



UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
CENTRO DE CIÊNCIAS HUMANAS LETRAS E ARTES
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA
BACHARELADO EM PSICOLOGIA

THAÍZE CORDEIRO PITA

TREINAMENTO DE HABILIDADES SOCIAIS EM UNIVERSITÁRIOS:
UMA ANÁLISE DE PRODUÇÃO NACIONAL

João Pessoa

2020

THAÍZE CORDEIRO PITA

TREINAMENTO DE HABILIDADES SOCIAIS EM UNIVERSITÁRIOS:
UMA ANÁLISE DE PRODUÇÃO NACIONAL

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado como requisito para obtenção
do título de Bacharel em Psicologia, sob
orientação da Professora Dra. Shirley de
Souza Silva Simeão.

João Pessoa

2020

THAIZE CORDEIRO PITA

TREINAMENTO DE HABILIDADES SOCIAIS EM UNIVERSITÁRIOS: UMA ANÁLISE DE PRODUÇÃO NACIONAL

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Bacharelado de Psicologia do Centro de Ciências Humanas, Letras e Artes, da Universidade Federal da Paraíba, como requisito parcial para a obtenção do grau de Bacharel em Psicologia.

Orientador(a): Prof^a Dr^a Shirley de Souza Silva Simeão

Aprovado em: 10/08/2020

BANCA EXAMINADORA

Prof^a Dr^a Shirley de Souza Silva Simeão (Orientadora)
Universidade Federal da Paraíba

Prof^a Dr^a Adriana de Andrade Gaião e Barbosa (Banca)
Universidade Federal da Paraíba

Prof. Ms Washington Alysson Dantas da Silva

Sumário

1. Introdução.....	6
2. Método.....	11
2.1 <i>Base de Dados</i>	12
2.2 <i>Critérios de inclusão e exclusão</i>	12
3. Resultados.....	14
4. Discussão.....	20
5. Considerações Finais.....	24
Referências.....	

Resumo

A presente pesquisa teve por objetivo realizar uma revisão sistemática acerca do tema Treinamento de Habilidades Sociais (THS) em estudantes universitários publicados em periódicos nacionais, em termos de características bibliográficas, tendências metodológicas e apontar as possíveis intervenções que foram utilizadas nesses programas de THS com o público universitário. As bases de dados consultadas foram: SciELO, Pepsic, Lilacs, CAPES e Index Psi, nos últimos 10 anos (entre Janeiro de 2009 a Setembro de 2019). Foram encontrados nove artigos, sendo a maioria de pesquisas contendo delineamentos pré-experimentais, com predominância no uso de instrumentos objetivos e de autorrelato e tendo como objetivo avaliar a efetividade do programa. Embora os resultados sejam positivos, espera-se que esse estudo auxilie a nortear novas pesquisas da área, já que foi possível notar a necessidade de se desenvolver mais estudos com delineamentos experimentais e quase experimentais, visando contribuir no aperfeiçoamento do repertório de habilidades sociais dos universitários e enriquecer cada vez mais a literatura a respeito das Habilidades Sociais.

Palavras-chave: habilidades sociais; competência social; universitários; revisão sistemática.

Abstract

This research aimed to conduct a systematic review on the topic of Social Skills Training in university students published in national journals, in terms of bibliographic characteristics, methodological trends and to point out the possible interventions that were used in these Social Skills Training programs with the university audience. The databases consulted were: SciELO, Pepsic, Lilacs, CAPES and Index Psi, in the last 10 years (between January 2009 to September 2019). Nine articles were found, the majority of studies containing pre-experimental designs, with a predominance in the use of objective and self-report instruments and aiming to evaluate the effectiveness of the program. Although the results are positive, it is hoped that this study will help guide new research in the area, since it was possible to notice the need to develop more studies with experimental and quasi-experimental designs, aiming to contribute to the improvement of the social skills of university students and increasingly enrich the literature on Social Skills.

Keywords: social skills; social competence; college students; systematic review.

Apresentação

O presente Trabalho de Conclusão do Curso (TCC) teve como propósito investigar a literatura relativa ao Treinamento de Habilidades Sociais (THS) com o público universitário, já que os achados pontuam a importância de se ter um repertório de habilidades sociais hábil, de modo que os estudantes sejam capazes de manter relações saudáveis no meio social e consigam responder às desafiantes demandas universitárias.

A referida literatura explica que déficits nas habilidades sociais, ou seja, nas classes de comportamentos sociais que o indivíduo carrega no seu repertório, podem acarretar em problemas no processo de aprendizagem e dificuldades diante de situações como: se comunicar com figuras de autoridade, trabalhos em grupo, exposição oral e outras tantas demandas exigidas no âmbito universitário. Contudo, os elementos estressores ocasionados por essas dificuldades no processo adaptativo podem ser superadas mediante os programas de THS, os quais apresentam impactos positivos e refletem uma melhora em como esses estudantes passam a responder as experiências universitárias e demais contextos interpessoais, já que as habilidades sociais podem ser atribuídas a outras realidades sociais.

A seguir será feita uma breve apresentação que está constituída em cinco seções: a primeira Seção apresenta a introdução ou fundamentação teórica reportando os principais estudos da literatura que falam sobre as Habilidades Sociais e o THS. A segunda Seção aborda o método, incluindo bases de dados e critérios de inclusão e exclusão das pesquisas selecionadas para o presente estudo. A terceira Seção apresenta os principais resultados que foram encontrados, enquanto que a quarta Seção e a quinta Seção tratam, respectivamente, da discussão e as considerações finais. E por fim, a Seção de Referência Bibliográfica, a qual seguiu as normas da APA 7ª edição.

1. Introdução

As Habilidades Sociais (HS) enquanto campo teórico-prático abarca a elaboração e aplicação de conhecimentos psicológicos, sendo esta uma esfera que reúne saberes resultantes de diferentes aportes teóricos da Psicologia. Sua definição é empregada para designar um grupo de comportamentos sociais, levando em consideração as especificidades que os caracterizam (Del Prette & Del Prette, 2017).

A produção de conhecimentos sobre HS vem ganhando cada vez mais destaque em vários lugares do mundo, incluindo no Brasil, onde a produção se consolidou através de estudos voltados para abordagem cognitivo-comportamental, em meados do século XX. As HS referem-se a um constructo descritivo dos comportamentos sociais que são determinados e aprovados em cada cultura específica, com o intuito de produzir resultados positivos para o indivíduo e toda a comunidade, contribuindo para que haja um desempenho social competente diante de situações interpessoais (Del Prette & Del Prette, 2017).

Para uma melhor compreensão sobre as HS, é importante esclarecer alguns conceitos que são centrais nesse campo, os quais seriam, respectivamente, Desempenho Social e Competência Social. O desempenho social é a manifestação de um comportamento ou de uma sequência de comportamentos em qualquer interação social. Na literatura, é explicado que o indivíduo necessita de quatro requisitos para que possa ter um desempenho social competente numa determinada atividade interpessoal: requer um repertório de HS apto à tarefa, compromisso com valores de convivência semelhantes à dimensão ética da competência social, automonitoria do desempenho individual na comunicação, autoconhecimento de recursos e limitações agregado ao conhecimento das normas e regras do meio social em que se encontra (Del Prette & Del Prette, 2005; Del Prette & Del Prette, 2017).

O conceito de competência social é considerado um constructo avaliativo do desempenho apresentado frente a uma determinada tarefa interpessoal. Apesar de existir uma conexão entre os conceitos de habilidades sociais e competência social, já que ambos por

muitas vezes são utilizados de forma indiscriminada, McFall (1976; 1982) então estabeleceu uma distinção entre os termos apontando a complementaridade de ambos, com base na análise do desempenho social. Esta proposta foi acolhida por diversos pesquisadores, os quais reafirmam que, apesar da semelhança conceitual, trata-se de construtos diferentes (Del Prette & Del Prette, 2017; Del Prette & Del Prette, 2018).

As HS possuem um cunho descritivo que se refere às classes de comportamentos sociais que o indivíduo carrega no seu repertório, podendo ser divididos em comportamentos sociais desejáveis e indesejáveis (Dias, Oliveira, & Freitas, 2011). Os comportamentos sociais desejáveis seriam aqueles que são conduzidos por valores de respeito nos quais os indivíduos compartilham entre si através das interações sociais; e os indesejáveis seria o oposto desses valores que são compartilhados de acordo com as culturas e subculturas. A análise desses comportamentos é feita mediante critérios, sendo estes: a avaliação da consequência de execução dos comportamentos, assim como é avaliado de que forma afetam ou beneficiam o interlocutor, grupo e/ou comunidade alvo (Del Prette & Del Prette, 2017).

Por referirem-se a um conjunto de comportamentos sociais, as HS são divididas em classes e possuem características que carregam funções semelhantes ou distintas, consideradas primordiais para os papéis sociais em que o indivíduo se submete ao longo de sua vida. A literatura aponta as principais classes de HS que acompanham todo o período de desenvolvimento humano e nos papéis sociais em que o indivíduo é submetido ao longo da vida, sendo estas: comunicação, civilidade, fazer e manter amizade, empatia, assertividade, expressar solidariedade, manejar conflitos e resolver problemas interpessoais, expressar afeto e intimidade, coordenar grupo e falar em público (Del Prette & Del Prette, 2017).

Dentre as classes de HS, é possível verificar as que mais apresentam déficits nos estudantes universitários: habilidades assertivas e de enfrentamento, autoexposição a desconhecidos e situações novas; civilidade, como cumprimentar desconhecidos, apresentar-

se a alguém; comunicação, como fazer perguntas a desconhecidos/colegas, falar em público, elogiar ou lidar com críticas (Del Prette & Del Prette, 2003; Soares & Del Prette, 2013), podendo causar ao indivíduo um prejuízo nas suas interações sociais.

A formação das HS e o aperfeiçoamento da competência social sucedem no meio natural, através das interações sociais ao longo do desenvolvimento humano. Com relação aos processos de aquisição, absorção e aperfeiçoamento das habilidades e da competência social, estas são desenvolvidas no período da infância e adolescência, sob influência das aplicações educativas da família e da escola, as quais fazem parte do cotidiano de cada indivíduo. Caso venha a acontecer uma falha nessas práticas educativas, é provável que surjam déficits que causem problemas na competência social do sujeito, podendo afetar relações interpessoais e a qualidade de vida do indivíduo, bem como das pessoas que fazem parte do seu convívio social (Del Prette & Del Prette, 2011).

Ademais, deve-se levar em consideração a forma como esses déficits em HS serão analisados, ou seja, é essencial investigar se há uma “ausência” dos comportamentos esperados numa atividade interpessoal ou momentos específicos, e/ou até mesmo constatar se existe algum comportamento que não conseguiu alcançar certos critérios de frequência ou competência social. Dentro disto, poderão aparecer três tipos de déficit: (a) aquisição, (b) desempenho e (c) fluência, os quais, respectivamente, possibilitam a elaboração de vários procedimentos para a promoção de habilidades sociais (Del Prette & Del Prette, 2013).

Os déficits, ou dificuldades interpessoais, são esclarecidos com base no modelo da aprendizagem social e na vertente operante do modelo de assertividade, as quais salientam que tais dificuldades interpessoais surgem a partir dos déficits de habilidades no repertório do indivíduo. Há também a vertente do condicionamento respondente e do modelo cognitivo, as quais, respectivamente, sugerem que exista uma inibição da ansiedade como hipótese para o déficit e mecanismos de inibição cognitivamente mediada. E, por fim, o modelo da percepção

social e da teoria de papéis, que enfatiza que os problemas interpessoais estão correlacionados às falhas no processamento cognitivo de estímulos sociais (Del Prette & Del Prette, 2009).

Visando favorecer a superação dos referidos déficits no repertório, o Treinamento de Habilidades Sociais (THS) pode ser definido como um conjunto de atividades estruturadas, que tem como objetivo favorecer a aprendizagem de comportamento que são essenciais para determinadas demandas sociais, tais como: habilidades assertivas e de enfrentamento (lidar com críticas, pedir mudança de comportamento, exposição a desconhecidos), empatia (elogiar, agradecer), etc. (Del Prette & Del Prette, 2011). Essas habilidades possibilitam que sejamos mais competentes para construir relacionamentos saudáveis e mutuamente satisfatórios, sejam elas no contexto universitário ou nos demais ambientes que exigem interações sociais, o que acarreta relações que contém respeito mútuo, melhor interação com os outros, tranquilidade ao fazer algum pedido, dentre outros (Soares & Del Prette, 2013).

O THS é capaz de ampliar e/ou melhorar o repertório de habilidades sociais que o sujeito já desenvolveu ao longo do seu ciclo vital, tendo como objetivo desenvolver HS importantes para o indivíduo, e amenizar e/ou anular comportamentos opostos a essas habilidades que possam interferir e causar prejuízos nas relações interpessoais. Em termos de procedimentos e técnicas, o THS abarca meios de intervenção que segue modelos pautados na teoria da aprendizagem social, modelo da assertividade, teoria da percepção social, modelo cognitivo e a teoria de papéis, devido à aplicação de técnicas que tem como objetivo promover a aprendizagem de comportamentos e reparar déficits que prejudicam as interações interpessoais. O êxito das intervenções propostas, comumente, é comprovado por meio de pesquisas, sob delineamentos experimentais e/ou quase experimentais, que contemplam as variáveis envolvidas no THS e consideram a complexidade envolvida neste campo teórico-prático (Del Prette & Del Prette, 2009; Del Prette & Del Prette, 2011).

Os programas de THS preconizam a aquisição das habilidades sociais ao longo do desenvolvimento humano, possibilitando orientar, por intermédio de condições estruturadas de ensino ou terapia verbal, a aquisição de um novo repertório que contemple as HS solicitadas e valorizadas no contexto que o indivíduo está inserido (Del Prette & Del Prette, 2011). Entre os espaços que mais exigem a expressão de habilidades sociais e de um desempenho social satisfatório, está o contexto universitário, local este em que muitos jovens estão inseridos e que apresentam dificuldades no processo adaptativo relacionadas ao manejo das relações interpessoais, juntamente com outros fatores, como: administração do tempo e desenvolvimento da autonomia, podendo acarretar problemas de ajustamento, transtornos psicossociais, dificuldades de desempenho ou até evasão universitária (Lima & Soares, 2015).

Para que haja um melhor desempenho acadêmico, é recomendado que o estudante possua um repertório de HS que consiga se adaptar às demandas universitárias, já que a falta dessas habilidades sociais pode causar problemas no processo de aprendizagem, especialmente em tarefas como a realização de trabalhos que incluem interação grupal e a exposição oral de atividades em sala de aula (Gomes & Soares, 2013). Entretanto, é possível que os elementos estressores provocados pela dificuldade no processo adaptativo e que se alojam durante o período da universidade, sejam reduzidos através da aplicação do THS (Lima & Soares, 2015).

Em diversos contextos, é possível notar impactos positivos do THS, sendo possível desenvolver habilidades de: interagir em público, manifestar sentimentos positivos, discordar, resolução de problemas, dentre outras, as quais auxiliam na manifestação de relações interpessoais competentes. Portanto, a aplicabilidade do THS no contexto universitário possibilita o desenvolvimento de HS. Estas podem refletir tanto numa melhora da experiência na universidade, assim como nos demais contextos interpessoais, dado que as habilidades

sociais não se restringem apenas por uma demanda específica e podem ser adaptadas a outras realidades sociais (Lima & Soares, 2015).

Saber falar em público, lidar com críticas, se impor para defender seus direitos e deveres na relação com o outro e/ou até mesmo a empatia são HS que servem como base para que relacionamentos possam ser considerados saudáveis, e por este motivo é fundamental que haja uma superação das dificuldades interpessoais (Soares & Del Prette, 2013). Por ter uma potencialidade preventiva, o THS serve como ponto de partida para que haja uma melhor qualidade de vida social e psicológica, de modo que os estudantes universitários se adaptem e encarem essa nova fase de um modo mais saudável (Lima & Soares, 2015).

Diante do que foi exposto, o presente estudo tem como objetivo geral fazer uma revisão sistemática acerca do THS conduzido com estudantes universitários, com o intuito de identificar tendências metodológicas e apontar possíveis intervenções que foram utilizadas nesses programas com o público universitário. Os objetivos específicos dessa revisão sistemática foram: caracterizar os estudos em relação ao seu delineamento (experimentais, pré-experimentais e quase-experimentais), e identificar procedimentos de avaliação, técnicas e intervenções de HS utilizadas no contexto universitário, publicados em periódicos nacionais.

2. Método

Devido a sua importância, a revisão sistemática foi escolhida para o desenvolvimento do presente artigo, abarcando a aplicação de métodos sistematizados para busca e avaliação dos principais estudos sobre o tema em questão, fornecendo assim critérios para uma prática baseada em evidências (De-la-Torre-Ugarte-Guanilo, Takahashi & Bertolozzi, 2011).

2.2 Base de Dados

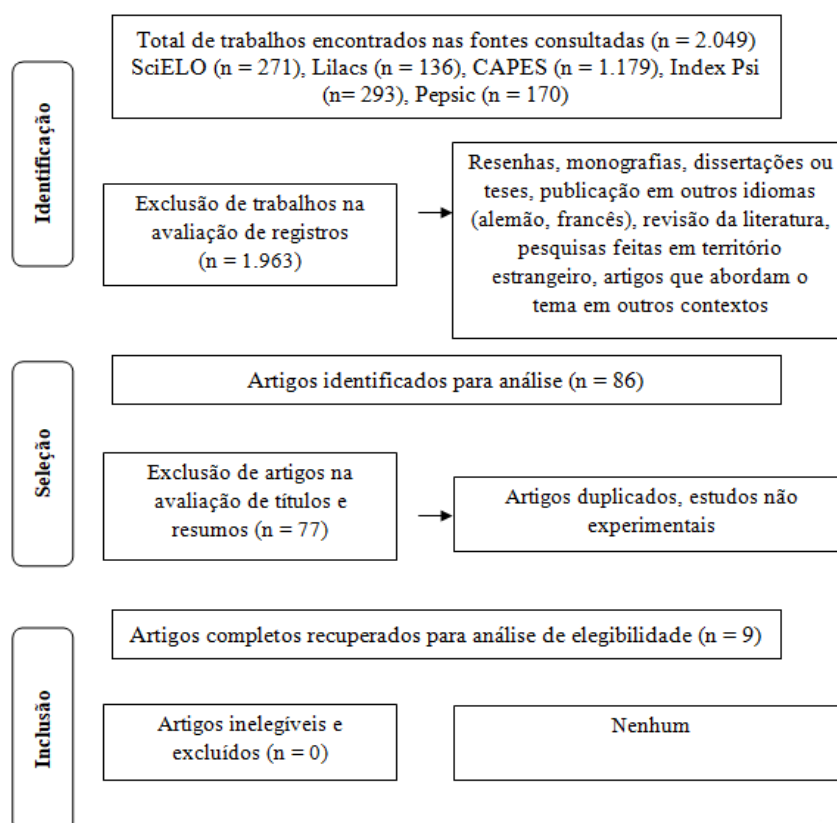
As bases de dados consultadas para a revisão foram SciELO, Psyc, Lilacs, CAPES e Index Psi, utilizando os seguintes critérios, de acordo com o layout de cada plataforma: o intervalo de tempo (entre Janeiro de 2009 a Setembro de 2019), idioma português, inglês ou espanhol, o título, palavras-chave ou resumo, os descritores Habilidades Sociais, Competência

Social e *Social Skills*. A validade dos descritores foram verificados através do DeCS. Nas bases de dados, onde alguns dos critérios acima não estavam disponíveis de forma automática, a seleção foi feita manualmente.

2.3 Critérios de inclusão e exclusão

Foram considerados trabalhos publicados nos últimos 10 anos, encontrados nas bases de dados utilizadas, escritos em português, inglês e/ou espanhol. Os artigos selecionados possuem identificação dos autores, ano de publicação, país de origem, objetivo, método e resultados. Após a realização da primeira leitura dos artigos, foi necessário descartar aqueles que, embora tivessem o termo Habilidades Sociais contemplado no título, nas palavras-chave e/ou no resumo, não apresentaram a descrição/caracterização de estudos sobre o THS no contexto universitário. Além disso, foram descartados artigos que apresentavam revisão bibliográfica, havendo a seleção apenas de estudos empíricos, com delineamentos experimentais, pré-experimentais ou quase experimentais.

Figura 1. Fluxograma do processo de seleção de artigos



O fluxograma acima foi utilizado como uma representação esquemática para mostrar como foi executada a escolha dos artigos para a presente revisão sistemática. O total de trabalhos encontrados nos bancos de dados SciELO, Psyc, Lilacs, CAPES e Index Psi foi de 2,049. A seleção foi feita apenas de pesquisas feitas entre os anos 2009 a 2019, utilizando como critério a exclusão de: monografias, dissertações ou teses, publicação em outros idiomas (alemão, francês), revisões bibliográficas, pesquisas feitas em territórios estrangeiros e artigos que abordam as habilidades sociais em outros contextos que não fosse o universitário.

Dentre os 86 artigos analisados durante o processo de exclusão, 77 deles foram excluídos com base em títulos e resumos, incluindo artigos duplicados e estudos não-experimentais, já que estes não atendiam aos critérios utilizados para a presente revisão sistemática. Ao fim da análise, nove foram avaliados para que houvesse a identificação de artigos inelegíveis e excluídos. No entanto, estes atenderam aos critérios de elegibilidade.

3. Resultados

As características bibliográficas dos artigos selecionados podem ser visualizadas na tabela 1, incluindo: nome dos autores, ano de publicação, afiliação institucional, nome do periódico e local de publicação. É importante destacar que no período de 2010 a 2011 e 2013 a 2016, não foram identificadas nenhuma publicação com delineamentos experimentais, pré-experimentais e/ou quase experimentais sobre o THS no Contexto Universitário.

Todos os estudos encontrados foram desenvolvidos em parceria, exceto um dos artigos que foi desenvolvido de forma independente. As revistas que mais se destacaram foram a Revista Brasileira de Terapias Cognitivas e a Interação em Psicologia. A maioria dos artigos teve publicação em revistas que pertencem a instituições públicas, com exceção de duas que correspondem a instituições privadas.

Ademais, os estudos foram publicados principalmente em periódicos das regiões sul e sudeste, indicando que ainda há um desequilíbrio significativo entre as regiões do Brasil no que se refere à produção de estudos voltados para a área do THS, fato este que poderia ser

justificado pelo fato de que exista uma maior concentração de pesquisadores da área nas regiões que mais se destacaram. Além disso, os anos que se observaram maior publicação de estudos na área foram 2009 e 2012, assim como também foi possível notar a ausência de estudos nos anos de 2010, 2011, 2013, 2015 e 2016.

Tabela 1. Características bibliográficas: nome dos autores, ano de publicação, afiliação institucional, nome do periódico e local de publicação.

Autores e Ano	Afiliação Institucional	Nome do Periódico	Local de Publicação
Angélico, Crippa, & Loureiro (2012)	Universidade do Estado do Rio de Janeiro	Estudos e Pesquisas em Psicologia	Rio de Janeiro – RJ
Angélico, Bauth, & Andrade (2018)	Universidade de São Francisco	Psico-USF	Campinas - SP
Bolsoni-Silva (2009)	Universidade de Federal do Paraná	Revista Brasileira de Terapias Cognitivas	Porto Alegre – RS
Bolsoni-Silva, Leme, Lima, Costa-Junior, & Correia (2009)	Universidade de Federal do Paraná	Interação em Psicologia	Curitiba – PR
Ferreira, Oliveira & Vandenberghe (2014)	Universidade de Brasília	Psicologia: Teoria e Pesquisa	Brasília – DF
Lima, Soares, & Souza (2019)	Universidade Católica do Rio de Janeiro	Revista Psicologia Clínica	Rio de Janeiro – RJ
Lopes, Dascanio, Ferreira, Del Prette, & Del Prette (2017)	Universidade de Federal do Paraná	Interação em Psicologia	Curitiba – PR
Pureza, Rusch, Wagner, & Oliveira (2012)	Federação Brasileira de Terapias Cognitivas	Revista Brasileira de Terapias Cognitivas	Porto Alegre – RS
Zazula & Appenzeller (2019)	Sociedade Brasileira de Psicologia	Temas em Psicologia	Ribeirão Preto – SP

Os objetivos gerais, o delineamento de estudo utilizado e as características clínicas das pesquisas encontradas são apresentados na tabela 2. Quanto aos objetivos dos estudos, quatro tiveram como meta avaliar a efetividade do THS, dois compararam os comportamentos dos participantes antes e após intervenção, um estudo buscou comparar as HS de estudantes de Psicologia antes e após frequentarem estágio supervisionado em THS, outros três artigos tiveram como meta a avaliação da efetividade de um THS, um buscou investigar o efeito a curto e longo prazo do THS. E por último, respectivamente, apresentaram propostas de intervenção com o THS frente a um quadro clínico específico e uma intervenção psicoeducacional para o desenvolvimento de HS.

Também foi possível notar que, dentre os nove artigos listados no delineamento de estudo, nenhum apresentou delineamento quase experimental. Grande parte da produção de estudos na área do THS foi desenvolvida através de delineamentos pré-experimentais com pré e pós-teste, e dois desses estudos utilizaram delineamentos experimentais. Ou seja, houve ausência de estudos quase experimentais na área. Por fim, nas características clínicas, a maioria das produções apresentou ausência de informações acerca desse tópico, sendo assim, apenas três artigos apresentaram características clínicas da amostra de participantes. Todavia, apenas um dos estudos pontuou o grupo com diagnóstico e outro grupo sem histórico clínico.

Tabela 2. Características metodológicas: objetivos gerais, delineamento de estudo e características da amostra.

Autores e Ano	Objetivo	Delineamento de Estudo	Características da amostra
Angélico, Crippa, & Loureiro (2012)	Comparar/caracterizar o repertório de HS em universitários portadores de Transtorno de Ansiedade Social	Experimental	13 pessoas diagnosticadas com Transtorno de Ansiedade Social (TAS) e 13 pessoas sem histórico clínico

Angélico, Bauth, & Andrade (2018)	Comparar a frequência de comportamentais de ansiedade entre grupos com e sem platéia	Experimental	Sem características clínicas
Bolsoni-Silva (2009)	Comparar as HS de estudantes de Psicologia antes/após frequentarem estágio supervisionado em THS	Pré-experimental	Sem características clínicas
Bolsoni-Silva, Leme, Lima, Costa-Junior, & Correia (2009)	Avaliar a efetividade de um THS	Pré-experimental	Sem características clínicas
Ferreira, Oliveira, & Vandenberghe (2014)	Investigar efeito a curto e longo prazo do THS no contexto de mundo real	Pré-experimental	Grupos heterogêneos quanto ao nível de ansiedade
Lima, Soares, & Souza (2019)	Realizar e avaliar a eficácia de um THS com universitários	Pré-experimental	Sem características clínicas
Lopes, Dascanio, Ferreira, Del Prette, & Del Prette (2017)	Avaliar a efetividade de um THS	Pré-experimental	Sem características clínicas
Pureza, Rusch, Wagner, & Oliveira (2012)	Apresentar proposta de THS para universitários com sintomas de ansiedade social	Pré-experimental	Grupo diagnosticado com TAS
Zazula & Appenzeller (2019)	Avaliar uma intervenção psicoeducacional no desenvolvimento de HS	Pré-experimental	Sem características clínicas

As HS que foram alvo, instrumentos de avaliação e principais técnicas e intervenções aplicadas nos estudos podem ser visualizadas na tabela 3. No que se refere as HS, foi possível identificar dois estudos que tiveram como objetivo avaliar o falar em público, sendo estes os únicos estudos que utilizaram o delineamento experimental. Nos demais artigos, houve a presença de outras classes de habilidades sociais, tais como: assertividade, comunicação,

relacionamentos familiares, amorosos e de amizade, enfrentamento e exposição a desconhecidos e situações novas e empatia.

Quanto aos instrumentos de avaliação, com exceção de um artigo, utilizaram do Inventário de Habilidades Sociais (IHS-Del-Prette), instrumento de autorrelato que permite caracterizar o desempenho social do indivíduo em diferentes situações sociais. Outro artigo aplicou o Mini-SPIN, escala auto-aplicável, e a Entrevista Clínica Estruturada para o DSM-IV. Os dois artigos com tipo de estudo experimental utilizaram o Teste de Simulação de Falar em Público, que tem como objetivo solicitar ao sujeito a preparação de um discurso que posteriormente será apresentado de frente a uma câmera que gravará o desempenho do participante diante da situação.

O *Self Statements During Public Speaking Scale* (SSPS) ou Escala de Auto-Avaliação ao Falar em Público, e o Protocolo de Registro do Falar em Público (PRFP) também se mostraram presentes num dos estudos, os quais, respectivamente, objetivam mensurar a autopercepção do desempenho na situação social específica do falar em público e registrar três classes de marcadores comportamentais de ansiedade. O IDATE também apareceu num dos estudos com o intuito de mensurar o nível de ansiedade de cada participante.

Em dois artigos foi identificada a presença do Questionário de Vivências Acadêmicas, sendo um deles contendo o Inventário de Comportamentos Sociais Acadêmicos (ICSA). No estudo em que o Questionário de Ansiedade Social para Adultos (CASO-A30) foi aplicado, a Escala de Ansiedade Social Liebowitz, o Inventário de Ansiedade de Beck (BAI), o Inventário de depressão de Beck (BDI-II) e o ASR (*Adult Self-Report*) também foram usados para a avaliação. Instrumentos de avaliação como entrevistas, cadernos de anotações e recursos multimídia também foram usados durante a coleta de dados.

Por fim, mas não menos importante, as principais técnicas e intervenções que apareceram referem-se às vivências e desempenho de papéis, destacando-se na grande maioria

dos estudos. Outros artigos utilizaram a modelagem por aproximações sucessivas, modelação, *feedback*, auto-registro, exposição dialogada, instrução e reforçamento diferencial e a tarefa interpessoal de casa, sucessivamente aplicadas durante as sessões de THS. Apenas um artigo citou a aplicação de técnicas de controle de ansiedade e técnicas de tomada de decisão e resolução de problemas durante os encontros, já que o grupo apresentava Transtorno de Ansiedade Social (TAS). Outros recursos como vídeos, textos para leitura e dinâmicas também foram aplicados como meios de intervenção em um dos artigos.

Tabela 3. Habilidades sociais alvo, instrumentos de avaliação e principais técnicas e intervenções.

Autores e Ano	Classes de Habilidades Sociais	Instrumentos de Avaliação	Principais Técnicas e Procedimentos de Intervenção
Angélico, Crippa, & Loureiro (2012)	Falar em público	Mini-SPIN, Entrevista Clínica Estruturada para o DSM-IV, IHS-Del-Prette	Situação experimental do falar em público (TSFP)
Angélico, Bauth, & Andrade (2018)	Falar em público	IHS-Del-Prette, <i>Self Statements During Public Speaking Scale</i> (SSPS), Protocolo de Registro do Falar em Público (PRFP)	Situação experimental do falar em público (TSFP)
Bolsoni-Silva (2009)	Relacionamento em grupo/comunicação (oferecer informações, estimular discussões e responder perguntas)	IHS-Del-Prette e entrevista	Modelagem por aproximações sucessivas, modelação, <i>feedback</i> , desempenho de papéis
Bolsoni-Silva, Leme, Lima, Costa-Junior, & Correia (2009)	Falar em público, fazer amizades, relacionamento familiar e amoroso	Entrevista semiestruturada e IHS-Del-Prette	Auto-registro, exposição dialogada, desempenho de papéis, modelagem, instrução e reforçamento diferencial, tarefa interpessoal de casa
Ferreira, Oliveira, &	Comunicação e assertividade	IHS-Del-Prette e IDATE	Reestruturação cognitiva, técnicas de

Vandenberghe (2014)			manejo de ansiedade, <i>feedback</i> , formulação de objetivos, exposição ao vivo, vivências
Lima, Soares & Souza (2019)	Assertividade (expressar e ouvir opiniões, enfrentamento, <i>feedback</i> positivo, lidar com críticas)	IHS-Del-Prette, Questionário de Vivências Acadêmicas, Inventário de Comportamentos Sociais Acadêmicos (ICSA)	Exposição dialogada, tarefa interpessoal de casa, vivência, textos para leitura, dinâmicas, vídeos e desempenho de papéis
Lopes, Dascanio, Ferreira, Del Prette, & Del Prette (2017)	Autoafirmação e enfrentamento com risco, autoexposição a desconhecidos e situações novas, assertividade e trabalho em grupo	Caderno de anotações e IHS-Del-Prette	Vivências, desempenho de papéis, modelação, modelagem, instrução e reforçamento diferencial, <i>feedback</i> e tarefa interpessoal de casa
Pureza, Rusch, Wagner, & Oliveira (2012)	Assertividade, empatia e comunicação verbal e não verbal	Questionário de Ansiedade Social para Adultos (CASO-A30), Escala de Ansiedade Social Liebowitz, Inventário de Ansiedade de Beck (BAI), Inventário de depressão de Beck (BDI-II) e ASR (<i>Adult Self-Report</i>)	Técnicas de controle de ansiedade e técnicas de tomada de decisão e resolução de problemas
Zazula & Appenzeller (2019)	Comunicação	Questionário sociodemográfico, IHS-Del-Prette, Questionário de Vivências Acadêmicas	Desempenho de papéis, vivências, <i>feedback</i>

4. Discussão

Verificou-se que nos últimos dez anos houve uma produção de estudos empíricos contendo, em maior número, delineamentos pré-experimentais e experimentais que contemplaram a área do THS no âmbito universitário, comprovando assim que ainda existe

um interesse por parte dos pesquisadores a respeito da importância do desenvolvimento e aperfeiçoamento de HS que possam atender demandas relacionadas à vivência acadêmica.

Os estudos pré-experimentais que buscaram comparar o repertório de HS dos estudantes universitários antes e após intervenção, demonstraram mudanças significativas no repertório dos estudantes após a implementação do THS. Os dados obtidos por Bolsoni-Silva (2009) mostram que, embora os estudantes já se apresentassem socialmente habilidosos, ainda assim foi possível notar uma melhora significativa ao fazer a comparação dos dados antes e após as intervenções. Algo parecido pôde ser visualizado em outra pesquisa, relatando que THS funciona como um programa preventivo. Também mencionou a eficácia do THS para o desenvolvimento de comportamentos sociais, embora o estudo mostre que, infelizmente, alguns déficits não puderam ser superados (Bolsoni-Silva, Leme, Lima, Costa-Junior & Correia, 2009), detalhe que poderia ser investigado em pesquisas futuras.

Além de identificar a eficácia da aplicação do THS no público universitário, também foi possível perceber que existe uma validade social do programa, já que este possibilita que as HS adquiridas durante e após as intervenções podem ser utilizadas em outros contextos sociais diferenciados (Lopes, Dascanio, Ferreira, Del Prette, & Del Prette, 2017). Situações consideradas difíceis no contexto acadêmico e que foram abordadas no THS também contribuíram na atribuição de HS para outros contextos sociais, assim como também auxiliou na aquisição e/ou melhor aprendizado dessas habilidades. (Lima, Soares, & Souza, 2019).

O estudo de *follow-up* com duração de cinco anos também reforçou que a aplicabilidade do THS apresenta resultados positivos, já que não houve uma alteração significativa dos resultados após a intervenção ao longo dos anos, validando então uma estabilidade das respostas obtidas (Ferreira, Oliveira, & Vandenberghe, 2014). Outra pesquisa apontou que a intervenção psicoeducacional viabilizou o desenvolvimento de HS relacionadas à comunicação, algo que é bastante exigido em ambientes acadêmicos (Zazula & Appenzeller,

2019), assim como possibilitou que houvesse uma redução significativa de sintomas de ansiedade (Pureza, Rusch, Wagner, & Oliveira, 2012). Os delineamentos experimentais também apresentaram resultados positivos, tendo o TSFP como meio de avaliação do falar em público (Angélico, Crippa, & Loureiro, 2012; Angélico, Bauth, & Andrade, 2018).

Conforme apresentado, é possível verificar que as classes de HS que mais se destacaram no THS com universitários foram: comunicação e assertividade, além de existir uma demanda com relação a fazer/manter amizade e manter vínculos familiares/amorosos. Tais achados corroboram com resultados encontrados na literatura ao propor que as classes que mais apresentam déficits são, por exemplo: as habilidades assertivas ou de enfrentamento, e comunicação (Soares & Del Prette, 2013; Del Prette & Del Prette, 2003). Além disso, em virtude das demandas solicitadas no contexto universitário, tais como: apresentações em público, relação de grupo, relações com figuras de autoridade, entre outros, as referidas HS acabam ocupando um papel central na vida do sujeito, se tornando essenciais para serem desenvolvidas, já que superar dificuldades interpessoais possibilita que haja uma construção de relações sociais mais saudáveis (Soares & Del Prette, 2013).

No que se refere aos instrumentos utilizados para a avaliação do repertório de HS dos universitários, foi possível observar uma predominância no uso de instrumentos objetivos e de autorrelato. Contudo, a literatura aponta a necessidade de uma avaliação multimodal das HS, já que funcionaria como base para caracterizar melhor o repertório do indivíduo, de modo que seja possível definir os objetivos e condições de intervenção. Assim dizendo, é recomendado que a avaliação seja feita com diversos instrumentos e procedimentos, abarcando: entrevistas, inventários, *role play*, etc, e até mesmo buscar informantes à parte, como falar com familiares, professores e outras figuras sociais, mesmo que seja mais recorrente no caso de avaliação em crianças (Del Prette & Del Prette, 2017).

Também é importante destacar que a maior parte dos estudos utilizou o IHS-Del-Prette como instrumento de avaliação, com o intuito de caracterizar o desempenho social dos sujeitos em diferentes situações sociais, dando então a abertura para novas possibilidades de comparar as HS e outras variáveis em pesquisas (Bolsoni-Silva *et al.*, 2006). Apenas um dos estudos não apresentou o IHS-Del-Prette como instrumento de avaliação, entretanto não se sabe ao certo qual o motivo de sua ausência, mesmo que a pesquisa tenha deixado evidente a utilização da análise comportamental para identificar os déficits em HS da amostra de estudo (Pureza *et al.*, 2012).

Nos estudos experimentais, o TSFP foi o procedimento utilizado como meio de intervenção e observação direta, o qual se mostrou bastante útil para avaliar os marcadores de ansiedade em determinada tarefa interpessoal, e facilitou comparar o desempenho social da amostra de pesquisa (Angélico *et al.*, 2012). Também foi sugerida a utilização do TSFP para auxiliar no planejamento de programas de THS voltados para o público universitário, já que o medo de falar em público prevalece em grande parte dos estudantes (Angélico *et al.*, 2018). Tais recursos e procedimentos para observação direta são recomendados no campo das HS, possibilitando uma avaliação conjunta de componentes verbais, não verbais e paralinguísticos (Del Prette & Del Prette, 2013).

Ademais, foi possível notar nos estudos que os programas de THS apresentaram técnicas e procedimentos, tais como: *feedback*, reforçamento e modelagem, modelação, desempenho de papéis, tarefas interpessoais de casa (TIC), reestruturação cognitiva, exposição dialogada, resolução de problemas. Houve também o uso de recursos multimídia, tendo como exemplo textos que foram trabalhados nos programas que serviram como estratégias ao associá-las com as vivências, já que o contexto vivencial possibilita aprimorar o desempenho em determinada situação social através de modelos e ilustrações para tais demandas. Como também foi visualizada em alguns estudos a presença de Transtorno de

Ansiedade Social (TAS), o programa serve também para a redução da ansiedade caso construa um módulo específico para atender a determinada demanda, com base foi especificado nos achados de Del Prette & Del Prette (2017).

1. Considerações Finais

A realização da presente revisão acerca dos estudos que abordavam o THS no contexto universitário permitiu ter um panorama das principais pesquisas desenvolvidas no Brasil que contemplam a aplicação do THS direcionado ao referido público. Favoreceu explorar a temática e ter um olhar mais crítico diante do que vem sendo produzido durante os últimos dez anos, possibilitando que haja uma futura intervenção no campo das HS. As pesquisas encontradas apresentam contribuições em termos da efetividade do THS e mostrou mudanças significativas no repertório de HS dos estudantes universitários antes e após intervenção, fato este que auxiliou na promoção do bem estar social mediante as demandas que o ambiente universitário e outros contextos sociais exigem.

Foi possível identificar uma carência de estudos com delineamentos experimentais, se for comparado com a quantidade de delineamentos pré-experimentais encontrados. Apesar de saber das dificuldades de delinear um experimento, sugere-se que mais estudos experimentais e quase experimentais sejam desenvolvidos, com o intuito de enriquecer cada vez mais a literatura referente ao THS. Além disto, seria importante explorar a literatura internacional para saber como esses estudos estão sendo desenvolvidos em outras perspectivas culturais, já que o presente trabalho limitou-se a investigar apenas a realidade no âmbito nacional.

Considerando os desafios pelos quais os estudantes acadêmicos enfrentam ao longo da experiência acadêmica, nota-se a importância de se ter um maior investimento na implementação de programas de THS nas universidades, já que isto possibilitaria um aperfeiçoamento do repertório de HS dos discentes, para que assim o seu desempenho reflita positivamente não apenas no âmbito acadêmico, mas também em outros contextos e na qualificação profissional futura. Assim sendo, espera-se que os apontamentos realizados a

partir desta revisão sirvam como base para futuros estudos acerca das HS no contexto universitário, incentivando a realização de desenhos metodológicos que forneçam a abertura de caminhos para desenvolver novos estudos junto ao referido público alvo.

Referências

- Angélico, A. P., Crippa, J. A. S., & Loureiro, S. R. (2012). Transtorno de Ansiedade Social e Habilidades Sociais de Falar em Público: Estudo Experimental. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*. Rio de Janeiro: vol. 12.
- Angélico, A. P., Bauth, M. F., & Andrade, A. K. (2018). *Estudo Experimental do Falar em Público Com e Sem Platéia em Universitários*. Psico-USF, Bragança Paulista: v. 23, p. 347-359.
- Bolsoni-Silva, A. T., Del Prette, Z. A. P., Del Prette, G., Montanher, A. R. P., Bandeira, M., & Del Prette, A. (2006). *A Área das Habilidades Sociais no Brasil: Uma Análise dos Estudos Publicados em Periódicos*. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Bolsoni-Silva, A. T. (2009). Supervisão em Habilidades Sociais e seu Papel na Promoção deste Repertório em Estagiários de Psicologia. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, vol. 5.
- Bolsoni-Silva, A. T., Leme, V. B. R., Lima, A. M. A., & Costa-Júnior, F. M. (2009). Avaliação de um Treinamento de Habilidades Sociais (THS) com Universitários e Recém-Formados. *Interação em Psicologia*, Curitiba: jul./dez., p. 241-251.
- De-la-Torre-Ugarte-Guanilo, M. C., Takahashi, R. F., & Bertolozzi, M. R. (2011). Revisão Sistemática: Noções Gerais. *Rev. Esc. Enferm. USP*, 45(5): 1260-6.
- Del Prette, A., & Del Prette, Z. A. P. (2005). *Relações Interpessoais e Habilidades Sociais: Articulando Pesquisa, Ensino e Extensão*. Relacionamento Interpessoal: Estudos e Pesquisas, Agnaldo Garcia (org.). Coletânea de Textos Mini-Conferência da IARR: Espírito Santo.
- Del Prette, A., & Del Prette, Z. A. P. (2009). *Psicologia das Habilidades Sociais: Terapia, Educação e Trabalho*. Petrópolis, RJ: Vozes, 6ª ed.
- Del Prette, A., & Del Prette, Z. A. P. (2011). *Enfoques e Modelos do Treinamento de Habilidades Sociais. Habilidades sociais: Intervenções Efetivas em Grupo*. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Del Prette, A., & Del Prette, Z. A. P. (2013). *Psicologia das Habilidades Sociais: Diversidade Teórica e suas Implicações*. Petrópolis, RJ: Vozes, 3ª ed.
- Del Prette, A., & Del Prette, Z. A. P. (2017). *Competência Social e Habilidades Sociais: Manual Teórico-Prático*. Petrópolis, RJ: Editora Vozes.

- Dias, T. P., Oliveira, P. A., & Freitas, M. L. P. F. (2011). O Método Vivencial no Campo das Habilidades Sociais: Construção Histórico-Conceitual e sua Aplicação. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, vol. 11: Rio de Janeiro.
- Ferreira, V. S., Oliveira, M. A., & Vandenberghe, L. (2014). Efeitos a Curto e Longo Prazo de um Grupo de Desenvolvimento de Habilidades Sociais para Universitários. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, vol. 30.
- Gomes, G., & Soares, A. B. (2013). Inteligência, Habilidades Sociais e Expectativas Acadêmicas no Desempenho de Estudantes Universitários. *Psicologia: Reflexão e Crítica*.
- Lima, C. A., & Soares, A. B. (2015). *Treinamento de Habilidades Sociais para Universitários no Contexto Acadêmico: Ganhos e Potencialidades em Situações Consideradas Difíceis*. Habilidades Sociais - Diálogos e Intercâmbios sobre Pesquisa e Prática. Novo Hamburgo: Sinopsys.
- Lima, C. A., Soares, A. B., & Souza, M. S. (2019). Treinamento de Habilidades Sociais para Universitários em Situações Consideradas Difíceis no Contexto Acadêmico. *Psic. Clin.*, Rio de Janeiro, vol. 31.
- Lopes, D. C., Dascanio, D., Ferreira, B. C., Del Prette, Z. A. P., & Del Prette, A. (2017). Treinamento de Habilidades Sociais: Avaliação de um Programa de Desenvolvimento Interpessoal Profissional para Universitários de Ciências Exatas. *Interação em Psicologia*, vol 21.
- Pureza, J. R., Rusch, S. G. S., Wagner, M., & Oliveira, M. S. (2012) Treinamento de Habilidades Sociais em Universitários: uma Proposta de Intervenção. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas: Relatos de Pesquisas*.
- Soares, A. B., & Del Prette, Z. A. P (2013). *Guia Teórico Prático para Superar Dificuldades Interpessoais na Universidade - Relações Interpessoais na Universidade: um Guia Teórico-Prático* [Cartilha]. Curitiba: Ed. Appris Ltda.
- Zazula, R., & Appenzeller, S. (2019). Evaluation of a Psychoeducational Intervention in the Development of Social and Communication Skills for Incoming Medical Students at a Bilingual University. *Trends Psychol.* Ribeirão Preto: vol. 27.