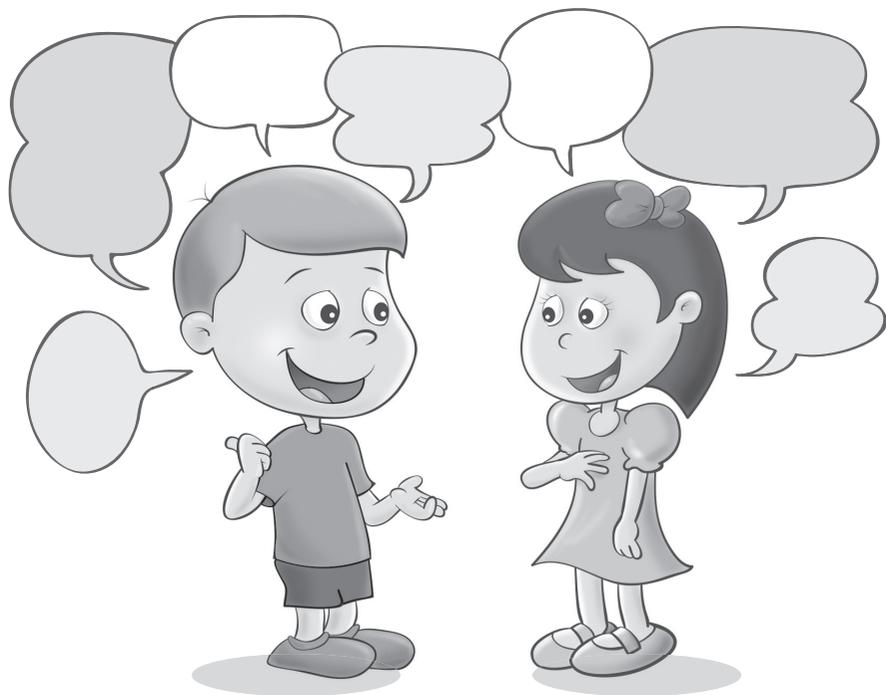


BARALHO DAS HABILIDADES SOCIAIS

Desenvolvendo as Relações



Camila Luisi Rodrigues

Camila Tarif Folquitto

BARALHO DAS HABILIDADES
SOCIAIS

Desenvolvendo as Relações

Camila Luisi Rodrigues
Camila Tarif Folquitto

 **SINOPSYS**

2015

© Sinopsys Editora e Sistemas Ltda., 2015.

Supervisão editorial: *Mônica Ballejo Canto*

Capa: *Mauro César Freitas*

Ilustrações: *Mauro César Freitas*, embasado no original
de Rogelio Juvenal Carrión Cornejo

Revisão: *Livia Algayer Freitag*

Editoração: *Formato Artes Gráficas*

R696b Rodrigues, Camila Luisi
Baralho das habilidades sociais: desenvolvendo as relações. / Camila Luisi Rodrigues e Camila Tarif Folquitto. –
Novo Hamburgo : Sinopsys, 2015.
64p.

ISBN 978-85-64468-36-8

1. Psicologia – Crianças - Adolescentes. I. Folquitto, Camila II. Tarif. II. Título.

CDU 159.9-053.4/.6

Catálogo na publicação: Mônica Ballejo Canto – CRB 10/1023

Todos os direitos reservados à

Sinopsys Editora

(51) 3600-6699

atendimento@sinopsyseditora.com.br

www.sinopsyseditora.com.br

Autoras

Camila Luisi. Psicóloga pela Universidade São Marcos. Especialista em Psicologia Hospitalar e Avaliação Psicológica e Neuropsicológica pelo Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da USP. Mestre em Ciências, também pelo Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da USP.

E-mail: camilaluisi@gmail.com

Camila Tarif Ferreira Folquitto. Psicóloga pelo Instituto de Psicologia da USP. Mestre em Psicologia Escolar e do Desenvolvimento Humano e Doutora em Ciências, também pelo Instituto de Psicologia da USP.

E-mail: ctariffolquitto@gmail.com

Agradecimentos

À Cristiana Castanho de Almeida Rocca, neuropsicóloga do Serviço de Psicologia do Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (IPq/HCFMUSP), nossa amiga e incentivadora, pelo apoio ao nosso crescimento profissional e pessoal, sempre com muita atenção e carinho.

Ao Rogelio Juvenal Carrión Cornejo, pela paciência para dar vida às nossas ideias, sendo responsável pela criação dos originais que embasaram as ilustrações do baralho.

Ao Arthur Presto de Oliveira, pela disponibilidade e pelo auxílio na elaboração da versão caseira do baralho.

À equipe do Grupo de Reabilitação Neuropsicológica do IPq/HCFMUSP, pelas trocas profissionais e pelo apoio para a concretização do baralho.

À Dra. Sandra Scivoletto, ao Luiz Dal Monte e à Lilian Approbato, pelo incentivo e pelas orientações.

Sumário

Prefácio	9
<i>Cristiana Castanho de Almeida Rocca</i>	
Apresentação	13
1 Introdução	15
2 Instruções para utilização do baralho	37
3 Interpretação e análise.....	41
4 Treinamento das habilidades sociais: uma experiência em consultório particular.....	47
Referências	52
Anexo 1: Protocolo de registro.....	55
Anexo 2: Diferenciando os comportamentos assertivo, não assertivo e agressivo.....	58

Prefácio

Habilidades sociais? Para quê?

Crianças precisam receber cuidados, proteção, afeto e educação para que possam brincar e estudar enquanto crescem e se desenvolvem, preparando-se para a vida adulta. Ser cuidada e educada implica tanto uma inserção familiar ou institucional (para aquelas que não possam estar com suas famílias) como uma inserção escolar.

Tanto na família como na escola, as relações afetivas vão se estabelecendo, e a criança, assim, vai aprendendo a expressar seus sentimentos, desejos, opiniões e direitos. Este processo varia de acordo com cada fase do desenvolvimento, mas se sabe que respostas agressivas ou hostis em excesso podem causar interferências negativas em qualquer época da vida.

Da mesma forma, a timidez excessiva impede ou diminui as possibilidades de interações amigáveis e a participação em eventos sociais, importantes por propiciar vivências afetivas e aprendizados. A criança muito tímida tende a se isolar, e, no contato social, não sabe como comunicar suas necessidades, uma vez que se sente tomada pela vergonha ou pelo medo de falar.

A criança, o adolescente ou até mesmo o adulto que não é hábil socialmente tende a ter poucos amigos. Além disso, pode não conseguir estabelecer laços de proximidade ou de amizade.

Isso se torna um problema na medida em que os amigos oferecem um suporte social que funciona como um fator protetor contra problemas de saúde mental.

Em muitos quadros psiquiátricos de início na infância, o comportamento pode aparecer desajustado, seja por um padrão de atitudes externalizantes ou internalizantes. Os comportamentos externalizantes incluem a quebra de regras, a agressividade e a hostilidade no contato interpessoal. Já os comportamentos internalizantes envolvem o isolamento, as queixas somáticas, a ansiedade e a depressão.

Ter atitudes favoráveis, expressar opiniões e sentimentos e dizer o que se quer ou o que se precisa com assertividade não são tarefas fáceis nem para os adultos. Para crianças ou adolescentes, que são mais sensíveis a críticas e frustrações, tendendo a reagir de forma imediata, isso é ainda mais difícil. Contudo, ser habilidoso socialmente é uma característica que pode ser aprendida e moldada. Um padrão de atitudes pouco adequadas e não favoráveis ao contato interpessoal pode ser modificado, ajudando a pessoa a viver melhor em grupo.

Nesse contexto, é com muito prazer que apresento este baralho de habilidades sociais, o qual poderá contribuir para o tratamento de crianças que apresentem algum tipo de dificuldade relacional. O jogo as ajudará a aprender ou desenvolver um padrão mais efetivo de reações diante de situações nas quais elas precisem se manifestar de alguma forma. Além disso, como o baralho consiste em um instrumento para despertar reflexões sobre situações do dia a dia, ele também pode ser utilizado com crianças que não necessariamente tenham alguma queixa, e em contextos diversos (p. ex., na escola). Cabe ao profissional planejar o modo como irá usá-lo.

O Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (IPq/HCF-MUSP) conta com um serviço de psiquiatria da infância e da adolescência considerado de referência. Foi neste ambiente que as

psicólogas Camila Luisi Rodrigues e Camila Tarif Ferreira Folquitto tiveram inspiração para criar este jogo. A elaboração do instrumento foi cuidadosa, baseada em leituras de artigos nacionais e internacionais, além de livros sobre o assunto, para que, assim, as autoras pudessem organizar os elementos que fariam parte do jogo dentro de uma estrutura teórica. O baralho foi testado em clínica, e todas as alterações para aprimorá-lo puderam ser feitas, resultando neste material voltado àqueles que se disponibilizam a ajudar crianças e adolescentes a descobrir novas possibilidades de atuação diante de situações sociais.

A versão experimental que deu origem ao Baralho foi descrita no livro *Clínica psiquiátrica* (Miguel et al., 2011), que até então era uma produção individualizada, que não atingia o público amplo.

Bom trabalho e bom divertimento!

Cristiana Castanho de Almeida Rocca
Psicóloga supervisora do Serviço de Psicologia
e Neuropsicologia do IPq/HCFMUSP

Apresentação

Este baralho foi criado no contexto de um projeto institucional, cujo objetivo era elaborar instrumentos para facilitar o desenvolvimento de habilidades sociais em crianças e adolescentes. No período que compreende a infância e a adolescência, as relações sociais são essenciais para o desenvolvimento do indivíduo, entretanto, elas nem sempre ocorrem de maneira satisfatória. Se pensarmos em nossa sociedade atual, a cada dia mais imediatista e virtual, constataremos que novas modalidades de relações se estabelecem. Neste sentido, torna-se importante refletir sobre a qualidade das experiências e das trocas sociais que as crianças e os adolescentes vivenciam em nosso meio.

As habilidades sociais são requeridas com maior intensidade no âmbito escolar, que proporciona um contato social mais intenso, além de exigir comportamentos mais disciplinados. Porém, muitas vezes, a escola não consegue dar conta de todas as suas demandas, tendo dificuldade para lidar com comportamentos considerados inadequados socialmente, como os agressivos, desafiadores, pouco assertivos, introvertidos, entre outros.

A despeito de as habilidades sociais constituírem requisitos importantes para as crianças e os adolescentes de modo geral, sa-

be-se que os indivíduos diagnosticados com algum tipo de transtorno psiquiátrico possuem grande dificuldade para adquirir tais habilidades. Determinados transtornos psiquiátricos apresentam sintomas comportamentais, como demasiada timidez, preocupações ou medos (p. ex., transtorno de ansiedade), ou excessiva agitação motora e impulsividade (p. ex., transtorno de déficit de atenção/hiperatividade).

A partir dessas constatações, realizou-se um estudo com o intuito de elaborar instrumentos úteis para intervir no desenvolvimento dessas habilidades. Neste sentido, o baralho de habilidades sociais é o resultado final desse esforço. O material consiste em um conjunto de cartas, cujo objetivo é favorecer a reflexão acerca de situações interpessoais, nas quais as crianças necessitem pensar sobre suas habilidades e agir socialmente.

A riqueza e a profundidade das experiências e das análises obtidas por meio do baralho dependem da habilidade do profissional em estimular a reflexão dos jogadores. O profissional deve investigar as manifestações atitudinais de cada jogador e a adequação destas, bem como as possíveis mudanças durante o desenrolar da intervenção.