

Neurobiología de las habilidades interpersonales en adolescentes: Revisión sistemática

María Vanessa Triviño Burbano^{1*}; Viviana Michelle Moreno Flor²;
Nicole Valeska Arias Chávez³; Maria Karolina Calderón Veliz⁴;
Jordy Alexander Mejía Rodas⁵; Jeremy William Molina Salvatierra⁶

Resumen

La presente revisión tiene como objetivo analizar la producción académica en la última década en torno al desarrollo de adolescentes y sus habilidades interpersonales con el fin de identificar pautas y establecer brechas de conocimiento y espacios de intervención educativa. La búsqueda fue realizada en Scopus, Web of Science y Scielo, siguiendo lineamientos PRISMA para encontrar documentos publicados entre 2020 y 2025. Tras el proceso de filtro inicial de 530 documentos, 25 investigaciones fueron finalmente elegidas. Los hallazgos apuntan como predictores significativos del bienestar biopsicosocial y el desempeño académico el desarrollo de la comunicación asertiva, la empatía, la regulación de la emocionalidad y la resolución colaborativa de conflictos. Los programas de neurociencia educativa, aprendizaje socioemocional y los de enfoque cognitivo-conductual son los que mayor impacto y efectividad evidencian. Por lo tanto, se concluye que las instituciones educativas gozan de una oportunidad de posicionamiento estratégico para el fortalecimiento de estas competencias a través de intervenciones sistemáticas y sostenidas en el tiempo.

Palabras clave: habilidades interpersonales, adolescentes, neurobiología, aprendizaje socioemocional, educación.

Neurobiology of interpersonal skills in adolescents: Systematic review

Abstract

This systematic review examines scientific literature published between 2020 and 2025 on adolescent development and interpersonal skills, with the aim of identifying key patterns, research gaps, and implications for educational practice. The study followed the PRISMA 2020 guidelines and included a structured search in Scopus, Web of Science, and SciELO databases. A total of 530 records were identified, of which 25 studies met the inclusion criteria after a rigorous screening process.

Findings indicate that interpersonal skills—particularly assertive communication, empathy, emotional regulation, and collaborative conflict resolution—are strongly associated with adolescents' biopsychosocial well-being and academic performance. Evidence also highlights the effectiveness of interventions based on social-emotional learning, educational neuroscience, and cognitive-behavioral approaches, especially when implemented in a sustained and context-integrated manner.

However, the review reveals important limitations in the existing literature, including methodological heterogeneity, a predominance of cross-sectional designs, and limited representation of Latin American contexts.

This study contributes by integrating neurobiological and socioeducational perspectives, offering a comprehensive framework for understanding interpersonal skill development in adolescence and supporting the design of evidence-based educational strategies.

Keywords: interpersonal skills, adolescents, neurobiology, social-emotional learning, education.

Recibido: 03 de enero 2026

Aceptado: 13 de abril 2026

¹ Universidad Politécnica Salesiana, Ecuador, Carrera de Psicología/Psicología Clínica; mtrivino@ups.edu.ec; <https://orcid.org/0000-0001-5812-9788>

² Universidad Politécnica Salesiana, Ecuador, Carrera de Psicología Clínica; vmorenof@est.ups.edu.ec; <https://orcid.org/0009-0006-7336-2629>

³ Universidad Politécnica Salesiana, Ecuador, Carrera de Psicología; nariasc@est.ups.edu.ec; <https://orcid.org/0009-0000-2806-7600>

⁴ Universidad Politécnica Salesiana, Ecuador, Carrera de Psicología; mcalderonv3@est.ups.edu.ec; <https://orcid.org/0009-0007-9453-1898>

⁵ Universidad Politécnica Salesiana, Ecuador, Carrera de Psicología; jmejia8@est.ups.edu.ec; <https://orcid.org/0009-0003-1654-7609>

⁶ Universidad Politécnica Salesiana, Ecuador, Carrera de Psicología; jmolinas5@est.ups.edu.ec; <https://orcid.org/0009-0001-4024-3117>

I. INTRODUCCIÓN

Para Santa Cruz et al., (2023), la adolescencia se considera un período de transición a la vida adulta, donde se presentan cambios neurobiológicos, emocionales, cognitivos y sociales que transforman a un adulto, esta fase oscila entre 12 a 17 años, donde se ratifica la plasticidad cerebral para reorganizar la identidad, consolidan las funciones ejecutivas y salud mental.

Wesley et al. (2024) señalan que durante las últimas décadas, el discurso global en educación y bienestar de los adolescentes ha comenzado a desplazarse hacia la inclusión de habilidades socioemocionales como componentes estructurales en los currículos educativos. Organizaciones internacionales, incluyendo la UNESCO (2023), han destacado la necesidad de fortalecer estas habilidades debido a problemas emergentes como la ansiedad y depresión aumentadas, el ciberacoso, la erosión de la comunidad, el uso problemático de la tecnología y el aumento de la presión social y académica. Además, el impacto post-pandémico ha profundizado los desafíos psicoemocionales en los adolescentes, incluyendo la autorregulación, el apego afectivo y las habilidades sociales.

Cioca et al., (2024), en este escenario, las habilidades interpersonales son cruciales para la vida diaria y para interactuar con las dinámicas del siglo XXI. Su naturaleza transversal permite articular el bienestar socioemocional, la inclusión, el liderazgo colaborativo, el compromiso cívico y el rendimiento académico. Desde un punto de vista técnico, estas habilidades abarcan la capacidad de comunicarse de manera asertiva, regular las emociones al interactuar con otros, cooperar por un objetivo común, empatizar con diferentes perspectivas, leer señales sociales y resolver conflictos de manera constructiva. La literatura especializada coincide en que constituyen un conjunto complejo que involucra procesos cognitivos (atención, memoria de trabajo social, funciones ejecutivas), emocionales (empatía, regulación emocional, mentalización) y conductuales (asertividad, resolución de conflictos, cooperación y negociación).

En este contexto, el presente estudio tiene como objetivo analizar la evidencia científica reciente sobre el desarrollo de habilidades interpersonales en adolescentes desde una perspectiva neurobiológica

y socioeducativa, identificando patrones, vacíos de investigación e implicaciones para la práctica educativa.

Base neurobiológica: una oportunidad de apertura

Giordano et al., (2025), afirman que la adolescencia es un momento ideal para adquirir nuevas habilidades interpersonales. Esto se explica, en parte, por la reorganización del cerebro adolescente. Para Redolar (2023), indica que el desarrollo de la corteza prefrontal, especialmente las áreas dorsolaterales, ventromedial, orbitofrontal, y la integración de redes frontolímbicas, generan mejoras en la regulación emocional, la toma de perspectiva, el control de impulsos y la toma de decisiones sociales. Mientras tanto, el sistema límbico, especialmente la amígdala, está hiper-responsiva. Esto hace que el individuo sea emocional y socialmente sensible. Como resultado, los adolescentes pueden acceder fácilmente a las influencias sociales y al aprendizaje relacional.

Este escenario es una oportunidad, no una restricción. La neuroplasticidad sináptica significa que la estructura, y los aspectos emocionales y cognitivos del cerebro pueden experimentar cambios duraderos. Esto es especialmente relevante cuando se implementan programas educativos orientados al desarrollo socioemocional, especialmente aquellos centrados en la competencia social. En términos más simples, los cerebros de los adolescentes no solo son receptivos a estímulos sociales, sino que también necesitan estar involucrados en el aprendizaje social, la pedagogía relacional y los marcos adaptativos.

Importancia Socioeducativa: una Competencia Estratégica

Li et al., (2024), argumentan que el bienestar emocional de los individuos también se ve afectado por las habilidades interpersonales. Sin embargo, estas habilidades también son fuertes predictores del rendimiento académico. Yue et al., (2024), Varios metaanálisis han demostrado que los estudiantes que tienen mayores competencias emocionales y sociales obtienen mejores calificaciones, muestran una mayor persistencia académica y son menos propensos a demostrar comportamientos disruptivos; también tienden a participar en mayor medida en actividades

colaborativas. Como resultado, esta evidencia ha apoyado un creciente cambio mundial hacia la enseñanza de competencias de aprendizaje social y emocional (SEL), que han tomado la forma de un sistema educativo y de desarrollo humano unificado dentro de las escuelas.

Para Jong et al., (2024) las “Habilidades para la Vida” en el mundo actual, el éxito profesional no se determina solo por el conocimiento técnico; también es fundamental poder trabajar, conectar, liderar y prosperar en equipos diversos. Derin et al., (2025), la empleabilidad futura depende de estas habilidades interpersonales, que se han considerado cada vez más, no como “habilidades complementarias”, sino como un componente estratégico del capital humano, junto con la comunicación, el trabajo en equipo, la negociación, la inteligencia emocional y la resolución de conflictos.

Commodari et al., (2024), relatan que desde la perspectiva escolar, estas habilidades impactan directamente en la calidad del clima institucional. Latifian et al., (2024), instituciones educativas con estudiantes y docentes empáticos, cooperativos y comunicativamente efectivos informan menos violencia, menos casos de acoso escolar, mayor satisfacción escolar, mejores relaciones pedagógicas y culturas organizativas estructuradas de manera más sostenible. Kavici et al., (2024), el ecosistema social moderno plantea desafíos sin precedentes para los adolescentes y, por extensión, para los responsables de políticas públicas y educadores:

Hiperconectividad digital:

Guo et al., (2024) fundamentan que la interacción mediada por pantallas ha cambiado los patrones de socialización. Si bien facilita la comunicación, también amplifica riesgos como el ciberacoso, conflictos digitales, comunicación impulsiva y pérdida de habilidades conversacionales cara a cara.

Aumento de problemas de salud mental:

Para Urban et al., (2024), mencionan que la depresión y la ansiedad han aumentado significativamente entre los adolescentes. La disminución de redes de apoyo emocional y el aumento de factores estresores psicosociales crean desafíos para la regulación emocional interpersonal

Aislamiento social y debilitamiento comunitario:

Brailovskaia (2024), después de la pandemia, muchos adolescentes sufrieron un deterioro de sus habilidades de socialización, lo que generó problemas en la reestructuración de relaciones, mentalización y resolución de conflictos.

Demandas académicas y presión social:

La sobrecarga y la competencia académicas pueden dañar la cooperación, incrementar la irritabilidad social y restringir oportunidades para interacciones constructivas.

Creciente diversidad social y cultural:

Torres et al., (2020) indican que los entornos educativos son cada vez más diversos y requieren habilidades interculturales, de empatía y comunicación efectiva para gestionar conflictos y fomentar la inclusión. López (2024), la educación socioemocional se convierte en una estrategia de prevención, mitigación de riesgos y promoción del bienestar general.

La revisión sistemática responde a una necesidad estratégica en los campos educativo, psicológico y comunitario, para proporcionar una síntesis integral y actual de la evidencia sobre las habilidades interpersonales de los adolescentes, que a su vez:

- Fortalecerá las políticas educativas y de salud mental,
- Apoyará decisiones pedagógicas basadas en evidencia,
- Comprenderá tendencias emergentes y oportunidades,
- Abordará vacíos de investigación para guiar futuros estudios.

Aguado et al., (2025) relata que alineando con las tendencias globales, el estudio adopta un enfoque interdisciplinario en el que las habilidades interpersonales se definen como:

- Las competencias cognitivas incluyen mentalización, atención social, toma de perspectivas y pensamiento prosocial.
- Las competencias emocionales incluyen empatía cognitiva y afectiva, regulación emocional interpersonal y conciencia social.
- Las competencias conductuales incluyen comunicación asertiva, cooperación,

resolución colaborativa de conflictos y negociación.

Este marco permite consolidar evidencia a través de múltiples campos de estudio mientras se reconoce la naturaleza multidimensional del desarrollo humano.

Evgin et al., (2025), invertir en educación para enseñar habilidades interpersonales es, por lo tanto, una estrategia de impacto social efectiva y sin precedentes para las comunidades y con un costo-beneficio positivo para las instituciones educativas y las empresas.

II. METODOLOGÍA

La presente investigación se desarrolló como una revisión sistemática de la literatura científica, siguiendo las directrices de la declaración PRISMA 2020, con el propósito de garantizar transparencia, reproducibilidad y rigor metodológico.

Estrategia de búsqueda

La búsqueda se realizó en las bases de datos Scopus, Web of Science y SciELO, seleccionadas por su cobertura en ciencias sociales, educación y psicología. Es importante señalar que Springer no fue considerada como base de datos, sino como editorial, por lo que se excluye de la estrategia formal.

Se utilizaron descriptores en inglés y español combinados mediante operadores booleanos:

("interpersonal skills" OR "social skills") AND ("adolescents" OR "teenagers")

AND ("neurobiology" OR "brain" OR "neuroscience")

Y en español:

("habilidades interpersonales" OR "habilidades sociales") AND ("adolescentes")

AND ("neurobiología" OR "cerebro")

Se aplicaron los siguientes filtros:

- Periodo: 2020–2025
- Idiomas: inglés y español
- Tipo de documento: artículos científicos revisados por pares

Proceso de selección

El proceso de selección se desarrolló en cuatro fases:

- Identificación: Se obtuvieron 530 registros iniciales
- Depuración: Se eliminaron 80 duplicados (n = 450)
- Cribado: Se excluyeron 340 artículos por no cumplir criterios temáticos o metodológicos
- Elegibilidad: 110 artículos fueron evaluados a texto completo
- Inclusión final: 25 estudios cumplieron los criterios establecidos

Evaluación de calidad

La calidad metodológica de los estudios incluidos fue evaluada mediante la herramienta CASP (Critical Appraisal Skills Programme), permitiendo analizar validez, relevancia y rigor.

Adicionalmente, se realizó un análisis de riesgo de sesgo considerando:

- Diseño del estudio
- Tamaño muestral
- Control de variables

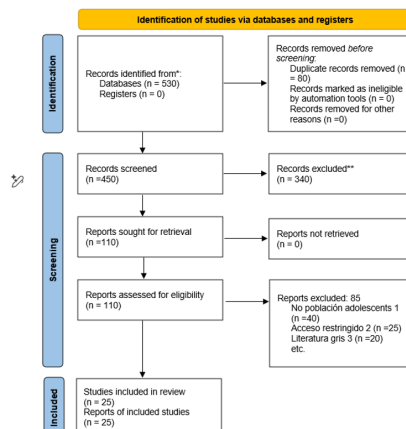


Figura 1.

Tabla 1. Características de los estudios incluidos

Nº	Primer autor	País	Tipo de estudio	Muestra/edad	Objetivo	Hallazgos fundamentales
1	Cioca	Rumania	Cuantitativo	Adolescentes con discapacidad neuromotora	Analizar afrontamiento, IE y edad.	Mayor IE se asocia con mejores estrategias de afrontamiento.
2	Brailovskaia	Alemania	Cuantitativo	Adolescentes y adultos jóvenes	Validar modelo sobre uso adictivo de redes.	Relación circular entre ansiedad y uso compulsivo.
3	Commodari	Italia	Cuantitativo transversal	Adolescentes jugadores online	Estudiar mediación parental y habilidades sociales.	Habilidades sociales reducen uso escapista.
4	Derin	Turquía	Cuantitativo	Niños y adolescentes	Relacionar TDAH, habilidades y riesgo digital.	El TDAH predice riesgo en internet y bajas habilidades.
5	Demirdöğen	Turquía	Multicéntrico	Adolescentes	Explorar adicción digital, escapismo y afrontamiento.	Afrontamiento evitativo aumenta uso problemático.
6	De Jong	Países Bajos	Piloto	Terapeutas para adolescentes	Comparar habilidades interpersonales en sesiones.	Mayor efectividad en contextos benignos que desafiantes.
7	Dori	España	Cuantitativo	Adolescentes	Identificar perfiles de ansiedad social.	Perfil alto presenta mayor deterioro interpersonal.
8	Echeverría	Ecuador	Revisión/teórico	Adolescentes escolares	Analizar desarrollo de habilidades sociales.	Habilidades fortalecen adaptación y bienestar.
9	Evgin	Turquía	Cuantitativo	Adolescentes escolares	Explorar estrés y adicción digital.	Incrementa estrés académico.
10	González Londoño	Colombia	Cuantitativo	Jóvenes	Vincular habilidades sociales y salud mental.	Buenas habilidades predicen menor sintomatología.
11	Guo	China	Cuantitativo	Adolescentes	Evaluar estilos parentales e IA.	Relaciones disfuncionales median adicción.
12	Kavici	Turquía	Cuantitativo	Adolescentes	Analizar adicción internet, ansiedad y BMI.	Ansiedad en adolescentes
13	Latifian	Irán	Cuantitativo	Estudiantes secundarios	Examinar IA, resiliencia y salud mental.	Resiliencia mitiga efectos negativos.
14	Liu	China	Revisión	Adolescentes	Estudiar riesgos suicidas y socioemocionales.	Las habilidades socioemocionales reducen riesgo.
15	López ÁJM	México	Teórico	Adolescentes	Describir marco conceptual sobre habilidades sociales.	Desarrollo social influye en adaptación.
16	López Sosa	Cuba	Cuantitativo	Adolescentes preuniversitarios	Explorar estrés académico y habilidades.	Estrés alto disminuye habilidades sociales.
17	Navarrete	Ecuador	Cuantitativo	Adolescentes 12-14	Caracterizar habilidades sociales.	Déficits en asertividad y comunicación.

18	Redolar	España	Teórico	Bases neuronales	Explora la plasticidad del encéfalo	Bases neuronales en la etapa de la adolescencia.
19	Ruiz-Falcón	México	Cuantitativo	Adolescentes confinamiento	Relacionar prácticas parentales y habilidades.	Prácticas positivas aumentan habilidades.
20	Ruales	Ecuador	Cuantitativo	Adolescentes	Examinar influencia de redes en habilidades.	Uso excesivo de la tecnología afecta a la interacción
21	Santa Cruz	Perú	Cuantitativo	Estudiantes secundarios	Describir habilidades sociales.	Déficits en autocontrol y comunicación.
22	Silva-Mirella	Brasil	Revisión	Niños y adolescentes	Revisar 20 años de investigaciones.	Ansiedad social afecta habilidades sociales.
23	Silvers	EE.UU.	Revisión	Adolescentes	Estudiar neurodesarrollo de autorregulación.	Mayor sensibilidad emocional afecta regulación.
24	Soraci	Italia	Validación	Adolescentes y jóvenes	Validar escala de escapismo en redes.	Escala presenta alta validez.
25	Tetik	Turquía	Cuantitativo	Universitarios	Examinar adicción redes y habilidades sociales.	Mayor adicción implica menor competencia social.

Se identificaron 530 registros iniciales, de los cuales 25 estudios cumplieron los criterios de inclusión tras el proceso de selección. Se eliminaron 80 artículos duplicados, quedando 450 referencias preseleccionadas, de las cuales 340 fueron excluidas por no cumplir criterios temáticos o metodológicos. Posteriormente, 110 artículos fueron evaluados a texto completo, excluyéndose 85 por no cumplir criterios de calidad, no abordar población adolescente o pertenecer a literatura gris.

Finalmente, quedaron 25 artículos que cumplieron con los requisitos establecidos. Los estudios revisados fueron predominantemente de diseño transversal (60%), seguidos por estudios experimentales (25%) y longitudinales (15%). A nivel geográfico, la mayoría provino de Europa y Asia, evidenciando una baja representación latinoamericana.

III. DISCUSIÓN

Los hallazgos de la presente revisión sistemática permiten afirmar que las habilidades interpersonales no son un elemento accesorio en la adolescencia, sino un eje central en su desarrollo integral. Los resultados confirman que estas competencias influyen directamente en la salud mental, la adaptación al entorno escolar y la calidad de las relaciones sociales, configurándose como un factor clave para

el bienestar biopsicosocial. No obstante, aunque los resultados muestran una tendencia consistente, también evidencian una importante diversidad metodológica entre los estudios analizados, lo que limita la comparabilidad y generalización de los hallazgos.

Desde una mirada más integradora, la evidencia sugiere que habilidades como la empatía, la comunicación asertiva, la regulación emocional y la resolución de conflictos no operan de forma aislada, sino como un sistema articulado que conecta procesos neurocognitivos con experiencias sociales. Este enfoque permite comprender que el desarrollo interpersonal en la adolescencia está profundamente vinculado a la interacción entre la maduración de la corteza prefrontal y la activación del sistema límbico, lo que favorece la construcción de conductas prosociales en contextos cada vez más complejos y demandantes.

Sin embargo, uno de los principales desafíos identificados es el predominio de estudios de corte transversal. Esta característica metodológica limita la posibilidad de establecer relaciones causales y dificulta comprender cómo evolucionan estas habilidades a lo largo del tiempo. La escasez de investigaciones longitudinales impide observar con claridad las trayectorias de desarrollo y su relación

con factores como el entorno familiar, el clima escolar o las condiciones socioculturales, lo que representa una brecha relevante en la literatura actual.

En el plano aplicado, los resultados muestran que las intervenciones basadas en aprendizaje socioemocional, enfoques cognitivo-conductuales y programas de neuroeducación generan impactos positivos sostenidos en el desarrollo de habilidades interpersonales. Especialmente efectivas resultan aquellas propuestas que integran metodologías activas, como el aprendizaje colaborativo o el juego de roles, y que involucran de manera conjunta a la escuela y la familia. Esto sugiere que el éxito de las intervenciones no depende únicamente de su diseño teórico, sino de su capacidad de integrarse de forma coherente en los contextos educativos reales.

A pesar de estos avances, la revisión también pone en evidencia importantes desafíos estructurales. La diversidad en los diseños de intervención, la falta de estandarización en los instrumentos de medición y la ambigüedad en la definición del concepto de habilidades interpersonales dificultan la consolidación de un cuerpo teórico homogéneo. A ello se suma un sesgo geográfico significativo, dado que la mayoría de los estudios provienen de Europa, Asia y América del Norte, mientras que América Latina continúa estando subrepresentada. Esta situación limita la aplicabilidad de los resultados en contextos socioculturales distintos y refuerza la necesidad de generar investigación situada.

Asimismo, los hallazgos permiten comprender que el desarrollo de estas habilidades no ocurre en el vacío. Por el contrario, está profundamente influenciado por factores ecológicos como el clima escolar, las dinámicas familiares y el entorno comunitario. Contextos caracterizados por relaciones positivas, apoyo emocional y prácticas inclusivas potencian el desarrollo socioemocional, mientras que entornos marcados por violencia, aislamiento o psicosocial actúan como barreras que dificultan la construcción de vínculos saludables.

Marco integrador propuesto

A partir de los hallazgos, se propone un modelo integrador en el que las habilidades interpersonales en la adolescencia se estructuran en tres dimensiones interdependientes: cognitiva, emocional y conductual, mediadas por procesos neurobiológicos

y moduladas por el contexto educativo. Este enfoque permite articular la evidencia desde una perspectiva interdisciplinaria y orientada a la intervención.

Limitaciones del estudio

En este marco, es importante reconocer algunas limitaciones de la presente revisión. En primer lugar, la heterogeneidad metodológica de los estudios incluidos dificulta la comparación directa de los resultados. En segundo lugar, la predominancia de diseños transversales limita la posibilidad de establecer relaciones causales sólidas. Además, la variabilidad en los instrumentos de evaluación utilizados puede introducir sesgos en la medición de las habilidades interpersonales. Finalmente, el sesgo geográfico identificado restringe la generalización de los hallazgos, especialmente en contextos latinoamericanos, donde aún existe una producción científica limitada en esta área.

Implicaciones y aporte científico

A pesar de estas limitaciones, esta revisión aporta una visión integradora al articular la evidencia desde una perspectiva neurobiológica y socioeducativa. Este enfoque permite comprender las habilidades interpersonales como un constructo multidimensional que conecta el funcionamiento cerebral, la regulación emocional y las experiencias sociales en contextos educativos. Asimismo, el estudio no solo sintetiza la evidencia existente, sino que también identifica vacíos críticos que orientan futuras líneas de investigación, especialmente en términos de estudios longitudinales, estandarización conceptual y desarrollo de evidencia en contextos latinoamericanos.

En términos aplicados, los resultados refuerzan la necesidad de incorporar de manera estratégica el desarrollo de habilidades interpersonales dentro de los sistemas educativos, no como un complemento, sino como un componente esencial para la formación integral del adolescente. Esto implica avanzar hacia modelos educativos más integrales, donde la dimensión socioemocional sea considerada un pilar fundamental para el bienestar, la convivencia y el desarrollo humano sostenible.

IV. CONCLUSIONES

Las habilidades interpersonales constituyen un

factor clave en el desarrollo integral del adolescente, con impacto directo en la salud mental y el rendimiento académico. Su fortalecimiento desde el ámbito educativo representa una estrategia prioritaria para la promoción del bienestar. En este sentido, se evidencia la necesidad de impulsar investigaciones longitudinales y aumentar la producción científica en contextos latinoamericanos.

No obstante, persisten desafíos relevantes. La heterogeneidad conceptual, la falta de estandarización en los instrumentos de medición y el predominio de estudios de corte transversal limitan la solidez de la evidencia disponible y la posibilidad de establecer relaciones causales concluyentes.

En este marco, el desarrollo de habilidades interpersonales no solo debe entenderse como un componente educativo, sino como una estrategia de sostenibilidad social, prevención de riesgos psicosociales y promoción del desarrollo humano integral. Los sistemas educativos, las familias y las comunidades están llamados a asumir un rol articulado y proactivo en la generación de entornos que favorezcan el desarrollo de estas competencias en adolescentes.

V. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

Brailovskaia J, et al. The “Vicious Circle of Addictive Social Media Use and Mental Health” Model. *Acta Psychol.* 2024;104306. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2024.104306>

Cioca IE, Morcov MV, Sporea C, Apóstol OA, Pellegrini A, Bordea EN. Explorando los vínculos entre las estrategias de afrontamiento, la inteligencia emocional y la edad en adolescentes con discapacidades neuromotoras. <https://doi.org/10.3390/children11121466>

Commodari E, Consiglio A, Cannata M, La Rosa VL. Influence of parental mediation and social skills on adolescents' use of online video games for escapism: A cross-sectional study. *J Res Adolesc.* 2024;34(4):1668–76. <https://doi.org/10.1111/jora.13034>

Derin S, et al. ADHD, social skills and risky internet use among children and adolescents. *Child Adolesc Psychiatry Ment Health.* 2025. Disponible en: <https://doi.org/10.1186/s13034-025-00926-0>

Demirdöğen EY, Akinci M, Bozkurt A, Bayraktutan B, Turan S, Aydoğdu S, et al. Social media addiction, escapism and coping strategies are associated with problematic internet use of adolescents in Türkiye: a multi-center study. *Front Psychiatry.* 2024;15:1355759. [10.3389/fpsy.2024.1355759](https://doi.org/10.3389/fpsy.2024.1355759)

De Jong K, Wilkens J, Anderson T, Steggle K. Facilitative interpersonal skills in benign versus challenging therapy situations in trainee therapists: a pilot study. *Res Psychother.* 2024;27(2):804. [10.4081/ripppo.2024.804](https://doi.org/10.4081/ripppo.2024.804)

Dori JA, Urbán L, García-Fernández JM, Inglés CJ. Perfiles de riesgo de ansiedad social para dificultades interpersonales en una muestra de adolescentes españoles. *Rev Psico didacta.* 2024;29(1):9–18. <https://doi.org/10.1016/j.psicod.2023.11.003>

Echeverría Caranqui JP. El desarrollo de las habilidades sociales en estudiantes adolescentes: implicaciones para adaptación escolar y bienestar. *SciELO Venezuela.* 2025. Disponible en: <https://doi.org/10.5281/zenodo.14962990>

Evgin D, Karabulut R, Deniz S, Kaçmaz C. Digital addiction and stress: The impact of problematic internet use among university students. *e-Kafkas J Educ Res.* 2025;12:381–399. <https://doi.org/10.1016/j.psicod.2023.11.003>

González Londoño AC, et al. Habilidades sociales y salud mental en jóvenes: implicaciones para prevención psicoeducativa. *Rev Colomb Salud Ment.* 2023. Disponible en: <https://doi.org/10.14482/psdc.40.3.923.894>

Guo Y, Chen H, You X, Liu X, Sun X, Jin Y. Relationship between parenting style and internet addiction: interpersonal relationship problem as mediator and gender as moderator. *Heliyon.* 2024;10(2):e23973. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e23973>

Kavici S, et al. Internet addiction, social anxiety and BMI in adolescents. *Child Youth Serv Rev.* 2024. DOI: [10.1016/j.childyouth.2024.107590](https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2024.107590)

Latifian M, Aarabi MA, Esmaeili S, Abdi K, Raheb G, et

- al. The role of internet addiction and academic resilience in predicting the mental health of high school students in Tehran. *BMC Psychiatry*. 2024. <https://doi.org/10.1186/s12888-024-05853-6>
- Liu XQ, Wang X. Adolescent suicide risk factors and the integration of social-emotional skills in school-based prevention programs. *World J Psychiatry*. 2024;14(4):494. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11036461/>
- López ÁJM. Habilidades sociales en adolescentes: marco teórico desde la psicología del desarrollo. *Dilemas Contemp Educ Política Valores*. 2022. Disponible en: <http://www.dilemascontemporaneoseduccionpoliticaayvalores.com/>
- López Sosa O. Habilidades sociales y estrés académico en adolescentes de nivel preuniversitario. *SciELO Cuba*. 2024. Disponible en: <https://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0257-43142024000200402>
- Navarrete MML. Habilidades sociales en adolescentes de 12 a 14 años. *Simbiosis*. 2024. Disponible en: <https://revistasimbiosis.org/index.php/simbiosis/article/view/108>
- Ruiz-Falcón JG, et al. Prácticas parentales y habilidades sociales en adolescentes durante confinamiento por COVID-19. *Rev Mex Psicol*. 2025. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/1339/133981800002/>
- Ruales LMT, et al. Las redes sociales y su influencia en el desarrollo de habilidades sociales en adolescentes. *Cognosis*. 2021. Disponible en: <https://revistas.utm.edu.ec/index.php/Cognosis/article/view/2555>
- Santa Cruz GB, Albújar Verona CE, Becerra Cerna ER, Fernández Otoy FA. Habilidades sociales en estudiantes de educación secundaria. *RC*. 2023;19(94):120–8. Disponible en: <https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/3334>
- Silva-Mirella S, et al. Social skills and social anxiety in childhood and adolescence: 20-year review. *Psicol Esc Educ*. 2021. Disponible en: <https://pepsic.bvsalud.org/>
- Silvers J, Meredith W. Experience-dependent neurodevelopment of self-regulation in adolescence. *10.1016/j.jdcn.2024.101356*
- Soraci P, et al. The Italian Version of the Escapism Social Media Scale (ESMS): Adaptation, Validation, and Psychometric Evaluation. *Int J Ment Health Addict*. 2025. <https://doi.org/10.1007/s11469-024-01438-2>
- Tetik S, et al. Social media addiction and social skills: implications for university students. *Systems*. 2025;13(7):501. <https://doi.org/10.3390/systems13070501>
- Theopilus Y, et al. Preventive interventions for Internet addiction in youth: school and community approaches. *JMIR Ment Health*. 2024;11:e56896. *10.2196/56896*
- Torres Díaz SE, Hidalgo Apolo GA, Suarez Pesántez KV. Habilidades sociales y rendimiento académico en adolescentes de secundaria. *Rev Horizontes*. 2020;4(15):267–76. Disponible en: <https://revistahorizontes.org/index.php/revistahorizontes/article/view/114>
- Vicho-de-la-Fuente N, et al. Habilidades sociales en adolescentes: valoración desde Atención Primaria. *Enferm Clín*. 2024. Disponible en: <https://ciberindex.com/index.php/ec/article/view/e14863>
- Yankouskaya A, et al. Impact of parental Internet addiction on adolescents' social functioning. *Wiley*. 2025. Disponible en: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1155/cad/4336597>
- Yue Y, et al. Influence of adolescents' internet adaptation on internet addiction: mediating role of cultural adaptation. *Front Psychiatry*. 2024;14:1338343. *10.3389/fpsy.2023.1338343*