

A TERAPIA COGNITIVA COMPORTAMENTAL E O DESENVOLVIMENTO DAS HABILIDADES SOCIAIS NA INFÂNCIA

Amanda Luiza Schneider

Franciele da Costa

INTRODUÇÃO: Partindo do entendimento que a socialização constitui-se de um processo mediante qual o indivíduo adquire padrões de comportamento, crenças, normas, costumes e atitudes, Caminha, Caminha e Dutra (2017) apontam que as habilidades sociais podem ser compreendidas como comportamentos que possibilitam a comunicação entre os próprios indivíduos.

Logo, a infância possui um espaço imprescindível em tal processo de socialização e convívio na coletividade, uma vez que a criança sofre influências diretas do meio familiar, social e escolar, evidenciando a necessidade da aprendizagem das habilidades sociais mediante tais contextos (SILVA, 2018). A importância das habilidades sociais para a infância vem crescendo como foco de investigação por sua relevância na socialização, que conforme aponta Souza (2021) gera impacto na qualidade das relações interpessoais, na saúde, no desenvolvimento acadêmico, social e emocional da criança.

Neste contexto, a Terapia Cognitiva Comportamental oferece técnicas de intervenção diante dos impasses encontrados no cotidiano infantil, possibilitando a ampliação da prática das habilidades sociais das crianças. Dispondo-se a abranger tal debate, o objetivo deste estudo busca evidenciar as práticas da Terapia Cognitiva Comportamental no auxílio do desenvolvimento das habilidades sociais na infância.

No que diz respeito à metodologia empregada no estudo, optou-se por adotar a perspectiva qualitativa como referência, que conforme Denzin e Lincoln (2006), envolve uma abordagem interpretativa do mundo. A

elaboração da teoria do presente estudo efetuou-se mediante dados coletados por meio de pesquisa bibliográfica, sendo as buscas realizadas em livros, artigos científicos e documentos publicados em formatos físicos e digitais. Sendo a coleta de dados realizada no mês de maio e junho de 2024, efetuou-se por meio de pesquisa documental e bibliográfica, bem como empregado o método de análise de conteúdo de Bardin (2016).

DESENVOLVIMENTO: Uma das abordagens teóricas atuais da psicologia que tem apresentado propostas terapêuticas no que se refere ao atendimento de crianças é a Terapia Cognitivo Comportamental (TCC). Sendo uma abordagem teórica que pode ser considerada recente, foi desenvolvida nos anos 70 por Aaron Beck a partir do pressuposto de que o modo como o paciente processa e interpreta as situações é o que lhe gera o sofrimento. (PUREZA et al., 2014).

A partir da década de 1980, os trabalhos relacionados à Psicoterapia Cognitivo Comportamental com crianças e adolescentes começam a crescer e apresentar maior consistência, o que pode estar relacionado segundo Pureza et al (2014), aos modelos construtivistas dentro da abordagem cognitivo comportamental, enfatizando o papel proativo e dinâmico dos indivíduos em suas experiências.

Tendo em vista que a teoria tem sido adaptada a pacientes com diferentes níveis de educação e renda, bem como a variedade de culturas e idades, no contexto infantil, o treinamento de habilidades sociais pode ser utilizado como um programa de tratamento e intervenção junto à psicoterapia. O plano de intervenção deve variar de acordo com a proporção da disfunção do indivíduo, focando na modificação de comportamentos e nas competências interpessoais (CAMINHA; CAMINHA; DUTRA, 2017).

Sendo as habilidades sociais definidas por Prette e Prette (2017) como um conjunto de comportamentos aprendidos e apresentados pelos indivíduos frente às diversas situações sociais, seu desenvolvimento é ressaltado pelos autores como um princípio inicial no ambiente familiar, tendo em vista que desde pequena, a criança aprende por meio da observação, instruções e regras estabelecidas pelos pais, assim como pelas consequências de seus comportamentos.

Em contrapartida, condições ambientais inadequadas à aprendizagem de habilidades sociais e ao desempenho de comportamentos socialmente competentes podem trazer, como consequência, diferentes tipos de déficits ao repertório (PRETTE; PRETTE, 2017). Neste contexto, na medida em que a criança vai crescendo e se inserindo nos diversos sistemas sociais, vivencia situações mais complexas, tornando imprescindível a ampliação do seu

repertório e o desenvolvimento de habilidades sociais diante das demandas apresentadas em seu meio.

Dessa forma, as habilidades e competências sociais na infância, pela ótica da terapia cognitivo comportamental, podem ser trabalhadas através do treino de habilidades sociais, a minimização da ansiedade, a reestruturação cognitiva e o treino para solução de problemas (CABALLO, 2003). De acordo com Caminha, Caminha e Dutra (2017) tais pontos podem ser trabalhados em ocasiões onde a socialização e desempenho em sua convivência grupal está prejudicada, podendo ser aplicada em problemas emocionais, comportamentais e psicológicos, tendo como objetivo maior, a qualidade de vida desses indivíduos, desenvolvendo as mais diversas experiências sociais e relações interpessoais.

Diante das classes de habilidades sociais relevantes na infância, sendo citadas por Prette e Prette (2017) o autocontrole e a expressividade emocional, as habilidades de civilidade, a empatia, assertividade, solução de problemas interpessoais, construção de amizades e as habilidades sociais acadêmicas, cada emoção e conceitos são trabalhados conforme a necessidade de cada criança. Técnicas como o treinamento de habilidades sociais, role-play e dessensibilização sistemática, são utilizadas gradualmente tanto na clínica quanto em seu ambiente familiar e escolar, experimentando tais habilidades no contexto real da criança (FRIEDBERG, MCCLURE, 2019).

O treinamento em habilidades sociais (THS) é uma das ferramentas utilizadas pela Terapia Cognitiva Comportamental, podendo ser recorrido em diversas ocasiões onde a socialização e desempenho da criança em sua convivência grupal está prejudicada. Tal treinamento é pontuado por Friedberg e McClure (2019) como um potencializador do desenvolvimento da assertividade, o controle das emoções em situações sociais, a aprendizagem de comportamentos e o diálogo adequado para fazer novos amigos.

Em relação às formas de expressão dos pensamentos e emoções, estratégias lúdicas e a utilização de jogos e brinquedos se tornam reforçadores para a criança, permitindo que as mesmas informem sobre seus sentimentos e descrevam comportamentos e eventos importantes, possibilitando o aprendizado de respostas alternativas a comportamentos disfuncionais. O uso da fantasia e da brincadeira leva a criança a encontrar alternativas de comportamentos, inicialmente para os personagens de suas brincadeiras e depois para as situações da sua própria vida (GUERRELHAS; BUENO; SILVARES, 2000).

Do mesmo modo, a psicoeducação torna-se imprescindível, uma vez que abrange um dos instrumentos utilizados para que o indivíduo compreenda e

entenda o processo e suas necessidades atuais que irão interferir no tratamento. (CAMINHA; CAMINHA; DUTRA, 2017). Logo, a psicoeducação na psicoterapia infantil possibilita tal orientação destinada também aos pais e responsáveis pela criança, exercendo uma intervenção mútua e o desenvolvimento contínuo do processo psicoterapêutico e das habilidades sociais da criança.

CONSIDERAÇÕES FINAIS: Durante o desenvolvimento do estudo, constatou-se que a Terapia Cognitiva Comportamental apresenta propostas e intervenções abrangentes no desenvolvimento das habilidades sociais na infância, uma vez que se compõe de uma abordagem objetiva e estruturada. A minimização dos déficits das habilidades sociais se apresenta como um dos principais objetivos das intervenções, desde o planejamento dos objetivos da psicoterapia, priorizando não somente a aprendizagem de comportamentos, mas articulando-se com a funcionalidade do comportamento nos contextos sociais distintos da criança. A adaptação das técnicas ao contexto infantil, as estratégias lúdicas utilizadas e a psicoeducação voltada não somente a criança, mas aos seus pais e responsáveis, tornam-se ferramentas imprescindíveis, auxiliando no processo psicoterapêutico da criança e no desenvolvimento das habilidades sociais nos mais diversos contextos e demandas do seu meio social.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BARDIN, L. Análise de conteúdo. 70. ed. São Paulo: Almedina Brasil, 2016.
- CABALLO, Vicente. Manual de Avaliação e Treinamento das Habilidades Sociais. São Paulo: Santos Editora, 2003. 424 p. Disponível em: <https://www.ava-edu.net/biblioteca/wp-content/uploads/2020/07/Manual-d-e-Avalia%C3%A7%C3%A3o-e-Treinamento-das-Habilidades-Sociais-1.pdf>. Acesso em: 03 jun. 2024.
- CAMINHA, Renato Maiato; CAMINHA, Marina Gusmião; DUTRA, Camila Arguello. A Prática Cognitiva na Infância e na Adolescência. 2017. Disponível em: https://www.sinopsyseditora.com.br/upload/produtos_pdf/716.pdf. Acesso em: 03 jun. 2024.
- DENZIN, Norman K. LINCOLN, Yvonna S. O Planejamento da Pesquisa Qualitativa: Teorias e Abordagens. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2006. 432 p. Tradução: Snadra Regina Netz. Disponível em: <https://pt.scribd.com/document/474080055/DENZIN-N-K-LINCOLN-Y-S-Eds-O-p-lanejamento-da-pesquisa-qualitativa-2-ed-Porto-pdf>. Acesso em: 09 abr. 2024.
- FRIEDBERG, Robert D.; MCCLURE, Jessica M. A Prática Clínica da Terapia Cognitiva com Crianças e Adolescentes. 2. ed. São Paulo: Artmed, 2019.

GUERRELHAS, Fabiana; BUENO, Mariana; SILVARES, Edwiges Ferreira de Mattos. Grupo de ludoterapia comportamental X Grupo de espera recreativo infantil. 2000. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rbtcc/v2n2/v2n2a06.pdf>. Acesso em: 03 jun. 2024.

PRETTE, Almir del; PRETTE, Zilda A. P. del. Competência Social e Habilidades Sociais. Petrópolis: Vozes, 2017. 256 p. Disponível em: https://www.google.com.br/books/edition/Compet%C3%Aancia_social_e_habilidades_sociai/UP5mDwAAQBAJ?hl=pt-BR&gbpv=1&printsec=frontcover. Acesso em: 14 jun. 2024.

PUREZA, Juliana de Rosa et al. Fundamentos e Aplicações da Terapia Cognitivo Comportamental com crianças e adolescentes. 2014. Disponível em: https://meriva.pucrs.br/dspace/bitstream/10923/9035/2/Fundamentos_E_Aplicacoes_Terapia_Cognitivo_Comportamental_Com_Crianças_E_Adolescentes.pdf. Acesso em: 03 jun. 2024.

SILVA, Cléa Maria de Andrade Castanho da. Habilidades Sociais na Clínica Psicológica. 2018. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/sustinere/article/view/34627/25723>. Acesso em: 03 jun. 2024.

SOUZA, Marisangela Siqueira de. Avaliação e acompanhamento de um Treinamento de Habilidades Sociais (THS) em crianças do ensino fundamental. 2021. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-56652021000100006. Acesso em: 10 jun. 2024.

schneideramanda20@gmail.com

franciele.costa@unoesc.edu.br