

INTERVENÇÃO EM IDOSOS REFERENTES A HABILIDADES SOCIAIS NO POLO

Resumo

O aumento da expectativa de vida traz grandes desafios quanto da qualidade de vida da população idosa no Brasil e na população mundial. O estudo das habilidades sociais na velhice tem mostrado que idosos com um bom repertório social tem uma maior rede de apoio social, melhor qualidade de vida e maior satisfação interna e social. Portanto, o presente trabalho tem como objetivo realizar através de dinâmicas de grupo, vivências e reflexões aprimorar suas capacidades de habilidades sociais.

Justificativa da proposta

O presente projeto procura investigar as deficiências e os pontos fortes do repertório de Habilidades Sociais de uma amostra idosos e que participam de um grupo social de apoio. Considerando-se a classe geral das habilidades sociais, é importante reconhecer que, como qualquer comportamento, trata-se de um constructo, inferido das relações funcionais entre as respostas de duas ou mais pessoas em interação, onde as respostas de uma delas são antecedentes ou consequentes para as da outra, de forma dinâmica e alternada no processo interativo. Um comportamento social somente é classificado como habilidade social quando contribui para a competência social em uma tarefa de interação social (Del Prette & Del Prette, 2001), ou seja são como os “tijolos construtores da competência social”. Com o aumento da expectativa de vida como fenômeno mundial, e em especial no Brasil, que tem crescido rapidamente, estudos sobre os processos de envelhecimento são importantes. As relações interpessoais são muito importantes na velhice, visto que ajudam a amenizar o impacto das perdas e limitações naturais fase. Um bom repertório de habilidades sociais tem relação com a saúde, a satisfação pessoal, a realização profissional e a qualidade de vida, visto que são classes de comportamentos sociais no repertório do indivíduo para lidar, de maneira adequada, com as demandas das situações interpessoais (Del Prette & Del Prette, 2009). Dessa forma poderemos propor pesquisas referentes ao manejo das relações interpessoais

Caracterização dos Beneficiários

Idosos independentes, ou seja, com capacidade de se locomoverem e possuam boa capacidade cognitiva na qual procurem sobre habilidades sociais para que busquem uma maior autonomia interacional e procurem aumentar suas interações.

Fundamentação teórica

O conjunto das habilidades requeridas para relações interpessoais satisfatórias inclui diferentes classes e subclasses dentre as quais as habilidades de comunicação, assertivas, empáticas, de civilidade, de expressividade emocional, de trabalho etc. (Carneiro & Falcone, 2004; Carneiro, Falcone, Clark, Del Prette, & Del Prette, 2007; Del Prette & Del Prette, 2009). Dentre o repertório de comportamentos socialmente habilidosos temos exemplos como: manifestar opinião, fazer, aceitar e recusar pedidos, expressar emoções positivas ou negativas, lidar com críticas, desculpar-se e admitir falhas, encerrar relacionamentos, e etc. (Del Prette & Del Prette, 2009; Fernandes, Falcone, & Sardinha, 2012). Essas habilidades são consideradas como assertivas, uma vez que envolvem capacidade para defender os próprios direitos, além de expressar pensamentos e sentimentos de forma direta e honesta, sem ofender ou desrespeitar os outros (Del Prette & Del Prette, 2009; Fernandes, Falcone, & Sardinha, 2012; Caballo, 2006).

Outros exemplos de habilidades sociais referem-se a compartilhar emoções, colocar-se no lugar dos outros, ouvir sem julgar, respeitar e aceitar pontos de vista muito diferentes, perdoar

ofensas, confortar, comportar-se de forma altruísta e ser capaz de entender a perspectiva do outro em situações de conflito de interesses, que são referidas na literatura como habilidades empáticas, pois envolvem compreender e demonstrar compreensão acurada das perspectivas e dos sentimentos dos outros, além de experimentar compaixão ou consideração pelo estado de alguém (Del Prette & Del Prette, 2009).

Em qualquer relação interpessoal são requeridas habilidades para que a convivência seja satisfatória aos envolvidos na interação. O aperfeiçoamento das habilidades sociais é uma estratégia importante na velhice, pois elas se relacionam com a saúde, com a melhor qualidade de vida e à maior satisfação pessoal (Machado, Campos, & Rabelo, 2013). Quando bem desenvolvidas e bem adaptadas, as habilidades sociais podem atuar como fator de proteção no curso do desenvolvimento humano.

Verifica-se que um bom repertório de habilidades sociais, especialmente na velhice, em que o apoio social e as relações interpessoais são extremamente necessárias para o idoso é de extrema importância. Como apontam Del Prette e Del Prette: “a importância de se avaliar o repertório de habilidades sociais se justifica amplamente dada a sua relação com a saúde, a satisfação pessoal, a realização profissional e a qualidade de vida” (2009, p.11). Segundo Lopes (2003) a proposta de atividades de idosos com grupos de iguais possibilita aos indivíduos continuarem senhores dos seus desejos individuais sem sucumbirem à sugestão de aderir ao padrão que valoriza apenas a juventude como modelo. A ideia não é segregar, mas ampliar as possibilidades de trabalhar a identidade na velhice.

Entendemos que a realização de projetos como esse são importantes e ajudam a compreender como as habilidades sociais podem contribuir na qualidade de vida dessa parcela da população, visando também as demandas da nossa sociedade.

Objetivos e metas

A partir da reflexão conjunta, os idosos poderão ter a oportunidade de rever conceitos objetivando obter novas atitudes frente às situações vividas no tempo presente. A convivência com seus pares poderá lhes dar a oportunidade de compartilharem novas vivências, identificarem-se, enfrentarem questões e permitirem ações atuais e futuras, assim como elaborarem o já vivido. Os alunos de extensão terão a oportunidade de construir um posicionamento crítico com relação à velhice e ao envelhecimento, compreendendo a complexidade do processo saúde-doença nesta faixa etária.

Os participantes, na medida em que vivenciarão o processo de trabalho em grupo, deverão expressar suas vivências cotidianas, seus problemas e necessidades – o que deve ser relevante para a formação do espírito de cooperação, apoio mútuo, solidariedade e pertencimento.

Metodologia

O presente projeto adotará os seguintes métodos: entrevistas, dinâmicas de grupo, atividades interativas como dança, canto, dramatizações e discussões sobre temas que são pertinentes aos idosos. Essas atividades poderão possibilitar aumento dos seus repertórios de habilidades sociais com melhoria da auto-estima. A pré-análise consiste no levantamento de dados e aspectos importantes das questões que serão trabalhadas, tais como dados de saúde, cuidados físicos/emocionais, mudanças de rotina na vida do

integrante e de seus familiares, auto-cuidado e outros. Esses dados serão coletados por entrevistas. Para uma melhor contextualização serão investigados quais fatores os idosos possuem facilidades e dificuldades nas questões de interação social. Dessa forma é possível traçar o perfil do grupo e, ao mesmo tempo, ter uma visão geral de cada integrante.

Assim poderemos propor vários temas e esse processo é importante para que as coordenadoras possam fazer um trabalho com o grupo e conduzir a oficina de maneira equilibrada em seus vários momentos. Em torno do foco são determinados os temas-geradores, que introduzem no grupo motivação, relações do conteúdos de suas vidas, conhecimento sobre preconceitos, crenças e representações, dúvidas e questões, emoções relacionadas ao cuidado com a saúde, necessidade de informação e outros assuntos pertinentes. Portanto, o foco é determinado pelo núcleo.

Os temas-geradores destacam aspectos do foco a fim de mobilizar o grupo.

Apenas um tema-gerador é destacado para cada encontro. É possível alongar um tema por mais de um encontro, especialmente se for detectado que o tema gerou muito interesse no grupo. Vale lembrar que os temas-geradores servem apenas para motivar o grupo, a fim de prosseguir com a investigação de sentimentos e fazer associações para que os mesmos possam elaborar melhor os assuntos focados.

Os idosos poderão ter a oportunidade de rever conceitos possibilitando novas atitudes frente às situações vividas no tempo presente. A convivência com seus pares poderá lhes dar a oportunidade de compartilharem vivências, identificarem-se, enfrentarem questões e permitirem ações atuais e futuras, assim como elaborarem o já vivido.

Os alunos extensionistas terão a oportunidade de construir um posicionamento crítico com relação à velhice e ao envelhecimento, compreendendo a complexidade do processo saúde-doença nesta faixa etária. Ocasionalmente palestrantes serão convidados para expor determinadas questões, como violência contra idosos, direitos dos mesmos. Enfim o auto-cuidado enquanto prática para a saúde humana requer, por vezes, o desenvolvimento de habilidades e visa à manutenção da vida, saúde e bem-estar, seja ele físico ou psíquico.

Relação com o PPC dos discentes

O PPC do curso de Psicologia contempla três ênfases:

- Processos e contextos educacionais: saberes e práticas em Psicologia. A ênfase tem como meta desenvolver competências e habilidades necessárias para realizar avaliações e intervir em diferentes contextos e processos de educação formal e informal, atuando junto a diferentes personagens do ato educativo.

- Processos psicossociais e da saúde: saberes, contextos e práticas em Psicologia. A ênfase tem como meta desenvolver competências e habilidades necessárias à implementação de avaliações e intervenções em diferentes contextos e processos de saúde.

- Psicologia e processos de investigação científica. A ênfase tem como meta propiciar a concentração em conhecimentos, habilidades e competências de pesquisa em psicologia, visando capacitar o formando para analisar criticamente diferentes estratégias de pesquisa, conceber, conduzir e relatar investigações científicas de distintas naturezas.

Impacto na formação discente

Esse projeto possibilita aos alunos adquirirem experiência no manejo das interpretações da fala e comportamento dos participantes, além de elaborarem e conduzirem dinâmicas de grupo, vivências e interações que são fundamentais para a formação do psicólogo.

Integração entre extensão e pesquisa

Assim esse projeto foca nas duas primeiras ênfases, possibilitando nos alunos extensionistas adquirirem experiência no manejo do uso de determinados testes psicológicos, além de elaborarem e conduzirem dinâmicas de grupo, vivências e interações que são fundamentais para a formação do psicólogo. Enfim, as mesmas terão a oportunidade de construir um posicionamento crítico com relação ao envelhecimento, compreendendo a complexidade do processo saúde-doença nesta faixa etária. Esse projeto também tem potencial para enriquecer o conteúdo da disciplina eletiva "Temas atuais em Psicologia do Desenvolvimento e Educacional 3" (Ementa: Disciplina de conteúdo variável que visa aprofundar a discussão de temas atuais em Psicologia do Desenvolvimento e Educacional).

Relação com a sociedade e impacto social

A partir da reflexão conjunta, os idosos poderão ter a oportunidade de rever conceitos possibilitando novas atitudes frente às situações vividas no tempo presente. A convivência com seus pares lhes darão oportunidades de compartilharem vivências, identificar-se, enfrentarem questões e permitirem ações atuais e futuras, assim como elaborarem o já vivenciado.

Indicadores de acompanhamento e avaliação

O acompanhamento será feito através de observações nos encontros semanais e serão avaliados as facilidades e dificuldades encontradas nas aquisições de novas habilidades sociais.

Cronograma de atividades

outubro a dezembro de 2022 - Vivências e dinâmicas de grupo sobre os temas guias propostos pelo grupo.

março a julho de 2022 - Vivências e dinâmicas sobre os temas propostos pelo grupo e consequente resoluções e/ou solução sobre esses assuntos.

Estimativas de beneficiários a serem atendidos 20

Bibliografia

Carneiro, R. S., Falcone, E., Clark, C., Del Prette, Z. A. P., & Del Prette, A. (2007). Qualidade de vida, apoio social e depressão em idosos: Relação com habilidades sociais. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 20(2), 229- 237.

Del Prette, A., & Del Prette, Z. A. P. (2001). *Psicologia das relações interpessoais: Vivências para o trabalho em grupo*. Petrópolis: Vozes

Del Prette, Z. A. P., & Del Prette, A. (2008). *Psicologia das habilidades sociais na infância: Teoria e prática*. Petrópolis: Vozes.

Del Prette, Z. A. P. & Del Prette, A. (2009). *Inventário de habilidades sociais: Manual de aplicação, apuração e interpretação (4ª Ed.)*. Casa do Psicólogo: São Paulo

Fernandes, C. S., Falcone, E. M. O, & Sardinha, A. (2012). Deficiências em habilidades sociais na depressão: Estudo comparativo. *Psicologia: teoria e prática*, 14(1), 183-196.

Lopes, R. G. C. (2003) Diversidade na velhice – reflexões. *Revista Serviço Social & Sociedade*. São Paulo – Nº 75 ano XXIV , São Paulo, Cortez.