

## RESENHA

### PSICOLOGIA DAS HABILIDADES SOCIAIS

Del Prette, A. & Del Prette, Z.A.P. (2001).

**Psicologia das Habilidades  
Sociais – Terapia e Educação.**  
Petrópolis. Vozes Editora.

José Humberto da Silva Filho .Nov./2003

Quando um amigo lhe pede algo emprestado, você se sentindo constrangido em negar o pedido e disfarçando sua pouca vontade, cede à solicitação emprestando-o. Certamente você não estará tranqüilo até a devolução; Quando alguém entra na sua frente naquele fila em que você já aguarda a sua vez há muito tempo, você se sente na obrigação de se defender e parte para o enfrentamento com decidida irritação. Estas cenas do cotidiano ilustram possíveis reações comportamentais diante de estímulos ou situações sociais. Elas evocam habilidades para interagir nos diversos contextos do cotidiano. Estamos falando de Habilidades Sociais.

O livro “Psicologia das Habilidades Sociais – Terapia e Educação” (2001) de Del Prette e Del Prette, é a primeira obra de autores brasileiros a se debruçar sobre este tema. Ao longo dos seus nove capítulos os autores examinam o avanço na área de Treinamento de Habilidades Sociais (THS). É uma obra que se destina tanto a profissionais da saúde como da educação. Está dividida em duas partes. Na primeira os autores apresentam os fundamentos, conceitos, história e desenvolvimento dos estudos das habilidades sociais e na segunda parte enfatizam a avaliação e a promoção destas habilidades.

Os autores evidenciam que “as dificuldades ocasionais nas relações interpessoais não são consideradas distúrbios ou patologias; porém, certamente, diminuem a qualidade de vida das pessoas, requerendo intervenções preventivas e educacionais”.

De forma bem fundamentada os autores demonstram a amplitude da área de THS como sendo uma fonte de dificuldade pela indefinição dos seus contornos e pela carência de uma teoria geral

integradora que permita organizar os conceitos e modelos num sistema internamente mais coerente. No entanto, alguns conceitos-chave são abordados como delineadores de área como: Assertividade, Habilidades Sociais e Competência Social.

O primeiro capítulo apresenta o desenvolvimento da área de habilidades sociais fazendo uma discussão acerca das características herdadas e aprendidas. Atualiza a discussão acerca do equipamento biológico portador de potencialidades, supostas predisposições genéticas que favorecerão interações peculiares do indivíduo com o ambiente e o próprio processo de aprendizagem, sendo esta decisiva na caracterização posterior do repertório de comportamento social.

O segundo capítulo apresenta os fundamentos históricos da área de THS. Se reporta ao movimento de Treinamento Assertivo desenvolvido por Wolpe, nos anos 70, e aos principais autores associados ao tema nos EUA. Referencia também a disseminação concomitante do termo Habilidades Sociais, em Oxford, na Inglaterra, por Argyle e outros. Atualmente esta última terminologia tem sido entendida academicamente como uma área mais ampla de conhecimento, onde a Assertividade é uma de suas subáreas.

O terceiro capítulo aborda os modelos conceituais explicativos da área de THS: modelo da assertividade; modelo da percepção social; modelo da aprendizagem social; modelo cognitivo, e; modelo da teoria dos papéis. Propõe também algumas explicações para as dificuldades interpessoais: déficits no repertório; inibição mediada pela ansiedade; inibição cognitivamente mediada; problemas de percepção social, entre outros.

No capítulo quatro, dedicado às definições e conceitos da área de THS, encontra-se um dos pontos altos desta obra: Os autores exploram de forma emparelhada os conceitos “Assertivo”, “Não Assertivo” e “Agressivo” estabelecendo alguns parâmetros que ajudam a identificar as características gerais que compõem estes comportamentos em dada situação.

O quinto capítulo é dedicado especificamente aos elementos que compõem as Habilidades Sociais: os comportamentais, os cognitivos-afetivos, os fisiológicos e outros. É outro ponto alto da obra por

apresentar de forma sistematizada tais elementos organizados em classes e subclasses e também por defini-los e conceitualizá-los detalhadamente.

O sexto capítulo é dedicado à avaliação e treinamento das habilidades sociais. Aqui se revela claramente um dos objetivos dos autores: a intervenção. Para isto, como em qualquer procedimento desta natureza, defendem que uma boa avaliação e um bom planejamento são fundamentais para favorecer o sucesso da intervenção. A avaliação busca identificar as áreas problemáticas e não problemáticas do repertório social do sujeito que deverão orientar os objetivos e os procedimentos específicos de intervenção para superá-los. O procedimento de avaliação sugere que se observe: a) as condições antecedentes; b) condições conseqüentes, e; c) o comportamento, que é o elemento central da avaliação. No comportamento são observados os aspectos relacionados a: déficits e excessos comportamentais, ansiedade, cognições e sentimentos, contexto situacional e cultural, objetivos e metas. Em relação às técnicas de avaliação os autores observam que devem ser escolhidas considerando-se alguns fatores específicos e sugerem: entrevistas, inventários, observação, desempenho de papéis, auto-registros, avaliação por outras pessoas que são significativas para o sujeito (pais, professores, amigos, etc).

O capítulo sete se dedica às técnicas de treinamento em habilidades sociais. Elas são divididas em duas grandes categorias: Técnicas Comportamentais e Técnicas de Reestruturação Cognitiva.

As técnicas comportamentais ganharam notoriedade com Joseph Wolpe e Arnold Lazarus e se baseiam nos princípios derivados dos estudos laboratoriais de análise experimental do comportamento. As técnicas são: ensaio comportamental, reforçamento, modelagem, modelação (real e simbólica), feedback (verbal e videofeedback), relaxamento, tarefas de casa, dessensibilização sistemática.

As técnicas de reestruturação cognitivas são dirigidas para as cognições que mais interferem nas relações sociais, quais sejam: crenças irracionais, diálogos internos inibitórios, expectativas equivocadas de auto-eficácia, suposições negativas e estilos de atribuição inadequados. Alguns dos objetivos da reestruturação cognitiva no THS visam: a) valorizar

os próprios direitos e de seu interlocutor; b) identificar as próprias cognições inadequadas e de outrem; c) exercitar formas alternativas de avaliações; d) identificar os próprios estilos de atribuição buscando avaliações mais realistas.

O penúltimo capítulo apresenta propostas e sugestões para a estrutura e estratégias do treinamento das habilidades sociais descrevendo-se os formatos de treinamento individual e grupal. Considera-se a homogeneidade e heterogeneidade dos problemas, o tamanho dos grupos, o papel do dirigente, a dinâmica de uma sessão de treinamento, a estrutura do programa, a duração do programa, o local e os equipamentos e a base ética para esta intervenção.

Por fim, o último capítulo fala das grandes áreas de aplicabilidade do Treinamento em Habilidades Sociais, com ênfase na clínica e na educacional. Na clínica se especifica as intervenções caracterizadas como terapêuticas, aplicadas, por exemplo, aos transtornos afetivos e de ansiedade, esquizofrenia, timidez e isolamento social, problemas conjugais e familiares, dentre outras. Na educação se especifica intervenções caracterizadas como preventivas e/ou educacionais, como por exemplo, o THS no ensino especial e no ensino regular, cujo público tanto pode ser professores como alunos