua relación.
- Es una característica de la conducta social no dañina.
- Se presenta a continuación la Tabla 1, en la que describen las principales definiciones sobre los términos antes presentados.

**Tabla 1**  
*Resumen de los principales términos asociados a las Habilidades Sociales.*

<b>Término</b>	<b>Definición</b>
Comportamiento adaptativo	Habilidades que una persona necesita para funcionar de manera independiente en el entorno social.
Competencia social	Calidad de los logros que alcanza una persona en el desempeño de sus roles sociales.
Habilidades de supervivencia	Conductas que resultan necesarias, y que además son respetables, para que un individuo pueda permanecer en un contexto social determinado.
Habilidades interpersonales	Conjunto de respuestas hacia diferentes estímulos sociales, con un fin determinado, el cual es lograr por parte de los otros reconocimiento personal.
Conducta asertiva	Conjunto de respuestas que son parcialmente independientes, a la vez que situacionalmente específicas.

### **Componentes de las Habilidades Sociales**

Teniendo en cuenta todas estas definiciones, que llegan de la mano de la Psicología Cognitiva y sus supuestos, se advierte que se origina una tendencia a integrar los diferentes aspectos que componen a las habilidades sociales. Una vez que estos trabajos dieron cuenta del alcance conceptual, entendiendo de forma cada vez más profunda la interacción entre

tales aspectos, se establecieron algunas formas generales de entender a las habilidades sociales, a partir de diferentes componentes.

De una manera general, en un primer momento parece pertinente nombrar a Lazarus (1973), quien realizó una lista de conductas asociadas a habilidades verbales, que dan cuenta de la capacidad de las personas para expresar su sentir en situaciones sociales. Entre esas capacidades



resalta: capacidad de decir no, de mantener y terminar conversaciones, de expresar sentimientos positivos y negativos, de defender derechos, de pedir favores y hacer peticiones. Por su parte, Ellis (1980), esboza la interacción entre tres componentes: la percepción, las conductas y las creencias. Este autor sostiene que tanto las creencias como las conductas de una persona se encuentran mediadas por creencias; en ese sentido, si tales creencias son adecuadas a la realidad, la percepción y las conductas responden de una manera que también se adecua al contexto; sin embargo, si las creencias resultan irracionales, es probable que la percepción de la realidad también se distorsione y se produzca un comportamiento social inadecuado.

A partir de esto, Caballo (1987) reúne estos componentes y propone, en una primera aproximación, dos niveles de análisis: uno molar y otro molecular. En lo que refiere a este último, señala que se trata de aquellos componentes de las habilidades que son observables y específicos, a partir de los cuales se puede realizar una medición objetiva (como por ejemplo la postura corporal, cantidad de veces que cambia el tono de la voz, los movimientos, etc.). En cuanto al primero, el nivel molar, abarca las habilidades generales, así como las interacciones al momento de determinar la capacidad de actuar de manera efectiva en distintas situaciones; se trata de evaluaciones de carácter subjetivo. Un ejemplo en este caso es la defensa de los propios derechos. En función de estos desarrollos, especifica 3 componentes para las habilidades sociales: el fisiológico, el cognitivo y el conductual. En el caso de este

último, determina que además está compuesto comunicación no verbal (tales como el contacto ocular, a los gestos, a la expresión facial, a la postura corporal y a la proximidad), la comunicación verbal (que refiere a la duración, generalidad, formalidad, variedad de humor y espacios en las palabras) y la comunicación paralingüística (que incluye el volumen y el tono de voz, el ritmo, la claridad y la fluidez del habla) (Caballo, 1993). Siguiendo en la línea de lo conductual, Caballo (1993) especifica algunas dimensiones que responden al área de la comunicación verbal: hacer peticiones, aceptar cumplidos, expresar amor, agrado y afecto, iniciar y mantener conversaciones, defender los propios derechos, rechazar peticiones, expresar opiniones personales, incluido el desacuerdo, expresión justificada de molestia, desagrado o enfado, petición de cambios en la conducta del otro, disculparse o admitir ignorancia, afrontar las críticas.

Respecto del componente cognitivo, Vallés y Vallés (1996) señalan la importancia de este aspecto, y retoman la noción en cuanto a la importancia de la percepción y la interpretación que las personas hacen sobre los diferentes contextos, y de cómo esto moldea las conductas de respuesta ante los estímulos de tal contexto. En adición, los autores señalan que la competencia cognitiva se sirve de la destreza para la solución de problemas, la empatía y la capacidad para utilizar tanto las conductas verbales como no verbales, tanto como de las estrategias que para codificar los estímulos a partir de las funciones superiores (como la

percepción, atención, interpretación y ejecución de conductas).

En cuanto al componente fisiológico de las habilidades sociales, Vallés y Vallés (1996) explican que se trata de las señales corporales que se manifiestan como activación del sistema nervioso, respiratorio, digestivo y circulatorio, al momento de procesar información o llevar a cabo alguna conducta asertiva. En la

misma línea, Caballo (2000) señala como variables fisiológicas a la tasa cardíaca, la presión sanguínea, el flujo sanguíneo y el sistema respiratorio, que entran en juego cuando se activan los componentes cognitivos y conductuales. También agrega la variable ambiental o situacional, dado su influencia en el procesamiento cognitivo.

Se presenta a continuación la Tabla 2, que resume los componentes mencionados.

**Tabla 2**

*Resumen de los componentes de las Habilidades Sociales.*

Autor/es	Año	Componentes
Lazarus	1973	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Capacidad de decir no.</li> <li>2. Capacidad de mantener y terminar conversaciones.</li> <li>3. Capacidad de expresar sentimientos positivos y negativos.</li> <li>4. Capacidad de defender derechos.</li> <li>5. Capacidad de pedir favores y hacer peticiones.</li> </ol>
Ellis	1980	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Percepción</li> <li>2. Conductas</li> <li>3. Creencias</li> </ol>
Caballo	1987	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Molar</li> <li>2. Molecular</li> </ol>
Caballo	1993	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Fisiológico</li> <li>2. Cognitivo</li> <li>3. Conductual</li> </ol>
Vallés & Vallés	1996	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cognitivo</li> <li>2. Fisiológico</li> </ol>

### Conclusión y consideraciones finales.

A partir de lo desarrollado anteriormente, se observa que el estudio de las habilidades sociales genera gran interés en varias áreas de estudio; para quienes se dedican a su estudio reconocen en esto una trayectoria que data de mucho tiempo,

aunque en el área de la Psicología su tradición es algo más moderna. Asimismo, cada autor ha buscado dar una idea integrada, que permitiese entender este concepto y sus categorías y la manera en la cual esto forma parte de la vida de cada individuo. No obstante, al igual que sucede con la mayoría de las variables psicológicas,

el límite ha quedado en cada forma de interpretar el constructo, ya que aún se siguen realizando una gran cantidad de trabajos, que responden a formas determinadas de entender a las habilidades sociales, tanto como sus dimensiones y su dinámica, a partir de lo cual se observa que todavía no se llega un consenso acerca de cómo definirlo de forma única. En función de lo desarrollado en este recorrido, se infiere que esto podría deberse también a que en estas distintas posturas las perspectivas elaboradas responden tanto a diferentes criterios, como definiciones y categorías, que no llegan a quedar contempladas en una idea unificadora. Queda claro que describe lo necesario acerca de las características principales sobre las habilidades sociales, contemplando aspectos individuales y contextuales, sin embargo, resulta necesario tener en cuenta que esto es aún

muy general, y que quedan muchos aspectos para revisar. En ese sentido, pareciera ser esta idea lo que hace de esta variable un objetivo interesante de seguir estudiando, sobre todo porque se trata de características que atraviesan a todos de manera inherente, en lo cotidiano.

Por último, y retomando la idea de que se trata de un desarrollo general, se resalta que este trabajo no contempla todos los desarrollos acerca de esta variable, por lo tanto, no logra ser exhaustivo, aun cuando intenta señalar una línea que se encamine hacia una idea unificada de entenderla, ya que busca un punto de cohesión entre diferentes desarrollos. Se espera poder profundizar en estos aspectos, de manera de poder lograr una idea totalizadora acerca de cómo comprenderlo, tanto como a sus diferentes componentes.

## Referencias

- Adler, A. (1931). *What life should mean to you*. Boston: Little Brown.
- Alberti, R.E. & Emmons, M.L. (1970). *Your perfect right*. California: Impact.
- Alberti, R.E. & Emmons, M.L. (1986). *Your perfect right: a guide to assertive behavior*. San Luis Obispo, CA: Impact.
- Argyle, M. (1969). *Social Interaction*. London: Methuen.
- Argyle, M. & Kendon, A. (1967). The experimental análisis of social performance. *Advances in Experimental Social Psychology*, 3, 55-98.
- Bisquerra, R. (2003). Educación Emocional y Competencias Básicas para la Vida. *Revista de Investigación Educativa (RIE)*. 21(1), 7-43.
- Blanco, A. (1983). Evaluación de las Habilidades Sociales. En R. Fernández Ballesteros y JA. Carrobes (Eds.), *Evaluación conductual: metodología y aplicaciones*. (pp. 567-606). Madrid: Pirámide.

- Caballo, V.E. (1987). Evaluación de las habilidades sociales. En R. Fernández Ballesteros & JA. Carrobes (Comps.), *Evaluación conductual: metodología y aplicaciones* (pp. 553-595). Madrid: Pirámide.
- Caballo, V.E. (1989). Teoría, evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales. Valencia: Promolibro.
- Caballo, V. E. (1993). Relaciones entre diversas medidas conductuales y de autoinforme de las habilidades sociales. *Revista Psicología Conductual*, 1(1), 73 - 99. Recuperado de: <http://www.behavioralpsycho.com/PDFespanol/1993/num1/Relaciones%20entre.pdf>
- Caballo, V. (2000). *Manual de evaluación y entrenamiento de habilidades sociales*. Madrid: Siglo XXI.
- Caballo, V. E. (2007). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. Madrid: Siglo XXI
- Cohen, J. (2006). Social, Emotional, Ethical, and Academic Education: Creating a Climate for Learning, Participation in Democracy, and Well Being. *Harvard Educational Review*, 76(2), 201-285.
- Contini de González, N. (2011). Las habilidades sociales en niños y adolescentes. Su importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos. *Fundamentos en Humanidades*, 12 (1), 159 - 182. Doi: 89011056.
- Curran, J.P. (1985). Social Skills Therapy: A model and treatment. En Turner, R.M. y Ascher L.M. *Evaluating behavior therapy outcome*. Nueva York: Springer.
- De Giovanni, I.S. & Epstein, N. (1978). Unbinding assertion and aggression in research and clinical practice. *Behavior Modification*, 2, 173-192.
- Ellis, A. (1980). *Razón y Emoción en Psicoterapia*. Bilbao: Desclée de Brower S.A.
- Emmons, M.L. & Alberti, R.E. (1983). Failure: winning at the losing game in assertiveness training. En E.B. Foa y P.M.G. Emmelkamp (eds.), *Failures in behavior therapy*. New York: Wiley
- Fernández Ballesteros, R.. (1994). *Evaluación conductual hoy. Un enfoque para el cambio en Psicología Clínica y de la Salud*. Madrid: Pirámide.
- Fernández, M.R., Palomero, J.E. & Teruel, M. P. (2009). "El desarrollo socioafectivo en la formación inicial de los maestros." *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 12 (1), 33-50.
- Furnham, A. (1985). Social skills training: A european perspectiva. En L. L'Abate & M.A. Milan (Eds.), *Handbook of Social Skills Training and Research* (pp. 555-580). Nueva York: John Wiley and sons.
- Galassi, J.P. & Galassi, M.D. (1975). The relationship between assertiveness

- and aggressiveness. *Psychological Reports*, 36, 352-354.
- Galassi, J.P., Galassi, M.D. (1977). Assessment procedures for aseertive behavior. En Alberti R. E. *Assertiveness: Innovations, applications, issues*. San Luis Obispo: California Impact.
- Galassi, J. P., & Galassi, M. D. (1980). A comparison of the factor structure of an assertion scale across sex and population. *Behavior Therapy*, 10, 117-129.
- Gambrill, E.D. (1977). *Behavior modification: Handbook of Assessment, Intervention and Evaluation*. San Francisco: Jasey Bass Editors.
- García Rodríguez, J.A. (1995). La formación en Psicología Social para profesionales de la Salud: Enfermería. En O. Luque & R. Zurriaga (Dirs.), *La formación en Psicología Social para no psicólogos* (pp.106-123). Valencia: NAU Llibres.
- García Sáiz, M. & Gil, F. (2000). Conceptos, supuestos y modelo explicativo de las Habilidades Sociales. En F. Gil, JM. León & L. Jarana (Eds.), *Habilidades sociales y Salud* (pp. 47-57). Madrid: Eudema.
- Gardner, H. (1993). *Multiple Intelligences: The Theory in Practice*. Nueva York: Basic Books.
- Gismero González, E. (1996). *Habilidades Sociales y anorexia nerviosa*. Madrid: UPCo
- Gismero González, E. (2002). *Manual de Escala de Habilidades Sociales*. Madrid: TEA Ediciones.
- Goldstein, A.P. & Kanfer, H.J. (1981). *Generalización y "Transfer" en psicoterapia*. Bilbao: DDB.
- Hedlund, B.L. & Linqvist, C.U. (1984). The development of an inventory for distinguish among passive, aggressive and assertive behavior. *Behavioral Therapy*, 8, 509-512.
- Hernández, J. (2012). Taller de Habilidades Sociales. ¿Qué son las Habilidades Sociales? *Psicología On Line*. Recuperado de: <http://www.psicologia-online.com/autoayuda/hhss/HHSS.htm>
- Hollandsworth, J.G. (1977). Differentiating assertion and aggression: some behavioral guidelines. *Behavior Therapy*, 8, 347-352.
- Horney, K. (1945). *Our inner conflicts*. Nueva York: Norton.
- Jack, L.M. (1934). *An experimental study of ascendant behavior in preeschool children*. Iowa City: University.
- Kelly, C. (1979). *Assertion training: A facilitator's guide*. California: University Associates.
- Kelly, J.A. & Lamparski, D.M. (1985). Outpatient treatment of schizophrenics: Social skills and



- problem-solving training. En M. Hersen & AS. Bellack (Comps.), *Handbook of clinical behavior therapy with adults*. Nueva York: Plenum Press.
- Kelly, J. (1987). *Entrenamiento de las habilidades sociales*. Bilbao: Desclée de Browser.
- Lazarus, A.A. (1966). Behavior rehearsal vs. Nondirective therapy vs: Advine in affecting behavior change. *Behavior Research and Therapy*, 4, 209-212.
- Lazarus, A.A. (1973). On assertive behavior: A brief note. *Behavior Therapy*, 4, 697-699.
- Libert, J & Lewinsohn, P. (1973). The concept of social skill with special reference to the behavior of depressed persons. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 40, 304-312.
- Mac Donald, M.L., & Cohen. J. (1981). *Conceptual components of social skills*. Paper presented at the meeting of the Association for Advancement of Behavior Therapy, New York City.
- Mardones Luco, C. (2016). *Tipologías modales multivariadas en habilidades sociales en el marco de la personalidad eficaz en contextos educativos de educación secundaria chilenos y españoles* (Tesis de Doctorado en Psicología). Madrid, Universidad Complutense de Madrid.
- Mc Fall, R.M. & Lillesand, D.B. (1971). Behavior rehearsal with modeling and coaching in assertion training. *Journal of Abnormal Psychology*, 77, 313-323.
- McFall, R.M. (1982). A review and reformulation of the concept of social skills. *Behavioral Assessment*, 4, 1-33.
- Michelson, L., Sugat, P.P., Wood, R.P. & Kazdin, A.E. (1987). *Las Habilidades Sociales en la Infancia: Evolución y Tratamiento*. Barcelona: Martínez Roca S.A.
- Monjas, I. (1994). *Programa de entrenamiento en habilidades en interacción social (PEHIS)*. Salamanca: Trilce.
- Murphy, G. Murphy, L. B., y Newcomb, T. M. (1937). *Experimental social psychology*. New York: Harper and Row.
- Olivos, X. (2010) *Entrenamiento de Habilidades Sociales para la Integración Psicosocial de Inmigrantes*. Memoria para optar al grado de Doctor, Facultad de Ciencias de la Educación, Universidad Complutense de Madrid, España.
- Pelechano, V. (1999). Habilidades interpersonales: Antecedentes, sentido y operacionalización. *Análisis y Modificación de Conducta*, 25(100), 171-195.

- Phillips, E.L. (1978). *The social skills basis of psychopathology*. New York: Grune and Stratton.
- Phillips, E.L. (1985). *Social Skills: History and prospect*. En L.L. Abate y M.A. Milan (eds.), *Handbook of Social Skills Training and Research*. New York: Wiley.
- Rich, A.R. & Schroeder, H.E. (1976). Research issues in assertiveness training. *Psychological Bulletin*, 83, 1081-1096.
- Salovey, P. & Mayer, J. (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9, 185-211.
- Salter, A. (1949). *Conditioned reflex therapy*. Nueva York: Farrar, Strauss and Giroux.
- Salzinger, K. (1981). A behavioral analysis of the psychiatric patient's right to refuse treatment. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 368, 129-132. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1749-6632.1981.tb15439.x>.
- Sullivan, H. (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*. New York: Norton
- Terrasa, C.A. (2011). *Aduldez*. Barcelona: Recuperado de: <http://www.infermeravirtual.com/es-es/situaciones-de-vida/aduldez/informacion-general.html#descripcion>
- Trianes, M. V.; Muñoz, A. & Jiménez, M. (1997). *Las relaciones interpersonales: evaluación e intervención*. Madrid: Pirámide.
- Trianes, V. & García, A. (2002). Educación Socio-afectiva y Prevención de Conflictos Interpersonales en los Centros Escolares. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 44, 175-189. Recuperado de: <http://www.aufop.com/aufop/home/>
- Vallés, A & Vallés, C. (1996). *Las Habilidades Sociales en la Escuela: una propuesta curricular*. Madrid: EOS.
- White, R.H. (1968) Sense of interpersonal competence: Two case studies and some reflections on origins. En: W.G. Bennis, E.H. Schein, F.I. Steele, & D.E. Berlew. *Interpersonal dynamics: Essays and readings on human interaction*. Homewood, IL: Dorsey.
- Williams, H.M. (1935). A factor analysis of Berne's social behavior in Young children. *Journal of Experimental Education*, 4, 142-146.
- Wolpe, J. (1958). *Psychotherapy by reciprocal inhibition*. California: Stanford University press.
- Wolpe, J. (1969). *The practice of behavior therapy*. Nueva York: Pergamon press.
- Wolpe, J. & Lazarus, A.A. (1966). *Behavior therapy techniques: A guide to the treatment of neurosis*. Nueva York: Pergamon Press.

Zigler, E. y Phillips, L. (1961). Social competence ad outcome in psychiatric disorder. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 65, 264 -271.