

Oficinas de habilidades sociais com alunos de Grêmios do Ensino Médio para promoção de Saúde Mental e prevenção ao suicídio

Social skills workshops with student council high school students for mental health promotion and suicide prevention

Vanessa Barbosa Romera Leme

Doutora em Psicologia e Professora no Programa de Pós-Graduação em Psicologia Social da Universidade do Estado do Rio de Janeiro.

E-mail: vanessaromera@gmail.com.

Ana Júlia de Carvalho Pereira Alves

Doutoranda em Psicologia no Programa de Pós-Graduação em Psicologia Social da Universidade do Estado do Rio de Janeiro.

E-mail: anajualves@gmail.com.

Dameres Moreira de Carvalho

Graduanda em Psicologia da Universidade do Estado do Rio de Janeiro.

E-mail: dmoreiracarvalho2@gmail.com

Victor de Lima Rosa

Graduando em Psicologia da Universidade do Estado do Rio de Janeiro.

E-mail: victorlr11.vl@gmail.com.

Bruna Silva de Araújo Teixeira

Graduanda em Psicologia da Universidade do Estado do Rio de Janeiro.

E-mail: bruna.uerj1@gmail.com



Taynara Maria da Silva Gomes

Graduanda em Psicologia da Universidade do Estado do Rio de Janeiro.

E-mail: taynaragomess15@gmail.com

Fernanda de Azevedo França

Doutoranda em Psicologia no Programa de Pós-Graduação em Psicologia Social da Universidade do Estado do Rio de Janeiro. E-mail: fernandafrancabrazil@gmail.com

Priscila Sá da Silveira. Doutoranda em Psicologia no Programa de Pós-Graduação em Psicologia Social da Universidade do Estado do Rio de Janeiro.

E-mail: priscilasadasilveira@gmail.com

Adriana Pinheiro Serqueira

Doutoranda em Psicologia no Programa de Pós-Graduação em Psicologia Social da Universidade do Estado do Rio de Janeiro.

E-mail: professoradrianaserqueira@gmail.com

Luana de Mendonça Fernandes

Doutora em Psicologia pelo Programa de Pós-Graduação em Psicologia Social da Universidade do Estado do Rio de Janeiro.

E-mail: luapsi@gmail.com

Letícia Costa Leopoldino

Mestre em Psicologia pelo Programa de Pós-Graduação em Psicologia Social da Universidade do Estado do Rio de Janeiro.

E-mail: leticialerj@hotmail.com

Fernanda Pereira Calabar

Doutora em Psicologia e Professora Substituta do Departamento de Educação e Sociedade da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro.

E-mail: nandacalabar@ufrj.br

Aline Penna-de-Carvalho

Doutora em Psicologia pelo Programa de Pós-Graduação em Psicologia Social da Universidade do Estado do Rio de Janeiro.

E-mail: alinepenna29@gmail.com

Apoio financeiro: PROCENCIA-Uerj



Resumo

As habilidades sociais podem ajudar a melhorar a relação entre pares e com seus professores, proporcionando um ambiente mais positivo e acolhedor, configurando-se como um fator de proteção ao suicídio e outros transtornos mentais nesse momento da trajetória escolar. Contudo, há poucos estudos sobre intervenções com foco nas habilidades sociais, visando a prevenção do suicídio, o que sinaliza uma área aberta para investigação. A partir de uma abordagem qualitativa e exploratória, este estudo teve como objetivo descrever oficinas de habilidades sociais, realizadas no âmbito de um projeto de extensão desenvolvido na Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ), com estudantes do Ensino Médio (EM), na Campanha do Setembro Amarelo. Participaram 96 alunos do 1º ao 3º ano do EM, com idade entre 15 e 26 anos, sendo 64 do sexo feminino (66,66%), que frequentavam grêmios estudantis em duas escolas públicas estaduais na cidade do Rio de Janeiro. Os resultados evidenciaram a valorização do debate promovido pelas oficinas em torno de temas classificados como tabus, como sofrimento mental e suicídio. Quanto aos sentimentos evocados pelas atividades, destacam-se os de conforto, acolhimento e felicidade. Foi observado, também, que reflexões acerca da empatia nas relações interpessoais, do estímulo à solidariedade e à construção de plano de vida foram favorecidos com as oficinas. Conclui-se sobre a importância da promoção de habilidades sociais com alunos de grêmios do EM, de modo a torná-los multiplicadores no contexto escolar, utilizando uma comunicação mais efetiva, a resolução de conflitos de maneira construtiva e o estabelecimento de relacionamentos saudáveis e duradouros.

Palavras-chaves: Habilidades sociais, prevenção, suicídio, ensino médio.

Abstract

Social skills can help improve the relationship between peers and with their teachers, providing a more positive and welcoming environment, becoming a protective factor against suicide and other mental disorders at this point in the school trajectory. However, there are few studies on interventions focusing on social skills aimed at suicide prevention, which signals an open area for investigation. Based on a qualitative and exploratory approach, this study aimed to describe social skills workshops, carried out within the scope of an extension project developed at the State University of Rio de Janeiro, with High School (HS) students, in the Yellow September Campaign. Ninety-six students from the first to third year of HS participated, aged between 15 and 26 years, 64 females (66.66%), who attended student council unions in two state public schools in the city of Rio de Janeiro. The results showed the appreciation of the debate promoted by the workshops around topics classified as taboo, such as mental suffering and suicide. As for the feelings evoked by the activities, those of comfort, welcome and happiness stand out. It was also observed that reflections on empathy in interpersonal relationships, encouraging solidarity and building a life plan were favored by the workshops. It concludes on the importance of promoting social skills with students from HS unions, in order to make them multipliers in the school context, using more effective communication, constructive conflict resolution and the establishment of healthy and lasting relationships.

Keywords: social skills, suicide prevention, high school.

Linha de extensão: Educação

Área Temática: Temas específicos/Desenvolvimento Humano



Introdução

A Campanha do Setembro Amarelo surgiu em 2014 realizada, primeiramente, pela Associação Brasileira de Psiquiatria e é um movimento que ocorre todos os anos a fim de prevenir e informar sobre o suicídio¹. Nesse contexto, a morte por suicídio é compreendida como um fenômeno multideterminado, que é atravessado por questões sociais, políticas, econômicas e culturais². Pesquisas têm recorrentemente identificado fatores de risco ao suicídio durante a adolescência e juventude, por exemplo, transtornos mentais, tentativa prévia de suicídio, isolamento social, tristeza e desemprego^{3;4}. Além de haver fatores de proteção, tais como ambientes seguros para expressar emoções, rede de apoio e habilidades sociais adquiridas, como emitir comportamentos sociais e buscar ajuda em situações que tenham seus direitos ou limites violados^{4;5}.

As habilidades sociais (por exemplo, expressar sentimentos, empatia, assertividade, pedir ajudar etc.) são comportamentos aprendidos num contexto informal ou formal e valorizados em uma determinada cultura, dentro de um contexto social e histórico⁶. Durante o Ensino Médio (EM), os alunos vivenciam diversas demandas biopsicossociais, tais como questionamentos relacionados com papéis de gênero e sexualidade e se deparam com a identificação vocacional e escolhas profissionais⁷. Segundo Ramalho et al. (2021)⁸, a falta de rede de apoio pode ser experienciada negativamente por adolescentes, gerando perda de vínculos afetivos e de um espaço para expressar suas emoções. Todos esses fatores biológicos, sociais, culturais e políticos contribuem para construir um cotidiano difícil para os adolescentes, impactando na sua saúde mental e nos processos de ensino e aprendizagem³.

O papel das habilidades sociais nesse momento da trajetória escolar é importante, pois ajuda a melhorar a relação dos alunos com os professores, funcionários e colegas de classe, o que proporciona um clima mais positivo e acolhedor, configurando-se como um fator de proteção ao suicídio e outros transtornos mentais³. Além disso, quando os alunos são capazes de estabelecer metas, eles também são mais propensos a permanecerem engajados nas atividades escolares e obterem sucesso acadêmico⁹. Nessa direção, as habilidades sociais facilitam o desenvolvimento ou ampliação da rede de apoio, favorecendo o



desenvolvimento socioemocional dos alunos por meio do autocontrole, autoestima e envolvimento positivo com os colegas, ajudando a lidar com desafios escolares¹⁰.

O Programa de Desenvolvimento Interpessoal para a Prevenção do Suicídio e Promoção de Saúde Mental no Curso de Vida (PRODIN)

É um projeto de extensão que atua desde 2015, na Universidade do Estado do Rio de Janeiro - UERJ. Seu objetivo é promover relações interpessoais positivas, contribuindo para a promoção de saúde mental e prevenção de indicadores de risco ligados à maior incidência de suicídio no curso de vida. São realizadas diversas modalidades de atividades (por exemplo, oficinas, cursos, palestras e intervenções) com universitários, docentes e funcionários técnicos-administrativos da Universidade do Estado do Rio de Janeiro e alunos, professores, coordenadores pedagógicos, orientadores educacionais e gestores de escolas públicas da educação básica.

Todas as ações do projeto visam a promoção de habilidades sociais (por exemplo, empatia, assertividade, resolução de problemas e solidariedade) e de vida (por exemplo, lidar com o estresse e pensamento crítico) dos participantes. O referencial teórico que embasa as oficinas é a Teoria Bioecológica do Desenvolvimento Humano, assim como, são utilizadas técnicas da Teoria Cognitivo-Comportamental. A equipe do PRODIN envolve alunas da graduação e pós-graduação, estando também vinculado ao programa UERJ pela VIDA, que visa por meio de uma equipe multidisciplinar desenvolver ações de prevenção ao suicídio.

A revisão de literatura indicou que há poucos estudos sobre intervenções visando promover habilidades sociais para a prevenção do suicídio, indicando uma área aberta a investigação. Desse modo, este estudo teve como objetivo descrever oficinas de habilidades sociais, realizadas no âmbito de um projeto de extensão com estudantes do EM, na Campanha do Setembro Amarelo.



Método

Participantes

O presente estudo configura-se em com uma abordagem qualitativa e exploratória. As oficinas foram realizadas com 96 alunos de grêmios estudantis, do 1º ao 3º ano do EM, sendo 64 do sexo feminino (66,66%), 28 do sexo masculino (29,16%) e quatro declararam outro (4,16%). Os estudantes frequentavam duas escolas públicas estaduais, localizadas na zona norte do Rio de Janeiro. A faixa etária dos jovens foi entre 15 e 26 anos ($M=17,49$; $DP=1,54$). Destes, 50 eram do 3º ano (52,08%); 25 do 2º ano (26,04%), 20 alunos do 1º ano (20,83%) e um não declarou (1,04%).

A escolha por alunos que atuam em grêmios estudantis ocorreu porque o trabalho desenvolvido pelo grêmio visa promover momentos de socialização entre saberes, iniciativas de eventos em prol dos alunos e da instituição de ensino e parcerias com o grupo escolar. Dessa forma, partiu-se do pressuposto que os estudantes dos grêmios poderiam atuar como um elo entre os seus pares e a equipe diretiva da escola em ações de prevenção ao suicídio. Segundo o Plano de Ação em Saúde Mental 2015-2020, proposto pela Organização Pan Americana de Saúde¹¹, para a prevenção do suicídio é importante investir em ações que promovam relacionamentos saudáveis e ampliem conhecimentos sobre diversidade sexual e étnico-racial, questões de gênero e direitos humanos com a comunidade escolar, por meio do protagonismo juvenil.

Instrumentos

Questionário com informações sociodemográficas. É um instrumento elaborado para este estudo com intuito de investigar as características sociais e demográficas dos participantes, tais como idade, sexo e ano escolar.



Ficha de avaliação das oficinas. Desenvolvido para o presente estudo com o objetivo de fazer uma avaliação da atividade pelos alunos. O instrumento é composto por cinco perguntas sobre a oficina: “Eu gostei de”, “Eu me senti”, “Eu pensei sobre”, “A partir do que eu aprendi, eu vou” e “Da próxima vez, eu acho que vocês deveriam”.

Procedimentos

Coleta de dados

Primeiramente a Secretaria de Educação do Estado do Rio de Janeiro (SEEDUC), encontrou em contato com a direção das escolas e apresentou a proposta das oficinas. Posteriormente, a primeira autora do estudo visitou as escolas e apresentou os objetivos e procedimentos aos professores e alunos. Nesse momento foi entregue aos estudantes que manifestaram interesse em participar do estudo, o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), para ser assinado antes da atividade por seus responsáveis. A presente pesquisa procurou por meio de seus instrumentos e procedimentos, assegurar a integridade física e moral dos participantes, abrangendo os aspectos éticos considerados essenciais em pesquisas com seres humanos pela Resolução 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde.

O projeto foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade do Estado do Rio de Janeiro - Uerj e aprovado (CAAE 49261221.5.0000.5282). No dia combinado com a equipe diretiva da escola, os estudantes assinaram o Termo de Assentimento (TA) e deu-se início às oficinas. As atividades ocorrem no horário regular de aula, em salas de aula ou miniauditórios. Cada oficina teve duração média de duas horas e foi conduzida por dois ou três facilitadores (discentes da pós-graduação) e cofacilitadoras (estudantes da graduação).

Foram realizadas quatro oficinas, duas em cada escola, com objetivo geral de capacitar os estudantes por meio das habilidades sociais de empatia e expressão de sentimentos, durante a semana de prevenção ao suicídio ocorrida no Setembro Amarelo, no ano de 2019. As atividades realizadas durante as oficinas procuram auxiliar os estudantes a atuarem na identificação, escuta, acolhimento e encaminhamento dos seus pares e fazer a



mediação entre escola-aluno. Além disso, também foi promovido os comportamentos de observar, prestar atenção, ouvir e demonstrar interesse pelo outro; reconhecer/inferir sentimento do interlocutor; compreender a situação (assumir perspectiva); demonstrar respeito às diferenças; expressar compreensão pelo sentimento ou experiência do outro; apoiar quando algum colega está passando por algum problema; escutar os amigos quando os mesmos querem contar coisas que acontecem com eles no dia-a-dia; quando o amigo estiver tentando resolver um problema pessoal, ouvir e fazer perguntas; ao perceber que o colega está triste ou magoado, se colocar à disposição para conversar; procurar ajuda da direção escolar quando algum amigo demonstra chance de colocar sua vida em risco.

Os procedimentos de ensino adotados nas oficinas envolveram a exposição dialogada, debates em pequenos grupos, vivências ("Nem passivo, nem agressivo: Assertivo", adaptada de Del Prette & Del Prette (2002)¹², *role playing* e uso de recursos audiovisuais, tais como músicas (por exemplo, "Ginga", da IZA). O referencial teórico-metodológico das técnicas utilizadas nas oficinas foi Teoria Cognitivo-Comportamental (TCC), que é uma abordagem psicoterapêutica amplamente utilizada que se baseia na interrelação entre pensamentos, emoções e comportamentos. Fundamentada na ideia de que nossos pensamentos influenciam nossas emoções e comportamentos, a TCC visa identificar e modificar padrões de pensamento disfuncionais e comportamentos inadequados para promover uma melhoria no bem-estar psicológico.

Durante todas as oficinas foi entregue uma cartilha para cada participante, confeccionada com conteúdo sobre o campo teórico e prático das habilidades sociais para prevenção do suicídio⁶, adaptada para a realidade dos jovens com memes da internet e imagens reflexivas. O objetivo do material foi promover uma reflexão entre os alunos sobre a importância de saber identificar, acolher e encaminhar possíveis demandas relacionadas a algum tipo sofrimento ou violências de seus colegas, estimulando-os a pensar sobre seus sentimentos, comportamentos e ações que contribuam para um melhor relacionamento interpessoal. Na última página de cada cartilha foi disponibilizado os números de telefones de clínicas psicológicas, emergenciais e não emergenciais.



Análise de dados

Os dados obtidos no questionário sociodemográfico foram analisados por meio de uma planilha integrada contendo sexo, idade e ano cursado no software Microsoft Excel. As respostas obtidas no questionário de avaliação da atividade foram analisadas qualitativamente por meio do software IRAMUTEQ (Interface de R pour analyses Multidimensionnelles de Textes et de Questionnaires), versão 0.7^{13;14}. Nas análises, realizou-se o procedimento de nuvem de palavras, que mostra a representação gráfica, em função da frequência das palavras, na qual as palavras mais significativas no relato dos estudantes ficam enfatizadas na imagem. As respostas dos participantes obtidas no questionário foram transcritas em sua íntegra, foram feitas seis análises, sendo cinco delas referentes a cada pergunta do questionário e uma da análise de conteúdo geral.

RESULTADOS

Este estudo teve como objetivo descrever oficinas de habilidades sociais, realizadas no âmbito de um projeto de extensão com estudantes do EM, na Campanha do Setembro Amarelo. Foram obtidas 468 respostas, correspondente às cinco perguntas, conforme demonstra a Figura 1.

Na análise da primeira pergunta (“Eu gostei de...”.) foram obtidas 96 respostas (100%). A partir da análise da nuvem de palavras, construída pelos segmentos de palavras mais consideráveis, agrupadas e organizadas de acordo com sua frequência e relação entre as mesmas, pode-se perceber, segundo a Figura 1, que palavras como assunto (*“Eu gostei de estar na oficina, pois acho importante falar sobre o assunto.”*; *“Eu gostei de abordar vários assuntos que ainda são tabus.”*), conversar (*“Eu gostei de aprender como ajudar as pessoas, como saber conversar.”*; *“Eu gostei de conversar sobre suicídio e maneiras de tratar alguém.”*), participar (*“Eu gostei de toda a conversa que tivemos abertura para participar. As pautas em questão foram de suma importância para adquirir novos conhecimentos.”*; *“Eu gostei de participar dessa palestra foi bom para ouvir as opiniões das pessoas.”*), problema



(“Eu gostei de conversar sobre os tipos de problemas e ver outras opiniões sobre o que acontece ao redor”; “Eu gostei de entender melhor as questões sobre problemas psicológicos e como ajudar a tratar esses problemas.”), debater (“Eu gostei de debater sobre o assunto e pensar sobre diversas situações sobre o cotidiano e como agir nelas.”; “Eu gostei de ter a liberdade para debater e expressar as opiniões sobre o tema.”) estão mais evidenciadas

Figura 1. Nuvens de palavras referentes as perguntas obtidas na avaliação das oficinas.



Na análise da segunda pergunta (“Eu me senti...”) foram obtidas 95 respostas (99,99%). A partir da análise da nuvem de palavras, construída pelos segmentos de palavras mais consideráveis, agrupadas e organizadas de acordo com sua frequência e relação entre as mesmas, pode-se perceber, segundo a **figura 1**, que palavras como confortável (“Eu me senti confortável no ambiente, com direito de voz.”; “Eu me senti incrível, confortável, livre para expor minhas ideias.”), feliz (“Eu me senti feliz em saber que mesmo não sendo profissional, posso ajudar de alguma forma.”; “Eu me senti feliz em saber que tem gente



querendo falar e gente querendo ouvir sobre depressão, suicídio, vida e ajuda.”) e falar (“Eu me senti com liberdade para falar sobre assuntos que não são tão aceitos pela sociedade. Compartilhar isso com outros tipos de pensamentos que me fizeram querer passar isso para as outras pessoas.”), acolhido (“Eu gostei de acolhido e compreendido. Me senti bastante confortável conversando com os psicólogos e o resto do grêmio.”; “Eu gostei de grato, bem comigo mesmo e acolhido.”) estão mais evidenciadas.

Na análise da terceira pergunta (“Eu pensei sobre...”) foram obtidas 95 respostas (99,99%). A partir da análise da nuvem de palavras, construída pelos segmentos de palavras mais consideráveis, agrupadas e organizadas de acordo com sua frequência e relação entre as mesmas, pode-se perceber, segundo a Figura 1, que palavras como ajudar (“Eu pensei sobre empatia, como ajudar as pessoas e prosseguir com projetos dentro da escola.”; “Eu pensei sobre como posso ajudar meus amigos e como pedir ajuda.”), próximo (“Eu pensei sobre usar tudo que foi repassado com alguns amigos próximos e até comigo mesmo.”; “Eu pensei sobre a importância não só da minha vida como a do próximo.”) e vida (“Eu pensei sobre a vida como bem maior.”; “Eu pensei sobre a importância não só da minha vida como a do próximo.”), empatia (“Eu pensei sobre empatia, como ajudar as pessoas e prosseguir com projetos dentro da escola.”; “Eu pensei sobre simpatia, empatia, acolher qualquer pessoa independente do sexo dela.”) estão mais evidenciadas.

Na análise da quarta pergunta (“A partir do que eu aprendi, eu vou...”) foram obtidas 96 respostas (100%). A partir da análise da nuvem de palavras, construída pelos segmentos de palavras mais consideráveis, agrupadas e organizadas de acordo com sua frequência e relação entre as mesmas, pode-se perceber, segundo a Figura 1, que palavras como ajudar (“A partir do que eu aprendi, eu vou continuar a disposição para ajudar ainda mais pessoas e me manter em alerta no meio que vivo.”; “A partir do que eu aprendi, eu vou me colocar no lugar do outro, e sempre ajudar, repassar o conhecimento.”), prático (“A partir do que eu aprendi, eu vou tentar pôr em prática tudo aprendido.”; “A partir do que eu aprendi, eu vou me esforçar para pôr em prática. Nós achamos que melhoramos, mas ainda falta muito.”), empático e empatia (“A partir do que eu aprendi, eu vou ser mais empático e tentar me esforçar mais quando me deparar com essas situações, comigo e com os demais ao redor”;



“A partir do que eu aprendi, eu vou ser tentar ser mais empático e mais paciente.”; “A partir do que eu aprendi, eu vou conhecer minha dor, ajudar mais o próximo e ter mais empatia.”), colocar (“A partir do que eu aprendi, eu vou colocar em prática na minha vida e na minha escola.”; “A partir do que eu aprendi, eu vou tentar ao máximo desenvolver e colocar em prática.”) estão mais evidenciadas.

Na análise da quinta pergunta (“Da próxima vez, eu acho que vocês deveriam...”) foram obtidas 84 respostas (87,5%). A partir da análise da nuvem de palavras, construída pelos segmentos de palavras mais consideráveis, agrupadas e organizadas de acordo com sua frequência e relação entre as mesmas, pode-se perceber, segundo a Figura 1, que palavras como atividade (*“Da próxima vez, eu acho que vocês deveriam ter mais tempo para atividades.”; “Da próxima vez, eu acho que vocês deveriam fazer atividade em lugar aberto e de mais contato com outras pessoas”*), falar (*“Da próxima vez, eu acho que vocês deveriam falar sobre doenças transmissíveis, sexo e drogas.”; “Da próxima vez, eu acho que vocês deveriam falar sobre as máscaras que existem na internet. Como dizer o mundo da fantasia.”*), aluno (*“Da próxima vez, eu acho que vocês deveriam vir sempre e acolher todas as turmas, já que muitos alunos necessitam dessa experiência”; “Da próxima vez, eu acho que vocês deveriam continuar desenvolvendo a empatia nos alunos.”*), abordar (*“Da próxima vez, eu acho que vocês deveriam estender o tempo e abordar outras situações desse meio.”; “Da próxima vez, eu acho que vocês deveriam abordar projetos.”*), conversar (*“Da próxima vez, eu acho que vocês deveriam conversar em particular com alguns. Às vezes não estamos prontos para dividir nossas batalhas internas com os outros.”; “Da próxima vez, eu acho que vocês deveriam Conversar de um modo mais profundo com cada uma.”*) estão mais evidenciadas.

Discussão

As produções científicas acerca do fenômeno do suicídio entre adolescentes indicam que é preciso que o tema não seja evitado, para atenuar o estigma associado ao ato¹⁵. Segundo Escobar, Arruda e Sobrinho (2022)¹⁶, a prevenção ao suicídio implica em possibilitar



espaços de acolhida e encaminhamento para o sofrimento psicológico. Nessa direção, os resultados em relação às respostas à primeira pergunta do questionário de avaliação da atividade (“Eu gostei de...”) mostraram que os participantes valorizaram o diálogo aberto sobre o assunto e consideraram que aprenderam a identificar possíveis sinais de sofrimento e oferecer ajuda a outras pessoas após as oficinas. Tais dados corroboram com achados de outras intervenções com esta população¹⁷.

Na mesma direção, os sentimentos positivos descritos nas devolutivas da segunda pergunta do questionário de avaliação (“Eu me senti...”) demonstram como a experiência de participar das oficinas pode trazer bem-estar aos participantes¹⁷. Desse modo, os resultados no presente estudo evidenciaram que a presença de um espaço para falar sobre as emoções pode prevenir adoecimento psicológico, na medida em que, segundo Baptista et al. (2022)¹⁵, a estratégia de criar ambientes seguros para compartilhar sentimentos possui êxito sustentado na literatura.

Quanto à terceira pergunta (“Eu pensei sobre...”), os dados indicaram que participar da atividade estimulou a reflexão sobre empatia e solidariedade. Empatia¹⁸ pressupõe a compreensão da situação do outro, o compartilhamento de sentimentos e a expressão da compreensão por meio de falas e comportamentos, para que o indivíduo se sinta aceito e confortado. Para Portt et al. (2020)²⁰, a empatia favorece a habilidade social de fazer e manter amizades. Desse modo, pode-se sugerir que estudantes com mais empatia podem perceber seus pares em sofrimento e oferecer apoio e facilitar a busca por ajuda em momentos de angústia. Assim, esses laços de solidariedade e afeto podem atuar na prevenção ao suicídio¹⁷.

Na quarta pergunta (“A partir do que eu aprendi, eu vou...”) os alunos perceberam que se manterão mais dispostos a ajudar os outros e prestar compreensão aos sentimentos e situações alheias. Também demonstraram cooperação quando disseram estar motivados a contribuir auxiliando os colegas nas atividades escolares. O que corrobora a pesquisa de Bento et al. (2022)¹⁹ realizada com a mesma população, onde alunos demonstraram valores de empatia, autoconhecimento e cooperação após passarem por intervenções sobre habilidades socioemocionais. Portanto, por meio dos relatos dos alunos foi possível identificar



a efetividade das oficinas e a sua possibilidade de gerar reflexão e incentivo a incorporação das habilidades sociais nas suas relações interpessoais.

Por fim, a quinta pergunta trouxe um feedback dos alunos que relataram a necessidade de mais intervenções sobre habilidades sociais e abrangendo maior número de pessoas, que é evidenciado pelos estudos de Bento et al. (2022)¹⁹, ao destacar a importância dessas ações nos espaços escolares. De fato, as intervenções de habilidades sociais podem prevenir o suicídio, estabelecer redes de apoio e desenvolvimento pessoal ²¹. Além disso, como afirma Leme et al. (2019)¹⁷, as habilidades sociais podem ser utilizadas como ferramentas de empoderamento dos estudantes e outros atores educacionais em suas práticas, possibilitando inclusive a diminuição de práticas discriminatórias.

Considerações Finais

Nossos resultados evidenciaram a valorização do debate promovido pelas oficinas em torno de temas classificados como tabus, como suicídio e expressão de emoções. Quanto aos sentimentos evocados pela atividade, destacam-se os de conforto, acolhimento e felicidade. Foi observado, também, que reflexões acerca da empatia nas relações interpessoais, do estímulo à solidariedade e à construção de planos de vida foram favorecidas pelas oficinas, como se pode observar nas perguntas “Eu pensei sobre...” e “A partir do que eu aprendi, eu vou...”.

A pesquisa apresenta contribuições importantes para o campo das habilidades sociais com enfoque no trabalho com adolescentes, durante os anos do Ensino Médio (EM). De fato, alunos de grêmios podem atuar como multiplicadores no contexto escolar, desenvolvendo habilidades sociais que favorecem uma comunicação mais efetiva, a resolução de conflitos de maneira construtiva e o estabelecimento de relacionamentos saudáveis e duradouros.

Tem-se como limitações uma população exclusivamente do Estado do Rio de Janeiro e o aspecto transversal do estudo, o que dificulta a verificação, a longo prazo, das variações



no comportamento dos participantes. Novas pesquisas que incluam uma amostra mais robusta, alunos de escolas privadas para diversificar o perfil de participantes e a realização de questionários de avaliação com pais e educadores são recomendadas para ampliar os conhecimentos sobre o tema.

Em conclusão, os resultados revelaram que os participantes almejam espaços para discutir e debater sobre temas relacionados à saúde mental e ao suicídio. Isso é crucial, pois demonstra que os adolescentes estão dispostos a se envolver e a aprender sobre tópicos sensíveis. Assim, os resultados do presente estudo mostraram a necessidade da continuidade de ações que estimulem o desenvolvimento das habilidades sociais na população adolescente. O investimento em atividades educativas e experiências práticas que promovam a empatia e a escuta ativa deve ser considerado por pais e educadores. Por fim, as informações irão contribuir com o planejamento de intervenções futuras, destacando a necessidade de abordagens contínuas e diversificadas para a prevenção do suicídio entre adolescentes do Ensino Médio.

Contribuições individuais de cada autor na elaboração do trabalho

Vanessa Barbosa Romera Leme: colaborou com a concepção e delineamento do estudo, redação da introdução e discussão dos resultados e aprovação da versão final do artigo.

Ana Júlia de Carvalho Pereira Alves: colaborou na redação da introdução, coleta de dados, interpretação dos resultados e discussão dos resultados.

Dameres Moreira de Carvalho: colaborou na redação da introdução, interpretação dos resultados e discussão dos resultados.

Victor de Lima Rosa: colaborou na redação da introdução, interpretação dos resultados e discussão dos resultados.



Bruna Silva de Araujo Teixeira: colaborou na coleta de dados, interpretação dos resultados e discussão dos resultados.

Taynara Maria da Silva Gomes: colaborou na redação interpretação dos resultados e discussão dos resultados.

Fernanda de Azevedo França: colaborou na análise e interpretação dos resultados, redação da introdução e discussão dos resultados.

Priscila Sá da Silveira: colaborou na redação da introdução, coleta de dados, interpretação dos resultados e discussão dos resultados

Adriana Pinheiro Serqueira: colaborou na redação da introdução, coleta de dados, interpretação dos resultados e discussão dos resultados

Luana de Mendonça Fernandes: colaborou na revisão da literatura, coleta de dados e análise e interpretação dos resultados.

Letícia Costa Leopoldino: colaborou na revisão da literatura, coleta de dados e análise e interpretação dos resultados.

Fernanda Pereira Calabar: colaborou na redação da introdução, coleta de dados, interpretação dos resultados e discussão dos resultados

Aline Penna-de-Carvalho: colaborou na análise e interpretação dos resultados, redação da introdução e discussão dos resultados.



Referências

1. Campanha setembro amarelo salva vidas! In: Setembro amarelo. 2022. Disponível em: www.setembroamarelo.com. Acesso em: 20/05/2023
2. RIBEIRO, José Mendes; MOREIRA, Marcelo Rasga. Uma abordagem sobre o suicídio de adolescentes e jovens no Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 23, p. 2821-2834, 2018.
3. PEREIRA, Anderson Siqueira et al. Fatores de risco e proteção para tentativa de suicídio na adultez emergente. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 23, p. 3767-3777, 2018.
4. CARNEIRO, Débora Sodré Gonçalves; DE LIMA, Cláudia Araujo. DEPRESSÃO, SUICÍDIO E HABILIDADES SOCIAIS NO ENSINO MÉDIO NAS ESCOLAS DE CORUMBÁ E LADÁRIO-MS. *APRENDER-Caderno de Filosofia e Psicologia da Educação*, n. 28, p. 215-232, 2022.
5. BENINCASA, Miria; REZENDE, Manuel Morgado. Tristeza e suicídio entre adolescentes: fatores de risco e proteção. *Boletim de psicologia*, v. 56, n. 124, p. 93-110, 2006.
6. DEL PRETTE, Zilda AP; DEL PRETTE, Almir. Competência social e habilidades sociais: manual teórico-prático. Editora Vozes Limitada, 2018.
7. DE MORAIS, Gisele Aparecida et al. Habilidades sociais e expectativas de futuro como preditores da autoeficácia para a escolha profissional. *Psico*, v. 52, n. 2, p. e32374-e32374, 2021.
8. RAMALHO, Gabriella Santos; MEDEIROS, Ilanna Pinheiro da C.; DE AZEVEDO PEIXOTO, Ana Cláudia. Uma Revisão Integrativa sobre a rede de apoio social de adolescentes vítimas de violência. *Revista Mosaico*, v. 12, n. 3, p. 81-89, 2021.
9. MIHALEC-ADKINS, Brittany P.; COOLEY, Morgan E. Examining individual-level academic risk and protective factors for foster youth: School engagement, behaviors, self-esteem, and social skills. *Child & Family Social Work*, v. 25, n. 2, p. 256-266, 2020.



10. FEITOSA, Fabio Biasotto; DEL PRETTE, Zilda AP; DEL PRETTE, Almir. Social skills and academic achievement: The mediating function of cognitive competence. *Temas em Psicologia*, v. 20, n. 1, p. 61-70, 2012.
11. Organização Pan Americana de Saúde [OPAS] (2016). Plan of action on mental health 2015-2020. Organização Mundial da Saúde. Disponível em: https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=11337:plan-of-action-on-mental-health-2015-2020&Itemid=41600&lang=f
12. DEL PRETTE, Almir; DEL PRETTE, Zilda Aparecida Pereira. *Psicologia das relações interpessoais e habilidades sociais: vivências para o trabalho em grupo*. Petrópolis: Vozes, 2002.
13. CAMARGO, Brígido Vizeu; JUSTO, Ana Maria. IRAMUTEQ: um software gratuito para análise de dados textuais. *Temas em psicologia*, v. 21, n. 2, p. 513-518, 2013.
14. RATINAUD, Pierre; MARCHAND, Pascal. Application de la méthode ALCESTE à de “gros” corpus et stabilité des “mondes lexicaux”: analyse du “CableGate” avec IRaMuTeQ. *Actes des 11eme Journées internationales d’Analyse statistique des Données Textuelles*, p. 835-844, 2012.
15. BAPTISTA, Makilim Nunes et al. Programas de prevenção ao suicídio: Revisão integrativa da literatura. *Revista Psicologia: Teoria e Prática*, v. 24, n. 2, p. ePTPPA14095-ePTPPA14095, 2022.
16. ESCOBAR, Amanda de Moraes Pinto Ribeiro; ARRUDA, Mariana de Fátima Alves; DE LORENA SOBRINHO, José Eudes. Estratégias de prevenção do suicídio e da autolesão voltadas para adolescentes em ambientes escolares: uma revisão integrativa da literatura. *Research, Society and Development*, v. 11, n. 3, p. e0411326157-e0411326157, 2022.
17. LEME, Vanessa Barbosa Romera et al. Habilidades Sociais e Prevenção do Suicídio: Relato de Experiência em Contextos Educativos. *Estud. pesquis. psicol.(Impr.)*, p. 284-297, 2019.



18. MACHADO, Susiane Elisabete; CALVETTI, Prislá. Instrumentos psicométricos para avaliação da empatia em crianças e adolescentes: revisão sistemática. *Psicologia em Revista*, v. 25, n. 3, 1044-1059, 2019.
19. BENTO, Elaine Gonçalo; DE SOUZA JÚNIOR, Gilberto Romeiro; ROSSI, Cláudia Maria Soares. O desenvolvimento das competências socioemocionais no Ensino Médio em tempos de pandemia da Covid-19. *Revista de Ensino, Educação e Ciências Humanas*, v. 23, n. 1, p. 103-110, 2022.
20. PORTT, Erika et al. Empathy and positive aspects of adolescent peer relationships: A scoping review. *Journal of Child and Family Studies*, v. 29, p. 2416-2433, 2020.
21. MORENO ARROBO, Digna Elizabeth. Habilidades sociales y su relación con los intentos de suicidio en los adolescentes del cantón Iatacunga. 2021. Dissertação de Mestrado. Pontificia Universidad Católica del Ecuador.