



CONGRESSO  
BRASILEIRO  
**CIÊNCIA  
E  
SOCIEDADE**

Inovação, Diversidade e Sustentabilidade



Trabalhos Premiados | 2019



CENTRO UNIVERSITÁRIO  
SANTO AGOSTINHO





**CENTRO UNIVERSITÁRIO SANTO AGOSTINHO – UNIFSA**  
**PRÓ-REITORIA DE ENSINO**  
**NÚCLEO DE APOIO PEDAGÓGICO - NUAPE**

Centro Universitário Santo Agostinho - UNIFSA

Publicado por UNIFSA em associação com Lestu Publishing Company

Núcleo de Comunicação - NUCOM

Design Gráfico, Editoração e Organização: Ana Kelma Cunha Gallas

Preparação de originais: Edson Rodrigues Cavalcante

Diagramação: Kleber Antônio e Ana Camilla Gallas

TI publicações OMP Books: Eliezyo Silva

Arte Gráfica: Odrânio Rocha

Lestu Publishing Company: editora@lestu.org

Esta obra possui uma licença Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0).

© 2019 UNIFSA

Congresso Brasileiro Ciência e Sociedade

E-mail: cics@unifsa.com.br

Todos os capítulos deste livro foram submetidos, aprovados e apresentados na Congresso Brasileiro Ciência e Sociedade - CBCS 2019, sendo selecionados como os melhores trabalhos apresentados em Grupos Temáticos do evento.

#### FICHA CATALOGRÁFICA

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)  
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

U58 GALLAS, Ana Kelma Cunha; GOMES, Alisson Dias; CRONEMBERGER; Izabel Herika Gomes Matias.

Inovação, Diversidade e Sustentabilidade: trabalhos premiados no Congresso Brasileiro Ciência e Sociedade - CBCS 2019 | Centro Universitário Santo Agostinho / Ana Kelma Cunha Gallas; Alisson Dias Gomes; Izabel Herika Gomes Matias Cronemberger (Orgs.). Teresina: UNIFSA, 2019/ São Paulo: Lestu, 2019.

216p.; il.; online

ISBN: 978-65-996314-3-6

DOI: 10.51205/lestu.978-65-996314-3-6

Disponível em: lestu.org/books

1. Pesquisa. 2. Inovação. 3. Sustentabilidade. 4. Ciência. I.

I. GALLAS, A. K. C. (Org.). II. GOMES, A. D. (Org.). III. CRONEMBERGER, I. H. G. M. (Org.). IV. Título. V. UNIFSA. VI. CBCS

CDD: 904.

Índices para catálogo sistemático:

1. Educação, Pesquisa, Temas Relacionados: Ciência. Trabalhos acadêmicos. Anais.



**LESTU PUBLISHING COMPANY**  
Editora, Gráfica e Consultoria Ltda  
Avenida Paulista, 2300, andar Pilotis  
Bela Vista, São Paulo, 01310-300, Brasil.  
editora@lestu.org www.lestu.com.br



# CONGRESSO BRASILEIRO CIÊNCIA E SOCIEDADE

Inovação, Diversidade e Sustentabilidade

## Trabalhos Premiados | 2019



## Habilidades sociais e saúde mental no contexto de ensino uma revisão de literatura<sup>1</sup>

Sabrina Calaça Machado<sup>2</sup>  
Lísia Maria Monteiro Ferreira<sup>3</sup>  
Iza Caroline Mineiro Furtado<sup>4</sup>  
Carlos Eduardo Gonçalves Leal<sup>5</sup>

### INTRODUÇÃO

A formação das habilidades sociais (HS) se inicia após o nascimento e se torna gradativamente mais elaborada ao decorrer da vida, atribuindo níveis de comportamentos específicos no repertório do indivíduo que lhe permite agir de forma mais eficaz em seus relacionamentos interpessoais, isto favorece convívios mais saudáveis e produtivos com outras pessoas, sendo um importante integrante para a saúde mental (DEL PRETTE; DEL PRETTE, 2005).

Diante disso, o aluno ao entrar no contexto universitário, desenvolve suas habilidades sociais e competências sociais através do

---

1 Trabalho apresentado no Congresso Brasileiro Ciência e Sociedade (CBCS 2019), promovido pelo Centro Universitário Santo Agostinho, de 03 a 05 de outubro de 2019, em Teresina-PI.

2 Discente de Psicologia do Centro Universitário Santo Agostinho.  
E-mail: sabriinacmachado@gmail.com.

3 Discente de Psicologia do Centro Universitário Santo Agostinho.  
E-mail: lisiamonteiro2015@outlook.com.

4 Discente de Psicologia do Centro Universitário Santo Agostinho.  
E-mail: Icaroline138@yahoo.com.

5 Estágio de Pós-Doutorado em Psicologia em andamento pelo Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAr). Doutor em Educação (UFPI). Mestre em Educação (UFPI). Atua como psicólogo escolar/educacional no Serviço de Apoio Psicológico (SAPSI) da UFPI. Docente de Psicologia do Centro Universitário Santo Agostinho. E-mail: ceduardoleal@hotmail.com.

convívio com professores e os demais colegas, ou seja, o comportamento produz consequências e é controlado por elas, portanto, é exigido do aluno mudança do seu repertório comportamental para que se adapte no ambiente (SOARES; DEL PRETTE, 2015).

Em contrapartida, os estudos de efeito terapêutico podem entrar em desacordo com os resultados de pesquisas, pois é necessário que ao realizar treinos de habilidades sociais que irão ser utilizados esses funcionem e sejam aplicados no mundo real, além de estudos que possam ser levados a sério ao ser desenvolvido (TIRADO; ORTEGA; DIAS; MARTÍN, 2005).

De acordo com Angélico (2009), é aconselhável que as habilidades sociais sejam executadas visando avaliação dos alunos e o repertório dos mesmos e possam ter programas que possuam tratamentos efetivos atendendo as demandas acadêmicas de modo que venha surgir um efeito positivo, direto e objetivo a fim de diminuir as fobias sociais e aumentar o repertório de competências e habilidades sociais, nas quais eles necessitam para se desenvolver academicamente e profissionalmente.

As habilidades sociais podem se ligar a vários fatores dentro do contexto acadêmico, somando para que o indivíduo tenha um ajustamento mais favorável na instituição e tenha um melhor desempenho, garantindo bem-estar físico e psicológico, assegurando uma sociabilização adequada e saudável (SILVA *et al.*, 2010). Tornando-se importante para que os acadêmicos passem mais facilmente pelo processo de formação.

Os universitários que são socialmente habilidosos, comumente têm uma menor predisposição para o surgimento de problemas de ordem mental (BRANDÃO, 2016). Com a saúde mental estável o acadêmico passa a ser mais assertivo em relação às atividades propostas e tem mais facilidade em permanecer no curso.

Segundo a secretaria da saúde ter saúde mental é “estar bem consigo mesmo e com os outros, aceitar as exigências da vida, saber lidar com as boas emoções e também com aquelas desagradáveis, mas que fazem parte da vida, reconhecer seus limites e buscar ajuda quando necessário”, tendo grande importância para os estudantes tais características. De acordo com Cerchiari (2004, p. 51) “o número de Instituições de Ensino Superior (IES) preocupadas com a questão da saúde mental do estudante universitário tem crescido e vários programas têm sido implantados nas Universidades Públicas Brasileiras”, evidenciando a urgência de cuidados que os alunos necessitam, para que não se prejudiquem academicamente e não cheguem a desenvolver problemas de ordem mental.

O ingresso no nível superior pode trazer dificuldade no ajustamento de habilidades sociais e interação com as novas demandas exigidas, diante disso, algumas pesquisas apontam essa dificuldade que os estudantes passam ao entrar no curso e sofrem ao longo da sua jornada acadêmica se estendendo a sua vida profissional (FURTADO *et al.*, 2003; GERK; CUNHA, 2006).

Nas últimas décadas, o campo das Habilidades Sociais tem sido foco de diversos estudos, em razão da sua aplicabilidade em diferentes áreas (BANDEIRA; QUAGLIA, 2005; VILA, 2005; MURTA, 2005; DEL PRETTE *et al.*, 2004; MAGALHÃES; MURTA, 2003 apud PUREZA *et al.*, 2012).

Mediante isto, o artigo aborda temáticas envolvendo habilidades sociais e saúde mental no contexto do ensino superior. Assim, pode-se observar o grande impacto que um déficit nas habilidades sociais produz na saúde e na qualidade de vida de uma pessoa. A universidade é um contexto de interações sociais diversas e exige do universitário que muitas habilidades interpessoais e acadêmicas sejam desenvolvidas.

A falta de HS e Competência social podem agravar problemas de saúde mental já existentes ou podem aumentar a probabilidade de ocorrerem, por estarem passíveis a diversas situações estressoras, em um local onde o aluno é exposto a uma série de novos desafios, demandando esta adaptação para que não atrapalhe seu desempenho acadêmico (BRANDÃO, 2016). Por isso o treino de habilidades sociais é importante, para diminuir as possibilidades de adoecimento mental e melhorar a comunicação e convívio entre as pessoas.

À vista disso, o presente artigo tem como objetivo analisar a produção científica brasileira sobre a relação entre habilidades sociais e saúde mental e sua relevância no contexto do ensino superior, com a finalidade de observar a realidade das universidades brasileira, foram pesquisados em bases científicas brasileiras artigos originais que estavam escritos na língua brasileira.

## **METODOLOGIA**

O presente artigo foi produzido através da pesquisa bibliográfica, na qual é construída através de revisões realizadas em livros, jornais, dissertações e teses com a finalidade de analisar e contribuir para práticas científicas, sobre um determinado tema, assunto ou problema (CERVO; BERVIAN; DA SILVA, 2012).

A pesquisa bibliográfica fornece a fundamentação teórica ao trabalho, assim utiliza outros estudos e situa-os para que possa desenvolver novas fontes de pesquisa com materiais já existentes, por exemplo, para conhecer os fatos passados é imprescindível compreender os estudos históricos (GIL, 2010).

No entanto, para conduzir esta pesquisa, identificou-se o tema a fim de compreender a relevância do estudo; buscou-se nas bases científicas produções que embasassem a análise para poder posteriormente realizar a fundamentação teórica ao assunto

exposto; analisou-se o referencial teórico dos estudos, as discussões e resultados.

Para a revisão de literatura realizada, foram analisadas 20 produções científicas, pesquisadas nas seguintes bases de dados: SciELO, Google Acadêmico e EBSCOhot. Assim, para a inclusão dos artigos foram utilizados estudos que estavam na íntegra, na língua portuguesa que relatavam sobre habilidades sociais, competência social, universitários e que trouxessem dados relevantes. Em contrapartida, para a exclusão foi estabelecido os artigos que não estavam no período entre 2008-2019 e que fossem estudos duplicados. Portanto, foram utilizadas para a discussão deste artigo quatro pesquisas.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

No ambiente universitário o fato do estudante estar junto de novas pessoas, com idade e características diferentes, acaba tendo um contato que ajuda no desenvolvimento e aprimoramento de diferentes habilidades, como iniciar e manter conversas, expressar opinião, agradecer, se apresentar, organizar-se, criar vínculos, dentre outras. Isso constata que o cotidiano universitário apresenta muitas oportunidades de aprendizagem, tanto acadêmicas como sociais e socioemocionais (DEL PRETTE; SOARES, 2015).

Portanto, provavelmente quem já tem algum nível de habilidade social (HS) formulada acaba por ter maior facilidade de se adequar no contexto. Segundo Silva et al. (2010) pode-se afirmar que para obter uma boa vida acadêmica torna-se indispensável ter certo repertório de habilidades sociais, fazendo com que tenham uma socialização adequada. Visto isso, é essencial haver o treino de HS, para os estudantes que tem limitações em algumas áreas as desenvolva e assim não dificulte sua adaptação no ambiente no qual

este faz parte, logo, a falta de HS traz variados danos ao indivíduo, principalmente na interação social.

Contudo, a pesquisa desenvolvida por Silva et al. (2010), constatou que ao longo da graduação (1º,2º,3º ano), os 85 alunos de idades entre 18 e 35 anos analisados, perante os resultados do Inventário de Habilidades Sociais (IHS-Del Prette), não foram encontradas mudanças nas HS, porém alguns dos participantes receberam indicação para Treinamento em Habilidades Sociais, o que evidencia problemas de adaptação da vida universitária. No Questionário de Habilidades Sociais para Universitários – Comportamentos e Contexto (QHSU-CC) é possível visualizar uma evolução através dos anos, tornando notório que quando não há tal evolução os universitários acabam evadindo-se.

Um grande preditor de HS é a personalidade. De acordo com o estudo de Bartholomeu, Nunes e Machado (2008), fatores da personalidade podem ser importantes para a explicação de HS, logo pode favorecer ou dificultar as interações sociais. Nesse estudo participaram 126 estudantes com idades entre 18 e 35 anos, foi verificado diferenças entre os sexos, onde as mulheres apresentaram uma maior incidência de pró-sociabilidade e autoafirmação na expressão de sentimentos positivos, alcançando mais variáveis de socialização e HS associadas, já os homens os resultados mais elevados foram no fator autocontrole da agressividade. Pode-se inferir que quanto mais HS os universitários manifestaram, melhor as características da personalidade do indivíduo.

Nesse contexto, as habilidades sociais dos universitários foram instigadas de forma tardia no cenário brasileiro, em relação aos outros países (DEL PRETTE; DEL PRETTE, 1996). Assim, existem estudos de casos que apontam que a falta das habilidades sociais agem como preditivo da ansiedade e esse déficit pode acarretar aos

indivíduos uma associação negativa entre as HS e o transtorno de ansiedade (SALTER, 1931).

Diante disso, foi realizado treinamento de HS, com a finalidade de diminuir a ansiedade da pessoa, para conviver de forma saudável (IRUARRIZAGA; GÓMEZ-SEGURA; CRIADO; ZUAZO; SASTRE, 1999). Assim, é exigido dos universitários o treino das habilidades sociais para que eles possam desenvolver suas atividades acadêmicas, por exemplo, falar em público para ministrar palestras ou seminários, expressar sua opinião, participar de debates e discussões (OLIVEIRA & DUARTE, 2004).

Assim, Ferreira et al. (2014) realizou um estudo acerca das habilidades sociais, no qual tinha 34 estudantes ou ex-estudantes de uma instituição do nível superior onde os critérios de inclusão seriam ter no mínimo 70% de participação e responder os dois instrumentos, o IHS e IDATE. Concluindo que 62,5% tiveram uma significativa melhora no pós-teste, mudanças nas HS, diminuição da ansiedade ao longo do prazo, assim, encontrou-se uma relação entre a ansiedade e o déficit de repertório assertivo dos estudantes. Além disso, este estudo verificou que os acadêmicos com habilidades sociais mais elevados apresentam uma variedade de flexibilidade nas interações e comportamentos interpessoais.

O estudo realizado por Bartholomeu et al. (2011), trás dados que discorrem sobre a aceitação e rejeição entre pares e habilidades sociais no contexto universitário, onde as amostras pontuam um índice de rejeição acentuada entre os grupos, falando sobre condutas sociais habilidosa que podem minimizar tais dados. O artigo se utiliza de medidas sociométricas, juntamente com o Inventário de Habilidades Sociais (IHS-Del-Prette), onde foram utilizadas duas turmas do quarto ano do curso de educação física, um total de 126 alunos de 18 a 35 anos de ambos os sexos.

Silva et al. (2010) concluiu que os homens são mais habilidosos para enfrentamento e autoafirmação com risco, autoexposição a desconhecidos e situações novas e as mulheres o são para expressão de afeto positivo, pois telefonam, abraçam e dizem que amam com maior frequência, já para Bartholomeu, Nunes e Machado (2008, p. 46) “autoafirmação na expressão de sentimento positivo e auto exposição a desconhecidos e situações novas apresentaram médias maiores para as mulheres em detrimento dos homens”. Indo conforme somente em relação a expressar sentimentos positivos, possivelmente por conta da amostra da pesquisa de Bartholomeu, Nunes e Machado (2008) ter sido maior que a de Silva et al. (2010).

Assim como na pesquisa de Silva et al. (2010), Bartholomeu, Nunes e Machado (2008) homens tem maior autocontrole da agressividade, o que no segundo estudo, respectivamente, associou-se significativamente com pró-sociabilidade, confiança nas pessoas, o que traz um efeito positivo.

A análise de Silva et al. (2010, p. 73) afirma que

Os alunos do primeiro ano mostraram-se diferentes em relação aos do segundo ano, pois nestas ocasiões deixaram de se expressar ou o fizeram timidamente, e isso também traz consequências e sentimentos negativos. Os alunos do terceiro ano, por sua vez, parecem ter aprendido com a experiência, pois relataram mais frequentemente comportamentos e consequências apropriadas... segundo e o terceiro anos, verifica-se uma melhora na qualidade com que “expressam sentimentos negativos” e também “fazem críticas”.

O que evidencia como com o passar dos anos na universidade os alunos que permanecem desenvolvem maior competência e HS, se ajustando ao contexto, pois se tornam mais assertivos, melhoram suas interações, trazendo, portanto, bem-estar ao indivíduo.

Um dos pontos positivos observado na investigação de Bartholomeu, Nunes e Machado (2008, p. 47-48) é que

Quanto mais habilidade social os universitários demonstram, mais tendem a ser atenciosos, compreensivos e empáticos com os demais, sendo agradáveis com os outros, observando suas opiniões e importando-se com suas necessidades... evidenciou-se uma tendência dos universitários mais altruístas e preocupados com os demais, empáticos e atenciosos expressarem afetos positivos.

As pesquisas realizadas por Bartholomeu et al. (2011) e Bartholomeu, Nunes e Machado (2008) conversam em relação ao resultado onde pode-se observar dificuldades apresentadas nas mulheres para perguntas e apresentações diante de pessoas desconhecidas, e os homens relataram com mais recorrência falar para público desconhecido. Onde, confirma-se que é uma habilidade melhor desenvolvida por homens.

A pesquisa de Ferreira et al. (2014) verifica que a flexibilidade nas interações e comportamentos interpessoais e o treinamento de habilidade sociais auxilia na redução da ansiedade. Segundo Bartholomeu et al. (2011) algumas condutas desviantes poderiam ser treinadas habilidosamente durante a infância do sujeito, minimizando potenciais causas que atrapalham o desenvolvimento acadêmico na fase adulta, como por exemplo, a rejeição, onde o psicólogo seria o profissional para levantar as informações necessárias para o treinamento de habilidades sociais.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

De acordo com as pesquisas verificadas foi possível notar o quão importante são as habilidades sociais no contexto universitário e como podem ser desenvolvidas e trabalhadas ao longo dos anos de universidade, assim como a saúde mental tem relevância para a

melhoria do desempenho acadêmico e promoção da permanência dos estudantes.

Diante disso, apesar das concordâncias entre as discussões dos artigos, é possível observar que quando trabalhado com diferentes públicos ou com amostras diferentes, tanto de idade como de quantidade, os níveis de resultados podem se diferenciar, deixando claro que cada público tem demandas distintas.

Na análise dos estudos percebeu-se que ainda há falta de determinadas habilidades sociais em relação a homens e mulheres, tendo estes, certo grau de HS melhor desenvolvida e falta em outras, portanto é necessário haver treino de HS para que melhorem os déficits ainda existentes. Mediante isso é pertinente desenvolver estudos dessa natureza que podem produzir indicadores para a promoção de saúde mental no contexto universitário, colaborando até mesmo na atuação de psicólogos ao realizar o treino dessas habilidades.

## REFERÊNCIAS

BARTHOLOMEU, Daniel; NUNES, Carlos Henrique Sancineto da Silva; MACHADO, Afonso Antônio. Traços de personalidade e habilidades sociais em universitários. **Psico-USF**, v. 13, n. 1, p. 41-50, jan/jun, 2008.

BARTHOLOMEU, Daniel; *et al.* Aceitação e rejeição entre pares e habilidades sociais em universitários. **Estudos de Psicologia**, 16(2), maio-agosto, p.155-162, 2011.

BRANDÃO, Alessandra Salina. **Desempenho de universitários, variáveis preditoras**: habilidades sociais, saúde mental, características sociodemográficas e escolares. Tese (Doutorado em Psicologia) - Universidade de São Paulo. Ribeirão preto, p.105-107, 2016.

CERCHIARI, Ednéia Albino Nunes. **Saúde mental e qualidade de vida em estudantes universitários**. Tese (Doutorado em Ciências Médicas) - Universidade Estadual de Campinas. Faculdade de Ciências Médicas. Campinas, SP: [s.n.], 2004.

CERVO, Amado L.; BERVIAN, Pedro A.; DA SILVA, Roberto. **Metodologia científica**. 6 ed. São Paulo: Pearson, 2012.

Del Prette, Z. A. P., & Del Prette, A. Habilidades sociais: uma área em desenvolvimento. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, 9(2), p. 287-389, 1996.

DEL PRETTE, Z. A. P.; DEL PRETTE, A. **Psicologia das habilidades sociais na infância**: teoria e prática. Petrópolis, RJ: Vozes, 2005.

FURTADO, E.; FALCONE, E; CLARK, C. Avaliação do estresse e das habilidades sociais na experiência acadêmica de estudantes de medicina de uma Universidade do Rio de Janeiro. **Interação em Psicologia**, 7(2): 43-51, 2003.

GERK, E.; CUNHA, S. M. As habilidades sociais na adaptação de estudantes ao ensino superior. *In*: M. BANDEIRA; Z.A.P. DEL PRETTE; A. DEL PRETTE (orgs.). **Estudos sobre habilidades sociais e relacionamento interpessoal**. São Paulo, Casa do Psicólogo, p. 181-198, 2006.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 5 ed. São Paulo: Atlas, 2010.

IRUARRIZAGA, I.; GÓMEZ-SEGURA, J.; CRIADO, T.; ZUAZO, M.; SASTRE, E. *Reducción de la ansiedad através del entrenamiento en habilidades sociales*. **Revista Electrónica de Motivación y Emoción**, 2(1), 1999.

OLIVEIRA, M. A.; DUARTE, A. M. M. Controle de respostas de ansiedade em universitários em situações de exposição oral. **Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva**, 6(2), 183- 199, 2004.

PUREZA, Juliana da Rosa *et.al.* Treinamento de habilidades sociais em universitários: uma proposta de intervenção. **Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva**. v.8, n.1, p. 2-9, 2012.

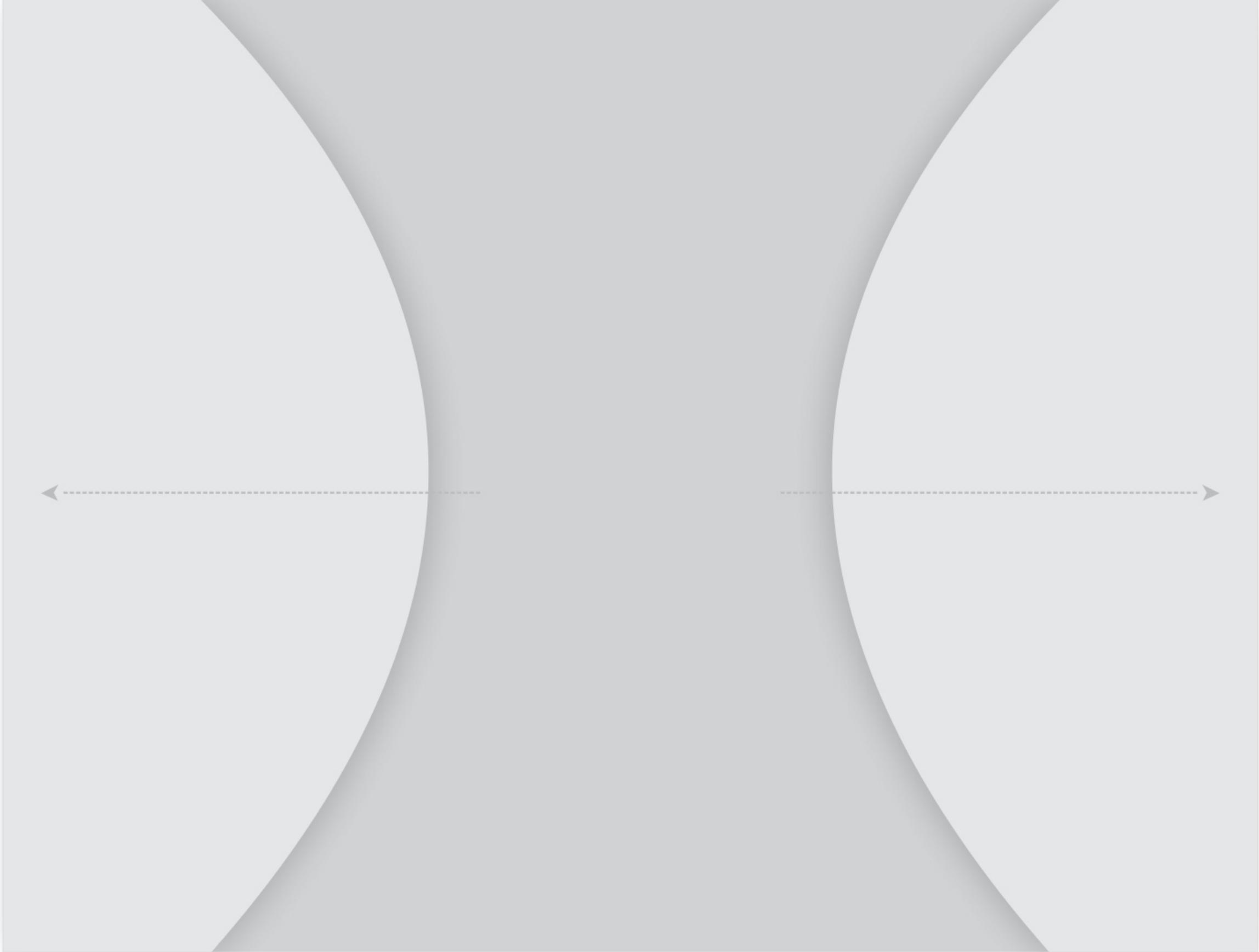
SALTER, A. **Conditioned Reflex Therapy**: the direct approach to the construction of personality. Londres: George Allen & Unwin. 1931.

SECRETARIA DA SAÚDE. **Saúde mental**. Disponível em:<<http://www.saude.pr.gov.br/modules/conteudo/conteudo.php?conteudo=2862>>. Acesso em: 06 set. 2019.

SILVA, Alessandra T. B. *et al.* Caracterização das habilidades sociais de universitários. **Contextos Clínicos**, São Paulo, v. 3, p. 62-75, jan-jun, 2010.

SOARES, A. B.; DEL PRETTE, Z. A. P. Habilidades sociais e adaptação à Universidade: convergências e divergências dos construtos. **Análise Psicológica**, 33(2), 139-151, 2015.

TIRADO, J. L. A.; ORTEGA, S. L.; DÍAS, V. A. H.; MARTÍN, F. D. F. (2005). Terapia breve em estudantes universitários con problemas de rendimento académico y ansiedad: eficacia del modelo "lacartuja". **International Journal of Clinical and Health Psychology**, 5(3), 589-608. Tradução organizada por M. D. Claudino. São Paulo: Santos, 1996.





**LESTU**  
Publishing Company

**UNI  
FSA**  
CENTRO UNIVERSITÁRIO  
SANTO AGOSTINHO

