

ADOLESCER NA ESCOLA E A CONSTRUÇÃO DE HABILIDADES DE VIDA

Rosimeire Aparecida Neto Dias Villela

Ana Lucia de Almeida Vargas
Karolina Damásio Matioli

Colégio de Aplicação JOÃO XXIII da Universidade Federal de Juiz de Fora
direcao.joaouxiii@ufjf.edu.br

INTRODUÇÃO: A adolescência é uma fase do desenvolvimento humano marcada por múltiplas transformações e desafios nas mais diversas áreas da vida e tem sido ao longo do tempo objeto de estudo de diversos pesquisadores. Os desafios se colocam na adaptação a toda uma nova condição biológica, na conquista de uma nova autonomia, no estabelecimento de novas relações interpessoais próximas e duradouras, na progressão acadêmica, entre outros. Para Sousa (2006), a adolescência caracteriza-se por ser um período de construção de valores sociais e de interesse por problemas éticos e ideológicos assistindo-se a uma aspiração à perfeição moral e simultaneamente à expressão de um grande altruísmo. Tudo isto está associado à necessidade de se sentir valorizado como pessoa, de estabelecer um lugar num grupo, sentir-se útil para os outros, dispor de sistemas de suporte e saber como acessá-los, fazer escolhas informadas e acreditar num futuro com oportunidades reais. Para Teixeira (2016), essa etapa da vida é marcada pelo apelo a um ideal de liberdade que parece equivaler ao hedonismo, ao individualismo, a pressão social para adequação aos padrões de beleza, de consumo e de comportamento, sendo a educação e as suas instituições um espaço onde o/a adolescente possa inscrever a sua história, onde encontre oportunidade de discutir o que é ser uma pessoa na sociedade contemporânea, descortinando possibilidades e formando novas mentalidades e atitudes. Pensando nesses desafios, torna-se importante para a escola atuar como promotora do bem-estar e da saúde pessoal e relacional de seus educandos. Para Rodrigues, Peron & Franco (2014), os indivíduos têm se deparado, cada vez mais, com novas e desafiadoras demandas sociais, inclusive no âmbito relacional e/ou acadêmico. Tais demandas requerem, em parte, um amplo e variado repertório de habilidades sociais ou habilidades de vida, tendo em vista o estabelecimento de relações interpessoais mais efetivas, produtivas e duradouras. As habilidades socioemocionais podem ser definidas como diferentes classes de comportamentos existentes no repertório de uma pessoa para lidar de maneira adequada com as demandas das situações interpessoais (DEL PRETTE & DEL PRETTE; 2008). Para Murta (2007) essas habilidades envolvem comportamentos necessários a uma relação interpessoal bem-sucedida, conforme parâmetros culturais e típicos de cada contexto. Essa competência psicossocial é conceituada como a capacidade ou habilidade de articular pensamentos, sentimentos e ações em função de objetivos pessoais e de demandas da situação e da cultura, gerando consequências positivas para o indivíduo e para a relação com as demais pessoas (DEL PRETTE E DEL PRETTE, 2005). Beauchamp & Anderson (2010) propõem um modelo psicossocial para o desenvolvimento das habilidades sociais que incluem habilidades cognitivas, interpessoais e socioemocionais necessárias ao comportamento e interações sociais adequadas e positivas. Em consonância com a visão contemporânea da adolescência, programas proativos implementados em diferentes contextos devem focalizar em estratégias que priorizem o incremento de fatores de proteção, pois tendem a produzir efeitos benéficos, como a minimização de problemas emocionais, sociais e comportamentais (MURTA, 2007; RODRIGUES, PERON & FRANCO, 2014). Estes programas possibilitam

que os adolescentes tenham a oportunidade de adquirir novos conhecimentos, além de pretender influenciar diretamente na formação de seus valores e atitudes. Nesse contexto foi pensando o projeto “Adolescer na escola e a construção de habilidades de vida”, desenvolvido no Colégio de Aplicação João XXII, que se centra no programa de ensino de *habilidades socioemocionais* ou *habilidades de vida*, preconizado pela *World Health Organization* (WHO, 1997). Esse programa é composto por 10 competências que influenciam o comportamento humano, sendo consideradas de grande relevância nos processos de intervenção, sendo as 10 competências: tomada de decisão, resolução de problemas, pensamento crítico e criativo, comunicação eficaz, relacionamento interpessoal, autoconhecimento, empatia, manejo de emoções e de estresse (WHO, 1997). Autoconhecimento: a capacidade de reconhecimento que cada indivíduo tem de si mesmo, das suas habilidades e limites. O autoconhecimento pode melhorar o respeito a si mesmo, ajudar nas escolhas pessoais e facilitar o relacionamento interpessoal. Relacionamento interpessoal: a habilidade para fazer, manter, aprofundar e terminar relacionamentos e aprender a administrar conflitos e tensões interpessoais. Empatia: a capacidade de se colocar no lugar do outro, imaginando como este se sente, procurando compreender e não julgar. Discute-se o conceito de empatia, o que facilita e o que dificulta a capacidade de colocar-se no lugar do outro. Tornar-se mais empático significa aumentar a capacidade de entender e aceitar o que motiva o comportamento das pessoas. Exercer a empatia pode aumentara capacidade de compreender o outro, diminuir julgamentos e melhorar os relacionamentos. Lidar com os sentimentos: diz respeito à capacidade de reconhecer a próprias emoções e as do outro; tomar consciência de quanto elas influenciam o comportamento e como manejá-las adequadamente. Discute-se sobre a importância de reconhecer os sentimentos, de identificar as crenças que os afetam e refletir sobre as maneiras de lidar com as emoções, além de pensar possibilidades de mudança das crenças e perspectivas pessoais que geram sentimentos negativos. Lidar com o estresse: compreende a capacidade de reconhecer as fontes de estresse e identificar as ações para reduzi-las ou eliminá-las e as consequências para a saúde. Comunicação eficaz: significa expressar assertivamente as opiniões, os sentimentos, as necessidades e os desejos. Comportamentos que ajudam a estabelecer uma comunicação eficaz: manter contato visual, ter empatia, lidar com os sentimentos, adequar a linguagem, ter disposição para falar e ouvir, usar tom de voz adequado, ser claro e objetivo, certificar-se do que foi compreendido e utilizar expressões que demonstrem atenção e interesse. Pensamento Crítico: diz respeito à capacidade de analisar informações e/ou situações a partir de diferentes ângulos. Esta habilidade contribui para formar opiniões mais consistentes, ajuda as pessoas a se tornarem mais flexíveis, compreensivas, e a fazerem escolhas responsáveis. Pensamento Criativo: a capacidade de explorar alternativas disponíveis. Esta habilidade ajuda a responder com flexibilidade às situações diárias. Ao julgar as ideias a priori, impede-se o processo o processo criativo, este por sua vez, permite encontrar alternativas diferentes das habituais para resolver os problemas do dia-dia. Tomada de decisão: a habilidade que permite analisar os benefícios, riscos e consequências de uma situação. Favorece a escolha da alternativa que leve ao sucesso da ação. O estabelecimento de critérios ajuda a evitar emoções negativas, como culpa e arrependimento, pode prevenir consequências indesejáveis e estimula a responsabilidade pelos próprios comportamentos. Resolução de problemas: a habilidade de enfrentar construtivamente as situações adversas, utilizando capacidades pessoais e recursos do meio. Esta habilidade está associada a um processo, e não necessariamente à sorte ou intuição. Esse processo demanda, dentre outras coisas, habilidade de pensamento crítico e criativo e capacidade de tomar decisões. Implementar programas e pesquisar sobre sua eficácia tem uma relevância social, tanto no que se refere aos efeitos da aquisição dessas habilidades socioemocionais e seu impacto no cotidiano escolar, quanto os possíveis efeitos no processo de ensino-aprendizagem. Assim, a proposta de trabalho de pesquisa-intervenção visa

contribuir para implementação da cultura de prevenção e promoção da saúde para educandos do Colégio de Aplicação João XXIII, com vistas a incentivar a construção de ações e projetos contínuos, voltados para a discussão crítica-reflexiva, visando o desenvolvimento das habilidades psicossociais positivas na adolescência. Além de potencializar o desenvolvimento das habilidades necessárias à prevenção de comportamentos de risco e à promoção de atitudes positivas, tanto no contexto escolar como em outros espaços de convivência; contribuir para a melhoria da autoestima dos educandos; melhorar o clima de convivência no espaço escolar; potencializar recursos para a negociação de conflitos interpessoais, envolvendo os vários atores escolares; ampliar o espaço de discussão e reflexão sobre questões próprias da adolescência. **METODOLOGIA:** pesquisa e programa desenvolvido com discentes dos 6º aos 9º anos do Ensino fundamental II e docentes do Colégio de Aplicação João XXIII do referido segmento. O Colégio de Aplicação João XXIII, criado em 1965, é vinculado a UFJF como uma unidade acadêmica, atendendo a um público aproximado de 1260 alunos, que iniciam na Educação Infantil e prossegue até o Ensino Médio (ensino regular), tendo ainda uma parte desse público vinculado a Educação de Jovens e Adultos. No fundamental II, nesse ano de 2018, estão matriculados 377 alunos, numa faixa etária predominantemente dos 11 aos 14 anos, distribuídos do 6º ao 9º ano, sendo divididos em três turmas por cada ano escolar. Esse segmento funciona no turno da manhã, no horário de 07h10min às 11h40min. O segmento conta com 37 professores e 03 técnicos administrativos (assistente administrativa, assistente social, psicóloga). O programa de Habilidades de Vida é desenvolvido em contexto grupal, através de módulos semestrais para cada turma, ao longo dos quatro anos do Ensino Fundamental II. São promovidos encontros mensais, com duração de aproximadamente 1h40min, no período de aulas, com horários pactuados com a coordenação e professores do segmento. Esses módulos abordam, a cada ano, as habilidades conforme suas especificidades, considerando a idade e demandas dos alunos/profissionais e também numa perspectiva de evolução dos conteúdos abordados. O projeto é desenvolvido em módulos. O primeiro módulo é o de *habilidades Emocionais* (6º anos), tratando de: autoconhecimento (autoestima, locus de controle interno); lidar com as emoções (identificar e manejar as emoções, motivação); manejo do estresse (lidar com mudanças internas e externas, físicas, sociais e emocionais). O segundo módulo é o de *Habilidades Sociais* (7º anos), tratando de: relacionamento interpessoal (flexibilidade, responsabilidade); comunicação eficaz; empatia. O terceiro módulo é o de *Habilidades Cognitivas* (8º anos), tratando de: pensamento crítico; pensamento criativo; resolução de problemas/capacidade de promover mudanças. E o quarto módulo é o de *Projetualidade* (9º anos), que trata da: capacidade de reunir as habilidades adquiridas na formulação de um projeto de vida (projeção de futuro), com características de independência/autonomia, responsabilização, esperança; capacidade de escolha. Com os professores, a parceria será por meio do acompanhamento das oficinas em sala, por construção de estratégias coletivas através de suas disciplinas e no acompanhamento da avaliação processual das atividades do projeto (grupos focais). O ensino dessas habilidades foca primordialmente nas interações grupais e visando aos objetivos do projeto serão utilizados recursos variados: vivências, discussões reflexivas por meio de técnicas disparadoras como dinâmicas de grupos, filmes, músicas, dramatizações, jogos, visitas a outras instituições/espacos, desafios, atividades em pequenos grupos, entre outras. As habilidades serão trabalhadas a partir de questões levantadas entre alunos e educadores, buscando contemplar as necessidades destes, visando, sobretudo, a um maior protagonismo dos adolescentes. A avaliação é processual. Foi introduzida a aplicação de um inventário, que é aplicado para alunos de 6º anos e reaplicado nos 9º anos, quando esses mesmos alunos estiverem concluindo o Ensino Fundamental II, para se avaliar o impacto das intervenções. Em ambas as etapas, o instrumento de coleta de dados utilizado será o Inventário de Habilidades Sociais para Adolescentes (DEL PRETTE & DEL PRETTE, 2008). Na avaliação

qualitativa, além do diário de campo já utilizado, introduziu-se a proposta de grupos focais ao longo do processo, junto aos alunos e educadores participantes do projeto. **RESULTADOS/DISCUSSÃO:** O projeto iniciou-se em março de 2017 com os alunos do Fundamental II, alcançando até novembro o total de nove encontros por cada turma/ano escolar. Trabalharam-se as habilidades a partir de situações-problemas que emergiram, conforme a demanda de cada turma/ano escolar ou propostas vindas da equipe de trabalho e educadores. Buscou-se ainda abordar as questões pertinentes aos desafios da fase do desenvolvimento em suas especificidades e das questões contextuais/históricas. Assim, nos 6º anos focou-se no processo de transição e adaptação ao novo segmento escolar em interação com as habilidades abordadas. Nos 7º anos e 8º anos, as questões do desenvolvimento (transformações físico-emocionais, relações interpessoais, redes sociais) e as contextuais (atitudes e comportamentos no espaço escolar e familiar) fizeram interface com as habilidades em questão. Nos 9º anos foram abordadas as questões importantes para o processo de transição (luto envolvido no processo de transformação da adolescência, capacidade de fazer escolhas, identidade, encontros com alunos do 1º ano do Ensino Médio para troca de experiências, aproximação com as temáticas referentes aos programas de ingresso, visitas técnicas). Em todas as turmas procurou-se trabalhar as questões de relacionamento entre pares e com seus educadores e familiares. O desenvolvimento da autopercepção, a identificação das emoções nas diversas situações, o incremento da capacidade de empatia foram abordadas através de técnicas diferenciadas conforme o perfil de cada turma/ano escolar. Foram feitos os registros das intervenções como forma de documentar e avaliar, inclusive para modificações ao longo do processo, levando em conta o feedback dos participantes e os registros de campo. Para o ano de 2018 foram pensadas mudanças no formato do projeto. Ao invés de se abordar todas as habilidades no mesmo ano letivo/ano escolar, optou-se por dividi-las em módulos afins, trabalhados em um semestre por cada ano. Observamos pela experiência do ano anterior, algumas dificuldades de trabalhar todas essas habilidades num único ano, pois várias questões surgem a partir das intervenções e ainda pela complexidade das temáticas. Essa mudança foi pensada conforme as necessidades da idade/fase do desenvolvimento e do contexto escolar em que estamos inseridos. Além de serem pensadas novas formas de se avaliar as intervenções, como o uso de inventários e dos grupos focais. Espera-se que com essas inovações, o aluno possa ter acesso a esse aprendizado de forma sequencial e estimulante ao longo do Ensino Fundamental II, além do projeto estar afinado às transformações pelas quais os alunos passam nesse período da adolescência.

REFERÊNCIAS

- BEAUCHAMP, M. H.; ANDERSON, V. Social: An integrative framework for the development of social skills. *Psychological Bulletin*, 2010, 136(1), 39-64. Disponível em <http://dx.doi.org/10.1037/a0017768>, Acesso em 10 de setembro de 2018.
- DEL PRETTE, A.; DEL PRETTE, Z.A.P. Um sistema de categorias de habilidades sociais educativas. *Paidéia (Ribeirão Preto)* [online]. 2008, vol.18, n.41, pp.517-530. ISSN 0103-863X. <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-863X2008000300008>.
- DEL PRETTE, A. & DEL PRETTE, Z.A.P. Programas eficazes de treinamento em habilidades sociais basados em métodos vivenciais. *Apuntes de Psicología*, 2005, Vol. 31, número 1, págs. 67-76.
- MURTA, S.G. Programas de prevenção a problemas emocionais e comportamentais em crianças e adolescentes: Lições de três décadas de pesquisa. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 2007, 20, 4-11.

RODRIGUES M.C., PERON, N.B.; CORNÉLIO, M.M. & FRANCO, G.R. Implementação e avaliação de um Programa de Desenvolvimento da Empatia em estudantes de Psicologia. *Estudos e Pesquisas em Psicologia* Rio de Janeiro, 2014, v. 14 n. 3 p. 914-932.

SOUZA, P.M.L. Desenvolvimento Moral Na Adolescência. 2006. Disponível em <http://www.psicologia.pt/artigos/textos/A0296.pdf>. Acesso em 10 de setembro de 2018.

TEIXEIRA, E.C. *Resiliência e Vulnerabilidade Social: uma perspectiva para a educação sociocomunitária da adolescência*. Petrópolis, RJ: Vozes, 2016.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Life skills education for children and adolescents in schools. Geneva, Switzerland: programme on Mental Health World Health Organization, 1997.