

## Treinamento de Habilidades Sociais no Contexto Escolar - Um Relato de Experiência

### Social Skills Training in the Scholar Context - An Experience Report

### Capacitación de Habilidades Sociales en el Contexto Escolar - Um Relato de Experiencia

*Alice Dias Pasche(1); Júlia Luciane Vidal(2); Fabiane Schott(3); Thamires Pereira Barbosa(4);  
Silvio José Lemos Vasconcellos(5)*

1 Acadêmica de Psicologia da Faculdade Integrada de Santa Maria (FISMA), Rio Grande do Sul, Brasil.  
E-mail: alicepasche@hotmail.com | ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2829-2052>

2 Acadêmica de Psicologia da Faculdade Integrada de Santa Maria (FISMA), Rio Grande do Sul, Brasil.  
E-mail: juhavidal@hotmail.com | ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1079-5751>

3 Faculdade Integrada de Santa Maria (FISMA), Rio Grande do Sul, Brasil.  
E-mail: faby.ps.24@hotmail.com | ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3283-2218>

4 Mestranda do Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM),  
Rio Grande do Sul, Brasil.  
E-mail: thami.pereira@gmail.com | ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6415-7494>

5 Docente do Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM),  
Rio Grande do Sul, Brasil.  
E-mail: silviojlvasco@hotmail.com | ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6415-7494>

**Revista de Psicologia da IMED**, Passo Fundo, vol. 11, n. 2, p. 166-179, Julho-Dezembro, 2019 - ISSN 2175-5027

[Recebido: Julho 15, 2018; Aceito: Fevereiro 27, 2019]

DOI: <https://doi.org/10.18256/2175-5027.2019.v11i2.2850>

#### Endereço correspondente / Correspondence address

Faculdade Integrada de Santa Maria (FISMA)  
R. José do Patrocínio, 26 - Centro, Santa Maria - RS, Brasil  
CEP 97010-260

Sistema de Avaliação: *Double Blind Review*  
Editora: Aline Cardoso Siqueira

Como citar este artigo / To cite this article: [clique aqui! / click here!](#)

## Resumo

Este relato de experiência descreve uma intervenção baseada no Treinamento de Habilidades Sociais (THS) realizado com crianças do 3º ano do ensino fundamental de uma escola pública do Rio Grande do Sul (Brasil). O objetivo do THS foi desenvolver um repertório de comportamentos mais saudáveis entre os alunos, já que as principais queixas da escola referiam-se a problemas de comportamento, comunicação e interação entre os pares, que afetavam o processo de aprendizagem. Participaram 10 crianças (idades entre 7-9 anos). As atividades foram previamente planejadas e tiveram duração de três meses, distribuídos em oito encontros, com frequência semanal, de uma hora e meia cada. As temáticas abordavam a psicoeducação, técnicas de relaxamento muscular e respiração diafragmática, *feedback* construtivo, *role-play*, e resolução de problemas. Os resultados demonstram que as atividades proporcionaram aos participantes algumas mudanças positivas de comportamento, como o estabelecimento de regras organizadas pelos próprios alunos para um bom convívio, o aprendizado de técnicas de relaxamento e o aprimoramento de habilidades sociais desenvolvidas ao longo das atividades. A intervenção propiciou uma aproximação da Psicologia ao campo escolar, a fim de investir em intervenções nesse contexto, visto que as habilidades sociais são reconhecidas como fator de proteção no desenvolvimento infantil.

**Palavras-chaves:** Habilidades sociais, intervenção, Psicologia Educacional

## Abstract

This experience report describes an intervention based on the Social Skills Training (THS) performed with children of the 3rd year of elementary school in a public school in Rio Grande do Sul, Brazil. The aim of THS was to develop a repertoire of healthier behaviors among students, as the main complaints of the school referred to problems of behavior, communication and interaction between the peers, which affected the learning process. Participants included 10 children (ages 7-9 years). The activities were previously planned and lasted for three months, distributed in eight meetings, with weekly frequency of one and a half hours each. The topics covered psychoeducation, muscle relaxation and diaphragmatic breathing techniques, constructive feedback, role-play, and problem solving. The results show that the activities provided the participants with some positive behavioral changes, such as the establishment of rules organized by the students themselves for a good relationship, the learning of relaxation techniques and the improvement of social skills developed throughout the activities. The intervention provided an approximation of Psychology to the school field, in order to invest in interventions in this context, since social skills are recognized as a protection factor in child development.

**Keywords:** Social skills, intervention, Educational Psychology

## Resumen

Este relato de experiencia describe una intervención basada en el Entrenamiento de Habilidades Sociales (THS) realizado con niños del 3° año de la enseñanza fundamental de una escuela pública de Rio Grande do Sul (Brasil). El objetivo del THS fue desarrollar un repertorio de comportamientos más saludables entre los alumnos, ya que las principales quejas de la escuela se referían a problemas de comportamiento, comunicación e interacción entre los pares, que afecta el proceso de aprendizaje. Participaron 10 niños (edades entre 7-9 años). Las actividades fueron previamente planificadas y tuvieron una duración de tres meses, distribuidas en ocho encuentros, con frecuencia semanal, de una hora y media cada una. Las temáticas abordaban la psicoeducación, técnicas de relajación muscular y respiración diafragmática, feedback constructivo, rol-play, y resolución de problemas. Los resultados demuestran que las actividades proporcionaron a los participantes algunos cambios positivos de comportamiento, como el establecimiento de reglas organizadas por los propios alumnos para una buena convivencia, el aprendizaje de técnicas de relajación y el perfeccionamiento de habilidades sociales desarrolladas a lo largo de las actividades. La intervención propició una aproximación de la Psicología al campo escolar, a fin de invertir en intervenciones en ese contexto, ya que las habilidades sociales son reconocidas como factor de protección en el desarrollo infantil.

**Palabras claves:** habilidades sociales, intervención, psicología educativa

## 1 Introdução

As Habilidades Sociais (HS) constituem um constructo descritivo dos desempenhos individuais demandados por um contexto interpessoal específico, que garantem uma maneira adequada do indivíduo lidar com diferentes situações (Rosin-Pinola & Del Prette, 2014). As HS são componentes necessários da competência social e são desenvolvidas desde a infância até a idade adulta, sendo fundamentais para a criança desenvolver bons relacionamentos com seus pares (Crowe, Beauchamp, Catroppa, & Anderson, 2011). Dificuldades em HS estão associadas a uma série de problemas comportamentais e a sintomas depressivos ao longo do desenvolvimento (Segrin, 2017). Neste sentido, o ambiente escolar pode ser potencialmente favorável para o desenvolvimento de um repertório habilidoso, pois, nesse contexto, o aluno experiencia uma integração social com o meio, podendo desenvolver e aprimorar novas habilidade. Pode-se dizer que pais e professores desempenham um papel importante no desenvolvimento infantil, nos âmbitos social, afetivo e cognitivo (Stasiak, 2016).

O Treinamento de Habilidades Sociais (THS) vem sendo amplamente utilizado no trabalho com crianças, tendo em vista que a falta de HS constitui um fator de risco para problemas aprendizagem (Segrin, 2017). Os problemas comportamentais são divididos em internalizantes (PCI), caracterizados pelo excesso de tristeza, retraimento, timidez, insegurança, medos e inibição excessiva, e podem estar associados à depressão, ansiedade e fobia social. Já os externalizantes (PCE) são direcionados à outras pessoas envolvendo excesso de impulsividade, agressão, agitação e comportamento desafiador excessivo, e estão associados, por exemplo, a transtornos opositivo desafiante (Casali-Robalinho, Del Prette, & Del Prette 2015). Um estudo com 220 alunos, do 3º ao 6º ano do ensino fundamental, mostrou a relação das HS com os problemas de comportamento, sendo que os PCI's foram os mais frequentes. Por outro lado, as HS de maior peso na autoavaliação foram as de responsabilidade, e na avaliação dos pais ou responsáveis, as de autocontrole e civilidade (Casali-Robalinho, Del Prette, & Dell Prette, 2015). Entende-se que quanto mais cedo as HS forem desenvolvidas, maior será o seu papel como fator de proteção para crianças (Feitosa, 2014; Ferreira, Carvalho, & Senem, 2016). Portanto, destaca-se a importância de estudos voltados à avaliação das HS, especialmente no contexto educacional.

Cabe ressaltar que o THS pode ser trabalhado por meio de uma ampla gama de recursos, o que facilita a sua aplicação. Lopes, Del Prette e Del Prette (2013), por exemplo, avaliaram os efeitos de um programa de THS, com dois grupos (experimental e controle) compostos por 14 crianças, utilizando vinhetas de vídeo do RMHSC-Del-Prette, com o objetivo de ampliar o repertório de comportamentos socialmente habilidosos e o desempenho acadêmico de crianças com baixo rendimento escolar. As crianças participantes foram avaliadas com o Sistema de Avaliação de Habilidades

Sociais, antes e depois de 22 sessões grupais. O grupo experimental apresentou ganhos significativamente maiores que o grupo controle em HS e no desempenho acadêmico. No entanto, cabe mencionar que em contextos educacionais nem sempre é viável adotar programas extensos, tendo em vista as demais atividades acadêmicas existentes. Mas, assim mesmo, é possível desenvolver um THS adequando a um menor número de sessões.

A partir do exposto, pode-se considerar o THS durante a infância como um aliado no tratamento e na prevenção de problemas futuros no desenvolvimento (Melo, 2014). O exercício das HS assume um caráter preventivo a problemas comportamentais, podendo reduzir os efeitos do estresse e de sintomas depressivos, promovendo a saúde e a melhoria na qualidade de vida na adultez (Oliveira, 2012). Nesse sentido, este estudo objetivou descrever uma intervenção realizada em grupo fechado, com alunos do terceiro ano do ensino fundamental. A realização desta atividade visou promover o aprimoramento das habilidades sociais, a partir da abordagem cognitivo-comportamental. O intuito foi de proporcionar às crianças as habilidades de relacionamento, interação e maior capacidade de resolução de problemas, assim como melhorar o convívio e bem-estar em sala de aula entre alunos e professores.

## 2 Descrição da Intervenção

O presente estudo é um relato de experiência, de caráter exploratório, realizado em uma escola de ensino fundamental, localizada em uma cidade no interior do Rio Grande do Sul. Dentre as finalidades deste, está a produção e aperfeiçoamento do conhecimento para subsidiar pesquisas científicas que proponham soluções para problemas sociais. Esse tipo de experiência possibilita visualizar as repercussões das práticas profissionais rotineiras, criando um elo reflexivo destas com a literatura científica.

A proposta desta intervenção surgiu através do contato realizado pelas graduandas de Psicologia com um curso de aperfeiçoamento em Terapias Cognitivas, da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM), em agosto de 2017. A proposta foi explicada no primeiro contato com a escola, explicitando os possíveis temas que seriam trabalhados com as crianças. Em seguida as acadêmicas realizaram três dias de observação participante, através dessas observações e da entrevista com professores, constatou-se que a turma apresentava diversos problemas comportamentais, tais como falta de limites, desrespeito e *bullying*, o que, no ponto de vista dos entrevistados, estaria dificultando o processo de aprendizagem.

Nas etapas seguintes, mediante autorização da escola, dos pais e dos alunos, foi realizado o planejamento do THS. Todos os procedimentos éticos foram seguidos, como a obtenção do termo de assentimento e de consentimento. As tarefas descritas e desenvolvidas ocorreram posteriormente a um levantamento interno da instituição,

identificado previamente pelas pesquisadoras, com intuito de reconhecer o perfil dos alunos a serem atendidos. O conteúdo do estudo alicerçou-se em técnicas da Terapia Cognitivo-comportamental (TCC). A TCC intervém sobre os comportamentos-alvos inadequados, patológicos ou desadaptativos, voltado para o presente, com objetivos muito claros desde o início do processo. O modelo prevê, que o modo como a pessoa se sente e se comporta, é afetado pela maneira como ela avalia sua realidade (Santos, Gonçalves, Lima, & Crenitte, 2016).

A intervenção aconteceu nas dependências da própria escola, no período de setembro a novembro de 2017. A modalidade escolhida foi grupal, a qual apresenta vantagens com o uso da TCC, visto que o próprio grupo é capaz de gerar respostas mais adaptativas, produzindo reações apropriadas aos estímulos provocados (Almeida, Martins, & Alarcon, 2015). As atividades foram desenvolvidas por três estudantes de Psicologia, e supervisionadas por uma psicóloga e por um professor de Psicologia da Universidade Federal de Santa Maria.

Participaram da intervenção 10 crianças, em um grupo fechado misto, considerando que eram alunos da mesma turma, na faixa etária de 7 a 9 anos, que frequentavam o 3º ano do ensino fundamental. No decorrer das atividades, as crianças foram acompanhadas, com atenção direcionada, a fim de atender aos objetivos de cada encontro. As tarefas desenvolvidas adequaram-se às possibilidades das crianças, considerando tempo e espaço físico, sendo que estas eram realizadas na sala e eventualmente fora dela.

A intervenção ocorreu semanalmente, totalizando oito encontros, realizados no turno da tarde, após o intervalo até o final da aula, com um total de uma hora e trinta minutos em cada encontro. Os instrumentos utilizados ao longo da intervenção foram a observação participante, entrevista com professores e diário de campo. Como materiais, folhas de ofício, cartolina, kit bolha de sabão, saquinhos plásticos lúdicos fechados, cartela de emoções, e os demais objetos variados (lápis, caneta hidrocor, tesoura, cola e papéis). Todas etapas da intervenção de THS foram dedicadas às habilidades específicas.

No primeiro encontro, foi explicado aos alunos os objetivos da intervenção e foi realizada uma dinâmica de apresentação entre os mesmos. Logo após, foi realizado um contrato através da confecção de um cartaz, onde os alunos pintaram e colaram às figuras correspondentes às combinações e deixaram exposto na sala de aula. Essa atividade visou estimular a cooperação e a motivação das crianças e o estabelecimento de regras para o grupo. O objetivo dessa tarefa, foi também apresentar habilidades de assertividade e civilidade. Um dos requisitos para pensar assertivamente é a capacidade de avaliar e prever as prováveis consequências do comportamento assertivo ou não assertivo (Del Prette & Del Prette, 2005). A civilidade é uma habilidade que envolve uma determinada expressão comportamental de regras mínimas de relacionamento,

inclui cumprimentar pessoas, fazer e aceitar elogios, seguir as regras ou instruções estabelecidas, aguardar a sua vez para falar, fazer e responder perguntas (Fonseca, Medeiros, & Cavalcante, 2016).

No mesmo encontro, a fim de checar as emoções, criou-se o crachá das emoções, o que tinha como proposta servir apenas como identificador pessoal e também como identificador de emoções. Os crachás foram entregues em branco para cada criança, onde escreveram seus nomes. Em seguida, foram distribuídas imagens com expressões emocionais, as quais foram explicadas neste instante, uma a uma solicitando que cada criança colasse uma imagem correspondente ao que estava sentindo, em um espaço destinado atrás do crachá. Os crachás e as figuras eram distribuídos no início e recolhidos ao final de cada encontro.

No segundo encontro, atividade foi psicoeducação sobre a identificação das emoções. Dessa forma, a proposta foi apresentar a relação entre pensamentos e sentimentos. Utilizou-se de imagens com expressões características de cada emoção básica para que os alunos identificassem as emoções em suas vivências.

O terceiro encontro, foi dividido em dois momentos. O primeiro ocorreu em sala de aula, onde ensaiou-se a técnica de respiração diafragmática coletiva de forma lúdica. No segundo momento as atividades foram realizadas no pátio da escola, onde foi distribuído sopra bolhas para cada participante continuar com a atividade solicitada anteriormente. Ao utilizar o exercício com as bolhas, explica-se que os medos são como as bolhas, que se formam e depois flutuam para longe e se desfazem (Petersen & Wainer, 2011).

A intervenção cognitiva com crianças ocorre de modo diferente, e envolve a criação de linguagens, muitas vezes não-verbal (Pureza, Ribeiro, Pureza, & Lisboa, 2014). Ao voltar a sala de aula, aconteceu o treinamento da técnica de relaxamento muscular, através de uma atividade lúdica chamada de “jogo do robô ou do boneco de pano”, propostas por Braswell e Kendall (2006). Foi solicitado que os participantes imitassem um robô com pernas e braços rígidos e, posteriormente, que relaxassem os membros como se fossem bonecos de pano. Também foi realizado com outros elementos, solicitando que estendessem o braço e apertassem a mão como se estivessem espremendo limão e, em seguida, se imaginassem como espaguete (proporcionando então inicialmente a contração e, após, o relaxamento dos músculos). Esse exercício buscou ensinar formas de manejo da ansiedade, a partir das reações físicas. Ao final da atividade, foi exposto sobre as diferenças entre a musculatura tensa e relaxada, como esclarecimento dos objetivos para as crianças.

No quarto encontro, através da psicoeducação buscou-se proporcionar um estímulo a melhor assertividade nas tomadas de decisões, resolução de problemas, interação social, a fim de aprimorar habilidades de trabalho e empáticas. A psicoeducação pode ser definida como uma transferência sistemática, didática e estruturada sobre um transtorno ou condição particular (Ekhtiari, Rezapour, Aupperle,

& Paulus, 2017). Iniciou-se exemplificando a partir de informações que serviram como instruções para um estilo de resposta. Nesse sentido, utilizou-se figuras, com situações do cotidiano de crianças, da mesma faixa etária dos participantes. A partir disso, foi solicitado a cada criança o que havia percebido em determinada figura, de maneira que pudesse descrever sobre o que faria, como e porquê. Durante o quinto encontro, foi realizado o treinamento para emissão de elogios, uma vez que é mais fácil criticar alguém quando faz algo negativo, do que elogiar quando faz algo positivo. No entanto, fazer elogios reforça o comportamento positivo, propiciando repetições destes, fazendo com que os outros sintam-se respeitados e honrados, favorecendo o relacionamento interpessoal (Melo, 2014). Neste momento visando promover sentimentos positivos e elogios, foi realizada a atividade do “cofre da gratidão”. Nessa atividade, utilizou-se saquinhos plásticos como cofre e papéis para descrição dos elogios, que foram depositados individualmente pelos alunos os elogios e o reconhecimento que a criança obteve dos colegas, estimulando habilidades sociais comunicativas. As responsáveis pela condução das atividades observaram que com base em tais estímulos, as crianças revelaram-se mais capazes de reconhecer e emitir elogios aos colegas. No sexto encontro, o objetivo foi o de trabalhar resolução de problemas e de conflitos. Para isso, nessa etapa, foram utilizadas narrativas envolvendo situações lúdicas, com histórias infantis para os alunos solucionarem, estimulando que pensassem em alternativas a fim de resolver determinados problemas interpessoais. Nessa atividade a turma foi dividida em dois grupos, a partir dos quais foi possível avaliar nos pequenos grupos os comportamentos e estratégias de ajuda mútua e colaborativas (cooperação entre os participantes) grupais aplicadas na resolução de problemas. No sétimo encontro as pesquisadoras utilizaram da técnica do *role-play* (ensaio para maneiras efetivas de resolver situações), enfatizando os comportamentos assertivos. Na oportunidade, foi aberto um espaço breve de escuta com questionamento socrático para resolução de problema.

No oitavo encontro a proposta foi de realizar um *feedback*, com o intuito de obter uma avaliação final das intervenções. Para isso, foi entregue aos alunos um questionário semiestruturado com oito perguntas relacionadas aos encontros, que foram respondidas individualmente por cada um deles. As perguntas do questionário eram relacionadas às atividades para avaliar os pontos positivos e negativos do treinamento na visão de cada aluno, sendo elas: (1) Como foi para você participar dos encontros?; (2) O que teve de mais legal nos encontros?; (3) O que você não gostou durante os encontros?; (4) O que você aprendeu?; (5) Como você se sentiu durante os encontros?; (6) O que foi mais difícil para você durante os encontros?; (7) Você participaria de outros encontros novamente?; e (8) Você gostaria que tivessem mais encontros?

### 3 Resultados e Discussão

O objetivo deste relato foi descrever uma intervenção de THS baseada na TCC, com um grupo fechado de crianças. Como forma de manter a precisão e fidedignidade dos resultados da intervenção, utilizou-se neste relato informações contidas no diário de campo. O qual, foi elaborado ao longo da intervenção. As sessões de THS foram estruturadas conforme observação das pesquisadoras e necessidade apontada por profissionais da escola, Del Prette e Del Prette (2005) afirmam que, diante dos desafios e necessidades atuais, há uma urgência nas crianças em acompanhar e aprimorar o repertório cada vez mais complexo de HS. Nesse sentido, pode-se observar, por exemplo, que através do processo de apresentação e identificação das emoções básicas, alegria, tristeza, surpresa, raiva, nojo e medo, os alunos conseguiram assimilar as emoções com algo que haviam vivenciado no ambiente familiar e também escolar. Percebeu-se também que as crianças relacionaram a emoção “alegria” ao abraço materno e aos animais domésticos; a emoção “triste” à violência física e verbal ocorrida na escola, ao luto, a se machucar em uma queda e a falta de amizades na escola; a emoção “raiva” às agressões sofridas pelos colegas; a emoção “nojo” aos legumes; e as emoções “surpresa” e “medo” relacionadas à luz desligada.

Em relação as emoções, Beck (2014) afirma que, em muitos casos, os pacientes indicam facilmente e de maneira assertiva os seus sentimentos e emoções. No entanto, há aqueles que manifestam vocabulário desprovido de conhecimento sobre sentimentos e não conseguem denominar como se sentem emocionalmente; outros, ainda, aparentemente entendem o significado das emoções, mas apresentam dificuldade em nomeá-las. A partir dos resultados, verificou-se que a emoção alegria foi predominante tanto para meninas (73,61%) quanto para meninos (26,78%), no entanto, essa emoção esteve mais presente nas meninas. Ressalta-se a proximidade dos resultados obtidos entre alegria (26,78%) e raiva (21,42%) entre os meninos, com ampla diferença de resultados em comparação com as meninas que em nenhum encontro sentiram raiva. Para tanto, percebe-se a que os meninos descreveram sentir as seis emoções seguintes: Alegria (26,78%), raiva (21,42%), surpresa (16,07%), tristeza (10,71%), nojo (3,57%) e medo (3,57%). Durante as sessões, as meninas identificaram estar sentido apenas três das emoções básica: Alegria (73,61%), surpresa (16,66%), tristeza (6,94%).

É possível que as diferenças de repertório estejam ligadas a expectativa gerada culturalmente, em que os meninos apresentem reações menos habilidosas que as meninas, já que estas tendem a se comportar de maneira mais habilidosa nas relações sociais (Caballo, 2012). Portanto, a partir dessa atividade as crianças puderam aprender a lidar com as diferentes emoções, e a aprendizagem emocional quando ocorre de forma bem sucedida se fortalece cada vez mais, colaborando nas relações sociais e em tomadas de decisões mais saudáveis (Del Prette & Del Prette, 2005).

Além das emoções, utilizou-se da psicoeducação para promover a assertividade e civilidade em sala de aula com a realização de um contrato de normas e regras para melhor convivência nesse ambiente, com base nas reflexões e aceite dos próprios alunos. A partir do estabelecimento do contrato, desde os primeiros encontros os alunos começaram a monitorar a si e aos outros quanto a ouvir e esperar sua vez para falar, pedir ajuda e agradecer o colega, controlar o tom da voz, chamar pelo nome, entre outros. O trabalho com a habilidade de assertividade, favorece a construção de suporte social positivo, auxiliando na prevenção ou diminuição de sintomas relacionados a comportamentos de fuga, promovendo uma melhor qualidade de vida (Feitosa, 2014).

Durante o treinamento, utilizou-se o reforço positivo para melhor o aproveitamento das atividades. Através dessa concepção, os elogios estavam presentes desde o início das atividades emitidos pelas coordenadoras quando o aluno resolvia uma situação problemática. Em um dos encontros, foi proposto aos alunos que elogiassem os demais (o colega ao lado), 64% dos alunos receberam somente um elogio e 36% receberam mais de um elogio, sendo a palavra “legal” o adjetivo mais destacado entre os alunos. Tendo em vista que entre os alunos eram frequentes as queixas, como casos de *bullying*, agressões físicas e verbais o treinamento, também, abrangeu a prática de resolução de problemas no cotidiano escolar, de modo que a turma se empenhasse em resolver situações presenciadas ou vivenciadas no ambiente escolar, as quais não saberiam como proceder ou que resolviam no impulso antes do treinamento.

Ultimamente, muito tem se investigado sobre *coping* (termo inglês que não possui uma tradução exata para o português, cujos possíveis significados são: lidar com; enfrentar ou se adaptar). O *coping* se trata de um processo adaptativo que faz a mediação entre a pessoa e o ambiente que ela encara como adversa (Ramos, Emuno, & Paula, 2015). Com o treinamento, os alunos optaram que seria a mais viável de resolver os conflitos através do diálogo, como no caso das queixas repetidas pelas meninas da turma sobre a falta de respeito dos meninos. Além disso, o grupo também teve a oportunidade de pensar em soluções alternativas para outras situações sociais problemáticas por eles vivenciadas, visto que, quanto mais situações o grupo fosse capaz de analisar, maiores as chances de cada criança ampliar o repertório individual de soluções (comportamentos socialmente habilidosos, pró-sociais) de acordo com cada situação (Batista & Marturano, 2015).

Durante os encontros, percebeu-se que uma pequena parte dos alunos descreveram situações negativas que vivenciaram em suas casas e que repetiram o mesmo comportamento na escola como forma de resolução de problemas. Dentre as situações ocorridas, estão as agressões, os xingamentos e a falta de respeito entre os membros que compõem a família de maior convivência, fato que, se reproduz em sala de aula com os colegas. Conforme Marturano, Rizo, Elias e Fava (2016), a participação ativa da família e escola, o diálogo estabelecido entre as partes podem modificar o

futuro de uma criança. Existindo uma relação entre escola e família, é provável que a criança obtenha sucesso em sua vida escolar, uma vez que a criança irá se sentir valorizada sendo acompanhada em suas dificuldades.

Um cenário favorável para a aprendizagem de comportamentos aceitáveis socialmente é aquele no qual os pais permitem que as crianças expressem suas emoções e também impõem limites quando necessário. Conforme a literatura, o comportamento infantil apático, passivo e retraído é uma maneira para expressar algum incômodo, esse comportamento silencioso pode futuramente desencadear fuga, exclusão, aparente desinteresse por atividades em grupos e muitas vezes desinteresse escolar (Donadon, 2016). O contexto da sala de aula pode influenciar as crianças em comportamentos desadaptativos, se houver predominância de agressividade e hostilidade, quanto para adaptativos, se o clima for positivo (Neufeld, Dias-Corrêa, & Marturano, 2016). Dessa forma, ressalta-se que a colaboração entre a escola e a família é muito importante para o desenvolvimento de habilidades sociais. A presença de professores e de adultos envolvidos no desenvolvimento da socialização da criança. No contexto escolar, os alunos que participam de programas de adaptação se sentem mais acolhidos pela instituição, o que promove a aquisição habilidades sociais entre os alunos e melhora o desempenho escolar (Gavasso, Fernandes, & Andrade, 2016).

Quanto ao posicionamento dos alunos sobre o treinamento de habilidades sociais, obteve-se como resultado uma boa aceitação por todos, sendo que a maioria aprovou os 8 encontros, no entanto, o encontro evidenciado pelos participantes foi o de treinamento de respiração diafragmática e relaxamento muscular realizado de maneira lúdica. Muitos alunos através do questionário reprovaram a falta de respeito entre eles no que se refere ao tom de voz e ao aguardo de sua vez para falar, e puderam se conscientizar que esse problema estava os prejudicando enquanto grupo.

No *feedback* relatado pelos alunos, muitos descreveram o aprendizado obtido através dos encontros. Dentre eles, estão as regras estabelecidas pelos próprios alunos no primeiro encontro, como o não gritar, ouvir a professora, ouvir os adultos, levantar a mão e esperar sua vez de falar, ter respeito e não fazer *bullying*, assim como, citaram ter aprendido outras partes do treinamento habilidades sociais (elogiar o outro, respirar para diminuir ou minimizar a ansiedade). A turma relatou não ter tido dificuldade para a realização das atividades propostas.

Por fim, percebeu-se que as atividades executadas nos encontros foram bem aceitas por todos os alunos, de modo que esses manifestaram interesse em participar novamente, caso houvesse outra oportunidade. Os resultados demonstraram que o treinamento de habilidades sociais realizados com a turma produziu mudanças comportamentais e cognitivas positivas no contexto em que foi aplicado. De um modo geral, pode-se considerar ainda que tais resultados foram ao encontro das expectativas das profissionais que relatam as experiências aqui descritas, uma vez que

as crianças participantes da intervenção obtiveram observável melhora no desempenho das habilidades sociais no decorrer do THS. Além disso, o presente relato objetiva contribuir com novas propostas que busquem desenvolver o THS no contexto escolar.

#### **4 Considerações Finais**

As propostas de intervenção que envolvem populações não clínicas no contexto social demonstram que a Psicologia enquanto ciência multidisciplinar é atuante em diversos cenários, contribuindo significativamente também no contexto escolar. O objetivo principal desta proposta interventiva foi alcançado por meio do desenvolvimento de várias habilidades, as vezes ausentes ou deficitárias na população alvo, como o fortalecimento de vínculos emocionais e aprimoramento de competências sociais. O THS nesses casos tem por finalidade o crescimento saudável nas faixas etárias posteriores, possibilitando a autonomia das crianças estimulando-as a enfrentar adversidades futuras. Destaca-se que algumas dificuldades foram encontradas no decorrer da intervenção, como espaço físico limitado, o reduzido número de encontros realizados. Cabe ainda, considerar como limitação para esse estudo a ausência de uma avaliação efetiva da intervenção para que os resultados apresentados fossem mais consistentes. Nesse sentido, como alternativa a futuras propostas semelhantes a esta, sugere-se utilizar outros tipos de recursos para avaliar a intervenção e além disso, realizar o Treinamento com os pais e professores concomitante, visto que habilidades sociais não se restringem somente a sala de aula, e sim à todos os contextos sociais. Espera-se que novas práticas envolvendo o THS sejam desenvolvidas e que futuros estudos relatem a eficácia e o desenvolvimento da promoção de habilidades sociais no contexto escolar.

## Referências

- Almeida, C., Martins, E. M., & Alarcon, R. T. (2015). Aplicação da Terapia Cognitivo-comportamental em Grupo na Ansiedade. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 11(1), 32-41. doi: <https://doi.org/10.5935/1808-5687.20150005>
- Batista, S. V., & Marturano, E. M. (2015). Intervenção para promover habilidades sociais e reduzir problemas de comportamento de crianças em um núcleo social. *Pesquisas e Práticas Psicossociais*, 10(2), 313-326. Retrieved from [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-89082015000200009&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-89082015000200009&lng=pt&tlng=pt)
- Beck, J. S. (2014). *Terapia Cognitivo-Comportamental: teoria e prática* (2ª ed.). (Tradução: Sandra Mallmann da Rosa; revisão técnica: Paulo Knapp, Elisabeth Meyer). Porto Alegre: Artmed. (Obra original publicada em 2011)
- Braswell, L., & Kendall, P. C. (2006). Terapia Cognitivo Comportamental para jovens. In: DOBSON, K (e col.) *Manual de terapias cognitivo-comportamentais*. Porto Alegre: Artmed.
- Caballo, V. E. (2012). *Manual de avaliação e treinamento das habilidades sociais* (S. M. Dolinsky, Trad.). São Paulo: Santos.
- Casali-Robalinho, I. G., Del Prette, Z. A. P., & Del Prette, A. (2015). Habilidades Sociais como Preditoras de Problemas de Comportamento em Escolares. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 31(3), 321-330. doi: <https://doi.org/10.1590/0102-37722015032110321330>
- Crowe, L., Beauchamp, M., Catroppa, C. & Anderson, V. (2011) Social function assessment tools for children and adolescents: A systematic review from 1998 to 2010. *Clinical Psychology Review*, 31, 767-785. doi: <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2011.03.008>
- Del Prette, A., & Del Prette, Z. A. P. (2005). *Psicologia das habilidades sociais na infância: teoria e prática*. Petrópolis, RJ: Vozes.
- Donadon, M. F., Correia, S. K. B., Nunes, C. C. S. A., & Nicoletti, Ê. A. (2016). Habilidades sociais e depressão: a case reportum relato de caso. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 12(1), 50-56. doi: <https://doi.org/10.5935/1808-5687.20160008>
- Ekhtiari, H., Rezapour, T., Aupperle, R. L., & Paulus, M. P. (2017). Neuroscience-informed psychoeducation for addiction medicine: A neurocognitive perspective. *Progress in brain research*, 235, 239-264. doi: <https://doi.org/10.1016/bs.pbr.2017.08.013>
- Feitosa, F. B. (2014). A Depressão Pela Perspectiva Biopsicossocial e a Função Protetora das Habilidades Sociais. *Psicologia: ciência e profissão*, 34(2), 488-499. Retrieved from [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1414-98932014000200016&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932014000200016&lng=en&nrm=iso)
- Ferreira, F. R., Carvalho, M. A. G. & Senem, C. J. (2016). Desenvolvendo habilidades sociais na escola: um relato de experiência. *Construção psicopedagógica*, 24(25), 84-98. Retrieved from [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1415-69542016000100007&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-69542016000100007&lng=pt&tlng=pt)
- Fonseca, T. S., Medeiros, C. M. L. D., & Cavalcante, A. C. S. (2016). Habilidades sociais de amizade e civilidade no contexto escolar. *Estudos Interdisciplinares em Psicologia*,

- 7(2), 147-156. Retrieved from [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2236-64072016000200009&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2236-64072016000200009&lng=pt&tlng=pt).
- Gavasso, M. S. B., Fernandes, J. S. G., & Andrade, M. S. (2016). Revisão Sistemática De Estudos Sobre Habilidades Sociais: Avaliação E Treinamento. *Ciências & Cognição*, 21(1), 52-58. Retrieved from <http://www.cienciasecognicao.org/revista/index.php/cec/article/view/1050>
- Lopes, D. C., Del Prette, Z. A. P., & Del Prette, A. (2013). Recursos Multimídia no Ensino de Habilidades Sociais a Crianças de Baixo Rendimento Acadêmico. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 26(3), 451-458. doi: <https://doi.org/10.1590/S0102-79722013000300004>
- Marturano, E. M., Rizo, L., Elias, L. C. S., & Fava, D. C. (2016). A fronteira da educação entre a família e a escola. In D. C. Fava. *A Prática da Psicologia na Escola: introduzindo a abordagem cognitivo-comportamental* (1a ed., pp. 85-99). Belo Horizonte: Artesã.
- Melo, W. V. (org.). (2014) Estratégias psicoterápicas e a terceira onda em terapia cognitiva. Novo Hamburgo: Sinopsys.
- Neufeld, C. B., Dias-Corrêa, J. P., & Marturano, E. M. (2016). Entrada na escola e o impacto social. In D. C. Fava. *A Prática da Psicologia na Escola: introduzindo a abordagem cognitivo-comportamental* (1a ed., pp. 100-115). Belo Horizonte: Artesã.
- Oliveira, S. A. (2012). Prevenção em saúde mental no Brasil na perspectiva da literatura e de especialistas da área (Dissertação de Mestrado). Universidade de Brasília, Brasília, DF, Brasil.
- Petersen, C. S., & Wainer, R. (2011). Princípios básicos da terapia cognitivo-comportamental de crianças e adolescentes. Em C. S. Petersen & R. Wainer (org.), *Terapias Cognitivo Comportamentais para crianças e adolescentes*. Porto Alegre: Artmed.
- Pureza, J. R., Ribeiro, A. O., Pureza, J. R., & Lisboa, C. S. M. (2014). Fundamentos e aplicações da terapia cognitivo-comportamental com crianças e adolescentes. *Revista brasileira de psicoterapia*, 16(1), 85-103.
- Ramos, F. P., Emuno, S. R. F., & Paula, K. M. P. (2015). Teoria motivacional do coping: uma proposta desenvolvimentista de análise do enfrentamento do estresse. *Estudos de Psicologia*, 32(2), 269-279. doi: <https://doi.org/10.1590/0103-166X2015000200011>
- Rosin-Pinola, A. R., & Del Prette, Z. A. P. (2014). Inclusão escolar, formação de professores e a assessoria baseada em habilidades sociais educativas. *Revista Brasileira de Educação Especial*, 20(3), 341-356. doi: <https://doi.org/10.1590/S1413-65382014000300003>
- Santos, J. B. G., Gonçalves, T. S., Lima, R. F., & Crenitte, P. A. P. (2016). Sinais sugestivos de estresse infantil em escolares com transtorno de aprendizagem. *Revista CEFAC*, 18(4), 854-863. doi: <https://doi.org/10.1590/1982-0216201618420915>
- Segrin, C. (2017). Indirect Effects of Social Skills on Health Through Stress and Loneliness. *Health Communication*, 34(1), 118-124. doi: <https://doi.org/10.1080/10410236.2017.1384434>
- Stasiak, G. R. (2016). Avaliação sobre os impactos do programa Incredible Years Teacher Classroom Management às professoras da educação infantil (Tese de Doutorado). Universidade Federal do Paraná, Curitiba, Paraná, Brasil.