

HABILIDADES SOCIAIS: UMA ESTRATÉGIA DE COMBATE AO BULLYING

Clara Raíssa Fernandes de Melo

Universidade Federal da Paraíba (UFPB), clararfm1@hotmail.com

Resumo: A aquisição de habilidades sociais, como a assertividade, inicia-se na infância e constitui-se como importante fator de proteção de problemas emocionais e comportamentais. Projetos destinados à promoção de habilidades sociais na infância e na adolescência são de responsabilidade da escola e podem auxiliar na prevenção de problemas pessoais futuros mais especificamente no combate ao bullying. Nesse sentido, o presente estudo objetivou relatar um trabalho de prevenção e combate ao bullying através da promoção de habilidades sociais em estudantes do 6º ao 9º ano do Ensino Fundamental de uma escola particular da cidade de João Pessoa durante o ano de 2017. Foi possível observar que as reuniões foram comoventes para os alunos e geraram debates construtivos na medida em que levaram os mesmos a se autoanalisarem e estimularam o pensamento crítico e reflexivo. Nesse sentido, ressalta-se a importância do desenvolvimento de mais ações no contexto escolar voltadas para a promoção das habilidades sociais.

Palavras-chave: Bullying, habilidades sociais, ensino fundamental, psicologia escolar.

1. Introdução

Uma das manifestações da violência escolar que tem assumido grande destaque, tanto, no Brasil quanto em outros países é o fenômeno conhecido por *bullying*, o qual ocorre quando um indivíduo sofre ações repetidas que ferem ou prejudicam o mesmo, caracterizando-se, principalmente, pela disparidade de poder entre os pares. Portanto, as principais características que viabilizam a intimidação do alvo são: o desequilíbrio de poder e as atitudes negativas e repetidas entre iguais. Esses atos podem ser cometidos por meio de agressão verbal ou física, ou por meio de exclusão de um grupo (Hussei, 2013; Lopes Neto, 2005; Olweus, 2001).

De acordo com Liberal et.al (2005) o bullying compreende comportamentos com diversos níveis de violência que vão desde chateações inoportunas ou hostis até fatos francamente agressivos, em forma verbal ou não, intencionais e repetidos, sem motivação aparente, provocados por um ou mais estudantes em relação a outros, causando dor, angústia, exclusão, humilhação e discriminação, por exemplo. Trata-se de situações em que se constata relações de poder assimétricas entre agente(s) e vítima(s), esta(s) apresentando dificuldade de se defender(em).

Determinadas características de um indivíduo podem torná-lo uma vítima potencial de bullying, tais como etnia, orientação sexual, diferença de idade e tamanho (Dawkins, 1995; Smith, 2002). O bullying ocorre em diversos contextos, sem restrição quanto ao nível socioeconômico, gênero ou faixa etária (Crothers e Levinson, 2004; Olweus, 1977).

(83) 3322.3222

contato@cintedi.com.br

www.cintedi.com.br

Além das diferentes definições encontradas para o termo bullying, há também formas distintas de classificá-lo. Assim, esse fenômeno pode ser qualificado quanto ao tipo de ato violento que é empreendido, diferenciando-se entre direto e indireto. O bullying direto, tanto físico como verbal, inclui agressão física, abuso sexual, roubo ou deterioração de objetos de outra pessoa, extorsão, insultos, apelidos e comentários racistas. A forma de bullying indireto, por sua vez, compreende a exclusão de uma pessoa do grupo, fofocas e apelidos que marginalizam o outro e qualquer outro tipo de manipulação cometida por um indivíduo ou um grupo contra outro (Smith e Sharp, 1995).

A contínua exposição ao *bullying*, nos seus mais variados tipos, pode acarretar às vítimas problemas comportamentais e emocionais, destacando-se o estresse, a diminuição ou perda da autoestima, ansiedade, depressão, baixo rendimento escolar e, em casos mais graves, o suicídio (Oliveira & Antonio, 2006).

Estes problemas podem ser evitados ou reduzidos através do desenvolvimento de habilidades sociais e emocionais tanto em agressores quanto naqueles em risco de serem vítimas de bullying, pois alunos que possuem habilidades socioemocionais tem maior probabilidade de tomar decisões saudáveis, éticas e responsáveis e evitar comportamentos com consequências negativas, como violência interpessoal, abuso de substâncias e intimidação (Elias, Parker, & Kash, 2007; Espelage, 2013; Espelage, Rose, & Polanin, 2015; Lewis et al., 2013; Murta, 2005; Osher, Bear, Sprague, & Doyle, 2010; Swearer, Espelage, Vaillancourt, & Hymel, 2010).

De acordo com Del Prette e Del Prette (1999) habilidades sociais (HS) são classes de respostas comportamentais aprendidas pelo indivíduo que possibilitam agir de maneira adequada diante de diferentes situações. Para Falcone (2002) as habilidades sociais são comportamentos desejáveis que propiciam a interação com o outro, por meio da verbalização, da expressão facial, da postura, do contato visual e dos gestos. Assim, ser socialmente habilidoso auxilia na solução de problemas interpessoais, aumenta a autoestima, melhora a qualidade de relacionamentos e promove tranquilidade.

Em uma interação as pessoas podem apresentar comportamentos assertivos, passivos ou agressivos. Assertividade refere-se a uma classe de habilidades sociais de enfrentamento em situações que envolvem risco de reação indesejável do interlocutor, com controle da ansiedade e expressão apropriada de sentimentos, desejos e opiniões. Ela envolve a superação da passividade e o autocontrole da agressividade e de outras reações não habilidosas (Del Prette & Del Prette (2005). Essa habilidade favorece o desenvolvimento de outras, como a civilidade, o autocontrole e a expressividade emocional (Oliveira, 2005). Com a assertividade a criança é

capaz de defender os próprios direitos e de expressar sentimentos e crenças, de forma honesta, direta e apropriada, sem violar os direitos das outras pessoas (Falcone, 2001).

Nas comunicações passivas destacam-se: incômodo, mágoa, ressentimento, ansiedade, comportamentos esquivos ou de fuga das demandas interpessoais em vez de enfrentamento. Enquanto nas agressivas predomina: autoritarismo, coerção, negativismo, ironia, agressividade de forma física e verbal (Del Prette & Del Prette, 2005).

Diante desse contexto e do papel do psicólogo escolar na conscientização dos atores do processo educacional e como mediador do desenvolvimento humano nos contextos educativos, o presente estudo objetivou descrever uma intervenção voltada para o combate ao bullying a partir do desenvolvimento das habilidades sociais com alunos do Ensino Fundamental II de uma escola particular do Município de João Pessoa, tendo em vista que ser habilidoso socialmente constitui-se como um fator de proteção no curso do desenvolvimento humano (Cecconello & Koller, 2000) e influencia no sucesso escolar.

2. Metodologia

Inicialmente a psicóloga escolar acompanhou a rotina dos alunos, através de observações em sala de aula e de conversas para levantar as problemáticas específicas de cada turma em torno do bullying. Em seguida iniciou-se as intervenções. Foram realizadas quatro com cada turma sendo uma por mês durante 4 meses. Participaram das intervenções todas as turmas do Ensino Fundamental II (totalizando 15 turmas do 6º ao 9º ano) de uma escola particular do Município de João Pessoa. Os encontros ocorreram na sala de aula e no pátio da escola.

3. Resultados e Discussão

3.1 Intervenção desenvolvida

1º Encontro – Assertividade, passividade e agressividade

A primeira atividade objetivou desenvolver a compreensão teórica acerca das habilidades sociais e os tipos de comunicação: assertiva, passiva e agressiva estabelecendo relação entre os mesmos e o bullying.

No que se refere as habilidades sociais foram destacadas seis categorias: *habilidades sociais de comunicação*: fazer e responder a perguntas; gratificar e elogiar; pedir e dar *feedback* nas relações sociais; iniciar, manter e encerrar conversação; *habilidades sociais de civilidade*: dizer por favor; agradecer; apresentar-se; cumprimentar; despedir-se; *habilidades sociais assertivas*: manifestar opinião,

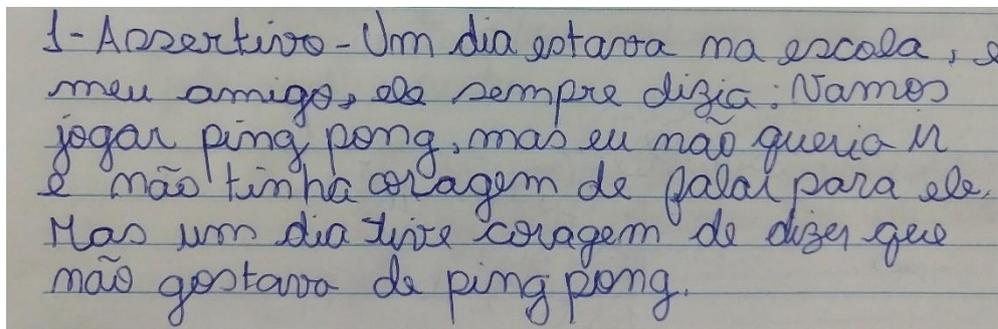
concordar, discordar; fazer, aceitar e recusar pedidos; desculpar-se e admitir falhas; estabelecer relacionamento afetivo/sexual; encerrar relacionamento; expressar raiva e pedir mudança de comportamento; interagir com autoridades; lidar com críticas; *habilidades sociais empáticas*: parafrasear, refletir sentimentos e expressar apoio; *habilidades sociais educativas*; *habilidades sociais acadêmica*: pedir silêncio, questionar, participar e responder aos questionamentos de sala; e *habilidades sociais de expressão de sentimento positivo*: fazer amizade; expressar a solidariedade e cultivar o amor.

Em seguida foram apresentados vídeos de situações vivenciadas por pessoas famosas durante entrevistas e programas de televisão para que os alunos analisassem se as mesmas agiram de forma passiva, agressiva ou assertiva e justificassem.

Os alunos se envolveram nas discussões e foram participativos em todos os momentos. Debateram acerca do limiar entre agressividade e assertividade e de que como a sociedade não sabe lidar com pessoas assertivas, por isso muitas vezes confunde com agressividade e reprime esses comportamentos. Além disso, os alunos fizeram uma autoreflexão sobre que tipos de comunicação eles mais estabeleciam e a maioria afirmou ser a agressividade.

2º Encontro – Relato pessoal

Nesse encontro foi solicitado aos alunos que escrevessem e falassem situações de bullying nas quais agiram de forma passiva, agressiva e assertiva e destacassem os sentimentos vivenciados. Não era necessária identificação no material, entretanto alguns alunos ainda tiveram receio em escrever. Mesmo com a solicitação alguns alunos relataram tipos de situação em situações que não envolviam o bullying, mas que foram consideradas relevantes pela consistência do discurso com os conceitos ensinados. Abaixo serão apresentados alguns trechos produzidos pelos alunos sobre comportamentos assertivos que eles apresentaram.



1- Assertivo - Um dia estava na escola, e meu amigo, ele sempre dizia: Vamos jogar ping pong, mas eu não queria e não tinha coragem de falar para ele. Mas um dia tive coragem de dizer que não gostava de ping pong.

Assertivo: Eu e minha amiga temos opiniões diferentes sobre um assunto e quando entramos em um debate eu sempre respeito o lado de lá.

Um dia eu vi um grupo de meninas provocando, humilhando uma outra garota, achei um absurdo e não me aguentei, fui lá e disse o que pensava diante aquela situação.

*Assertividade:

- Concordar ou discordar de opiniões com respeito =
 - Durante um debate em sala de aula, escutei e respeitei as opiniões do assunto abordado, porém mesmo quando não concordei, falei do meu ponto de vista sobre o assunto, continuando com o respeito entre meus colegas e professor.

Observou-se que a maioria dos alunos não sabia o que significava assertividade e isto se refletiu na dificuldade que alguns tiveram em entender o que seriam comportamentos assertivos e outros em lembrar do conceito. Além disso, alguns alunos afirmaram não ter apresentado nenhum comportamento assertivo durante toda a vida e ficaram impressionados quando tomaram consciência do fato. Essas questões são preocupantes e reforçam a importância de que estas habilidades sejam discutidas e reforçadas diariamente.

3º Encontro - Habilidade de Resolução de Problemas e o bullying

Durante o período de acompanhamento da rotina dos alunos foi observado o receio de muitos estudantes em tirar dúvidas em sala de aula, pedir para o colega não fazer barulho e dificuldade de realizar atividades em grupo, as quais estão relacionadas com déficits nas habilidades sociais acadêmicas e se constituem em um obstáculo no processo de aprendizagem.

Diante disso, foi realizada uma intervenção voltada para a resolução de problemas acerca destas situações vivenciadas pelos alunos e de outras do cotidiano escolar e fora baseada no instrumento psicológico denominado “*o baralho das emoções*”. A cada rodada, a psicóloga lia uma situação-problema e pedia que um aluno respondesse como agiria nessas situações ou como, agiu caso já tivesse vivenciado as mesmas. Os alunos foram sollicitados a não responder de forma “socialmente desejável”, mas como de fato agiriam ou agiram. A rodada era encerrada quando um aluno mencionava um comportamento assertivo.

4º Encontro - Desenvolvendo a empatia

Com o intuito de estimular o desenvolvimento da empatia inicialmente foi esclarecido o que seriam comportamentos empáticos e em seguida foi apresentado para o 6º e 7º ano o curta-metragem “a peste da Janice” e os alunos foram levados a refletir acerca de como a personagem que sofria bullying (Janice) deve ter se sentido, como era o dia dela, do porquê da personagem reagir de forma passiva aos ataques sofridos, como seria se ela passasse a agir de forma assertiva e como os demais personagens iriam reagir e qual desfecho dariam a história, pois a mesma termina sem uma conclusão. De acordo com Lopes Neto, Monteiro e Saavedra (2003) cerca de 50% dos que sofrem maus-tratos não informam o ocorrido nem aos professores e nem aos seus responsáveis. Além disso, foram solicitadas a falar se eles já haviam passado ou presenciado situações semelhantes na escola.

Já para o 8º e 9º anos foram apresentados vídeos de curta duração com o relato de youtubers e de jovens famosos que sofreram bullying e os alunos foram solicitados a falar qual relato chamou mais atenção, o porquê e acerca do sentimento vivido pelas vítimas do bullying.

Esse encontro foi bastante comovente em todas as séries, vários alunos se emocionaram, se levantaram de suas cadeiras para abraçar os amigos, alguns por já terem passado por situações parecidas outros por terem se colocado no lugar dos personagens. Os alunos ficaram surpresos com o fato de que famosos que eles gostam e se encaixam nos “padrões de beleza” impostos pela sociedade terem sofrido bullying como qualquer outra pessoa. É importante destacar que alguns dos alunos que mais praticavam bullying foram os mais participativos e contraditoriamente demonstravam discordar dessa prática, fato que foi ressaltado por outros alunos sem citar nomes, gerando um mal estar na sala. Nesse momento a psicóloga esclareceu a importância de cada aluno praticar a autoanálise e se questionar se há coerência nos seus discurso e ações.

As discussões com todas as turmas permitiu o debate acerca do respeito as diferenças, dos estereótipos, dos padrões que a sociedade impõe aos jovens, da banalização do bullying como uma “brincadeira”, do julgamento que as pessoas fazem da dor do outro e da ideia de que a única forma de combater o bullying é com intimidação e violência.

4. Conclusão

As ações desenvolvidas pela psicóloga escolar promoveram o desenvolvimento da empatia, assertividade, resolução de problemas interpessoais, autocontrole emocional, habilidades para fazer amizades, reconhecimento das diferenças, entre outros, o que possibilitou a oportunidade de crescimento e de amadurecimento dos alunos.

Os encontros mobilizaram diversos sentimentos. Vários alunos expuseram diante da turma seus medos, angústias, trizezas, vergonhas e raivas, relataram problemas pessoais que vivenciavam e que os próprios colegas de sala desconheciam, desabafaram sobre situações que não suportavam, demonstraram arrependimento pelo mal que haviam feito a alguns amigos, fizeram questionamentos e foram participativos em todos os encontros. O feedback dos alunos quanto aos encontros foi positivo, alguns alunos relataram que pela primeira vez, discutir sobre bullying não foi algo chato e cansativo e agradeceram pela oportunidade de expressarem e opinarem sobre o assunto.

Nesse sentido ressalta-se a relevância das ações desenvolvidas tendo em vista que ampliaram o repertório de habilidades sociais dos alunos e os colocaram como protagonistas do processo de desenvolvimento deles ao estimular o pensamento crítico e autoreflexivo.

Por fim, defende-se a importância do trabalho do (a) psicólogo(a) escolar/ educacional, como um agente de transformação que deve contribuir para modificar esse cenário, a partir de um trabalho coletivo e contínuo que envolva também os educadores no sentido de criar espaços de discussão e redimensionamento das concepções que orientam suas práticas, por entender que a formação profissional possui impacto nas estratégias pedagógicas implementadas pelos docentes bem como nas percepções de agentes educacionais (Carvalho & Marinho-Araujo, 2010).

Referências

CABALLO, V. E. E. entrenamiento en habilidades sociales. In: **Manual de técnicas de terapia y modificación de conducta**. (pp. 403-471). Madrid: Siglo Veintiuno, 1998.

CARVALHO, T. O; MARINHO-ARAÚJO, C. M. Psicologia Escolar e Orientação Profissional: fortalecendo as convergências. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, v.,11, n.2 p. 219-228, 2010.

CECCONELLO, A. M. & KOLLER, S. H. Competência social e empatia: um estudo sobre resiliência com crianças em situação de pobreza. **Estudos de Psicologia**, Natal, v.5, n.1, 71-93, 2000.

CROTHERS, L.M.; LEVINSON, E.M. Assessment of Bullying: A review of methods and instruments. **Journal of Counseling and Development**, v.82,496-503, 2004.

DAWKINS, J. Bullying in school: Doctor's responsibilities. **British Medical Journal**, v. 310, 274-275,1995.

DEL PRETTE, Z. A. P. & DEL PRETTE, A. **Psicologia das habilidades sociais: terapia e educação**. Petrópolis: Vozes, 1999.

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

ELIAS, M. J., PARKER, S. J., & KASH, V. M. Social–emotional learning and character and moral education in children: Synergy or fundamental divergence in our schools? **Journal of Research in Character Education**, v.5, 167–181, 2007.

ESPELAGE, D. L. Why are bully prevention programs failing in US schools? **Journal of Curriculum and Pedagogy**, v.10, 121–124, 2013.

ESPELAGE, D. L., ROSE, C. A., & POLANIN, J. R. Social-emotional learning program to reduce bullying, fighting, and victimization among middle school students with disabilities. **Remedial and Special Education**, v.36, 299–311, 2015.

Falcone, E. O. Contribuições para o treinamento de habilidades de interação. In: H. J. Guilhardi et al. **Sobre comportamento e cognição: contribuições para a construção da teoria do comportamento**.(pp. 91-104). Santo André: ESETec, 2002.

Falcone, E. O. Uma proposta de um sistema de classificação das habilidades sociais. *In*: H. J. Guilhardi, M. B. B. P. Madi, P. P. Queiroz & M. C. Scoz (orgs.). **Sobre comportamento e cognição: expondo a variabilidade**. (pp. 195-209). Santo André: ESETec, 2001.

HUSSEIN, M. H. The social and emotional skills of bullies, victims, and bully–victims of Egyptian primary school children. **International Journal of Psychology**. Vol. 48, No. 5, 2013.

LIBERAL E. F., AIRES R. T, AIRES M. T., OSÓRIO A. C. Escola segura. **Jornal de Pediatria**; v.81, 155-163, 2005.

LEWIS, et.al.. Problem behavior and urban, low-income youth: A randomized controlled trial of Positive Action in Chicago. **American Journal of Preventive Medicine**, v. 44,622–630, 2013.

LOPES NETO, A. A. Bullying: Comportamento agressivo entre estudantes. **Jornal de Pediatria**, v.81,n.5, 164-172, 2005.

MURTA, S. G. Aplicações do treinamento em habilidades sociais: análise da produção nacional. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, v.18,n.2, 283-291, 2005.

OLIVEIRA, A. S., ANTÔNIO, P. S. Sentimentos do adolescente relacionados ao fenômeno *bullying*: possibilidades para a assistência de enfermagem nesse contexto. **Revista Eletrônica de Enfermagem** v,8,n.1, 30- 41, 2006.

OLWEUS, D. Aggression and peer acceptance in adolescent boys: Two short-term longitudinal studies of ratings. **Child Development**, 48:1301-1313, 1977.

OSHER, D., BEAR, G., SPRAGUE, J., & DOYLE, W. How we can improve school discipline. **Educational Researcher**, v.39,n.1, 48–58, 2010.

PALMIERI, M. W. A., & BRANCO, A. C. Educação infantil, cooperação e competição: Análise microgenética sob uma perspectiva sociocultural. **Revista Semestral da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional**, v,11,n.2, 365-378, 2007.

POLÔNIA, A. C., & DESSEN, M. A. Em busca de uma compreensão das relações entre família e escola. **Revista Semestral da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional**, v.9,n.2, 303-31, 2.005

SMITH, P.K. Intimidação por colegas e maneiras de evitá-la. *In*: E. DEBARBIEUX; C. Blaya (eds.), **Violência nas escolas e políticas públicas**. Brasília, UNESCO, p. 187-205, 2002.

SMITH, P.K.; SHARP, S. **School bullying: Insights and perspectives**. London, Routledge, 264, 1995.

SWEARER, S. M., ESPELAGE, D. L., VAILLANCOURT, T., & HYMEL, S. What can be done about school bullying? Linking research to educational practice. **Educational Researcher**, v.39, n.1, 38–47, 2010.