

**UM OLHAR PARA ALTAS HABILIDADES/ SUPERDOTAÇÃO E
HABILIDADES SOCIAIS NA SAÚDE MENTAL E MELHORA DA
QUALIDADE DE VIDA****A LOOK AT HIGH SKILLS / GIFTEDNESS AND SOCIAL SKILLS IN
MENTAL HEALTH AND IMPROVED QUALITY OF LIFE**

Aline Carolina Bassoli Barbosa¹
Vera Lucia Messias Fialho Capellini²
Alessandra Turini Bolsoni-Silva³

Data de recebimento: 15/06/2022
Data de aceite: 22/06/2022

Resumo

O estudo de altas habilidades/superdotação se desenvolveu de forma significativa por meio de pesquisas científicas atuais com esse seguimento. Estudos correlacionam as habilidades acima da média com a presença de indicadores clínicos de saúde mental como ansiedade e depressão, bem como *déficits* em habilidades sociais. Diante da possibilidade de realizar treinamento para desenvolvimento de comportamentos socialmente habilidosos e tendo em vista que tais aspectos proporcionam ao indivíduo fatores de proteção e bem-estar psicológico, o presente ensaio visa a reflexão dos benefícios que um treinamento em habilidades sociais pode proporcionar na qualidade de vida e na saúde mental desses indivíduos. Foram analisados estudos com este seguimento e por meio desta intervenção identificou-se melhoras nos indicadores clínicos de saúde mental desta população.

Palavras-chave: Altas habilidades/superdotação. Habilidades sociais. Saúde mental. Qualidade de vida.

Abstract

¹ Mestre em Psicologia do Desenvolvimento e da Aprendizagem (UNESP-Bauru, SP), Graduação em Psicologia (Universidade Paulista - Bauru, SP). E-mail: barbosa.acb@gmail.com

² Professora Pesquisadora Produtividade (CNPQ-2019-2021), Livre docente em Educação Inclusiva, Professora Adjunta (Educação, do Programa de Pós-graduação em Psicologia do Desenvolvimento e Aprendizagem e do Programa de Mestrado Profissional em Docência para a Educação Básica) (UNESP - Bauru, SP), Pós-Doutorado (Universidade de Alcalá - Espanha), Doutora em Educação Especial (UFSCar, SP), Mestre em Educação Especial (UFSCar, SP), Graduada em Pedagogia (Universidade Metodista de Piracicaba). E-mail: vera.capellini@unesp.br

³ Professora Associada (Livre Docência) (Adjunto 3) em Psicologia Clínica (Unesp - Bauru, SP), Pós-Doutora (Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto, USP, SP), Doutora em Psicologia (USP, SP), Mestre em Educação Especial (Educação do Indivíduo Especial) (UFSCar, SP), Graduada em Psicologia (UFSCar, SP). E-mail: bolsoni.silva@unesp.br

The study of high abilities/giftedness has developed significantly through current scientific research with this segment. Studies correlate above-average skills with the presence of clinical indicators of mental health such as anxiety and depression, as well as deficits in social skills. Faced with the possibility of training for the development of socially skilled behaviors and considering that such aspects provide the person with protective factors and psychological well-being, this essay aims to reflect on the benefits that training in social skills can provide in the quality of life and mental health of these people. Studies with this follow-up were analyzed and, through this intervention, improvements were identified in the clinical indicators of mental health in this population.

Keywords: High abilities/gifted. Social skills. Mental health. Quality of life.

Introdução

Atualmente há diversas abordagens acerca do desenvolvimento humano e a aprendizagem, uma área de estudo relativamente recente se refere às altas habilidades/ superdotação (AH/SD). O número de pessoas com superdotação pode alcançar cerca de 5% da população brasileira, conforme a estimativa da Organização Mundial de Saúde - OMS (FREITAS; PEREZ, 2012, citado por FUNDAÇÃO CATARINENSE DE EDUCAÇÃO ESPECIAL, 2016). E de acordo com o teórico Renzulli (2004), os indicativos de superdotação estão em três fatores: habilidade acima da média, envolvimento com a tarefa e criatividade, caracterizando sua Teoria dos Três Anéis.

Ainda conforme o teórico, a inteligência não é um conceito unitário, não sendo possível defini-la de uma única maneira, pois existem muitos tipos de inteligência e também não há uma única forma ideal de medi-la (RENZULLI, 2018). E, atualmente, há estudos que associam altas habilidades, em especial as verbais, com os distúrbios imunológicos e mentais, como por exemplo a depressão (JACKSON e PETERSON, 2003; WRAW, DEARY, DER e GALE, 2016 citado por KARPINSKI *et al.*, 2017 citado por KARPINSKI *et al.*, 2017) e ansiedade.

Portanto, outro aspecto a ser considerado no estudo do desenvolvimento humano e sua interface com a aprendizagem, consiste nos fatores emocionais, uma vez que as emoções produzem alterações na fisiologia e nos processos mentais, mobilizando os recursos cognitivos existentes. Atuam também como sinalizador interno de que algo está acontecendo e promovem interações sociais por meio de suas sinalizações, pelo reconhecimento das emoções uns nos outros, o que influencia diretamente no aprendizado (CONSENZA; GUERRA, 2011). Dessa forma, podemos afirmar que a ansiedade e o estresse podem ter efeitos deletérios na aprendizagem, bem como comportamentos socialmente habilidosos, a capacidade de autorregulação e motivação podem produzir efeitos benéficos na mesma.

No âmbito das AH/SD, conforme os dados elencados por Winner (1998, citado por CHAGAS e FLEITH, 2011) e Lee (2002, citado por CHAGAS e FLEITH, 2011) a precocidade no desenvolvimento físico, cognitivo e social, altos níveis de atenção e concentração, memória de reconhecimento exacerbada, preferência por novidades e linguagem oral avançada, podem levar a dificuldades nas habilidades sociais, sendo possível identificar a correlação das AH/SD com dificuldades nos âmbitos sociais.

À vista disso, as vivências acadêmicas, a adaptação e integração às demandas do contexto e o desenvolvimento de um bom repertório de habilidades sociais pode contribuir de forma significativa para a qualidade das experiências do indivíduo. Tais aspectos constituem no aprendizado de repertórios de habilidades interpessoais tanto no momento presente - acadêmico -, quanto para experiências profissionais futuras (SOARES; DEL PRETTE, 2015). E um repertório de habilidades sociais também pode ser considerado um fator de proteção ao desempenho acadêmico no âmbito universitário e promotor de bem-estar psicológico. Tal repertório pode ser desenvolvido por meio de treinamento em habilidades sociais, que pode instrumentalizar o indivíduo para o manejo das demandas contextuais de sua rotina (SANTOS, 2021).

Considerando que o desenvolvimento das habilidades sociais pode contribuir de forma substancial para a qualidade de vida e como um fator de proteção psicológico principalmente em estudantes com indicativos de ansiedade e depressão ou mesmo com o objetivo de autoconhecimento, acrescido o fator identificado de altas habilidades/superdotação, julga-se interessante e necessário o estudo sobre o impacto do treino de habilidades sociais nos indicadores de saúde mental e o desenvolvimento de comportamentos habilidosos nesta população.

Desenvolvimento

Ao longo dos séculos os conceitos de inteligência, principalmente acima da média, permearam diversos mitos, relacionados à religiosidade nos séculos XV e XVI, até o estudo científico que perpassou pelas diferenças individuais. O que pode ser identificado no estudo de Francis Galton, o qual demonstrou que as habilidades mentais eram transmitidas da mesma forma que os traços físicos, através das gerações (VIRGOLIM, 2018, p. 30). Até chegarmos aos estudos dos primeiros testes de inteligência realizados pelo psicólogo inglês Charles Spearman. Ele idealizou a técnica conhecida como *análise fatorial* que teve por finalidade investigar a estrutura da inteligência, e notou desempenhos similares de um mesmo sujeito em diferentes testes de inteligência, concluindo que todas as pessoas têm uma inteligência geral, denominada de *fator*. Para o pesquisador a inteligência consistia um construto teórico único e imutável, hereditário, que estaria na base de todas as funções intelectuais (VIRGOLIM, 2018, p. 36).

Em continuidade dos estudos acerca da inteligência, os achados do teórico Cattell, são notáveis até a atualidade, o pesquisador dividiu o *fator g* em dois fatores: habilidade fluida, que consiste na *inteligência fluida (Gf)* associada a componentes verbais, mais determinada por aspectos genéticos do que culturais, pouco dependente de conhecimentos previamente adquiridos e da influência de aspectos culturais. E *inteligência cristalizada (Gc)*, desenvolvida com base em experiências culturais e educacionais, presentes na maioria das atividades escolares (SCHELINI, 2006 citado por VIRGOLIM, 2018, p. 46).

Chegando nas pesquisas realizadas na Universidade de Georgia, E. P. Torrance trabalhou com as quatro dimensões cognitivas da criatividade propostas por Guilford: fluência, flexibilidade, originalidade e elaboração e, em 1966, elaborou seu teste que foi intitulado de “Teste de Pensamento Criativo de Torrance”. E, atualmente, os testes de Torrance estão entre os mais utilizados na bateria de avaliação para superdotação (VIRGOLIM, 2018, p. 48).

Outro aspecto contemporâneo da inteligência a ser considerado, é a Teoria das Inteligências Múltiplas, elaborada pelo psicólogo Howard Gardner, da Universidade de Harvard, o qual propõe que o intelecto humano possui várias capacidades mentais. Esta teoria focaliza os potenciais humanos e o autor define a inteligência como sendo: “a habilidade ou conjunto de habilidades que permite ao indivíduo resolver problemas ou modelar produtos importantes em um ambiente cultural particular” (RAMOS-FORD; GARDNER, 1997 citado por VIRGOLIM, 2018, p. 59). Para ele a competência humana cognitiva é descrita em oito (ou mais) habilidades, talentos ou capacidades mentais universais (GARDNER, 1983, 1993 e 1999 citado por VIRGOLIM, 2018, p. 59), dentre as quais: linguística, lógico-matemática, espacial, musical, corporal-cinestésica, interpessoal, intrapessoal e naturalista, o autor também considera a inclusão de uma nona inteligência que se refere à inteligência existencial. Ainda segundo Gardner (1983 e 1993 citado por VIRGOLIM, 2018, p. 61), o indivíduo pode ter uma alta capacidade em um tipo de inteligência e baixa em outro tipo, mas mesmo assim alcançar destaque social.

Neste olhar para a inteligência, é possível identificar ações no Brasil, desde 1924 foram realizados atos com a finalidade de identificar e oferecer atendimento educacional para alunos com superdotação, adotando-se para estes a terminologia de *super-normais*. Em 1929, na Reforma do Ensino Primário, Profissional e Normal do Estado do Rio de Janeiro, elaborou-se a primeira lei para alunos superdotados, porém não teve repercussão federal. Em 1961, a Lei 4.024 nos arts. 88 e 89 previu a educação dos *excepcionais* (NOVAES, 1979 citado por DELOU, 2012, p. 130).

De acordo com Helena Antipoff, excepcionais eram indivíduos que necessitavam de tratamento especial: pessoas com deficiência intelectual, os que tinham problemas de condutas e pessoas com AH/SD. Em 1967 foi criada, pelo Ministério de Educação e Cultura, uma comissão que estabelecia critérios de identificação e atendimentos aos superdotados e, na década de 70, foi realizado, na Universidade de Brasília, o primeiro seminário sobre superdotados no Brasil, reunindo especialistas de alto planejamento nacional para a área. Criou-se na ocasião o Projeto Prioritário 35, documento integrado ao Plano Setorial de Educação e Cultura para o biênio 1972-1974, que estabeleceu os princípios doutrinários para o Centro Nacional de Educação Especial, Cenesp, e “uma política de ação do MEC com relação ao superdotado” (NOVAES, 1979 citado por DELOU, 2012, p. 130).

Perante a correlação existente entre a superdotação acadêmica e a probabilidade de obtenção de notas elevadas no contexto escolar, bem como a presença de graus variados de superdotação acadêmica, são necessárias modificações mais apropriadas ao desenvolvimento das capacidades desses alunos diante do currículo pedagógico (RENZULLI, 2014). Considerando o desenvolvimento acadêmico, é papel da escola se preparar para atender os estudantes, de acordo com suas particularidades e necessidades, uma vez que, a AH/SD está contemplada nas diretrizes da Educação Especial, conforme dispõe a Lei nº 9.394, de 20 de

dezembro 1996; Decreto nº 7.611, de 17 de novembro de 2011. Dessa forma, também é necessário atuar no desenvolvimento das habilidades, incluindo as acadêmicas, visando a formação em todos os aspectos de sua vida (OLIVEIRA; CAPELLINI; RODRIGUES, 2020).

As AH/SD envolvem aspectos cognitivos e de personalidade da pessoa, não sendo decorrentes apenas da mensuração do QI, mas sim dependentes também do grau que uma determinada habilidade é apreendida, interiorizada e expressa, do nível de motivação que a pessoa apresenta ao realizar tarefas específicas e do alcance que a originalidade de suas ideias pode trazer ao que é executado (VIRGOLIM, 2018, p. 67).

Na contemporaneidade, Renzulli tem pesquisado os componentes não cognitivos que afetam os comportamentos de superdotação, denominando essa busca de *Operação Houndstooth*. Este renomado autor identificou seis principais fatores cognitivos no desenvolvimento das habilidades humanas: otimismo, coragem, romance com um tópico ou disciplina, sensibilidade para questões humanas, energia física/mental e visão/sentido de destino (REZULLI, 2005 citado por VIRGOLIM, 2018, p. 68), sendo que tais fatores interagem com os demais e colaboram para o desenvolvimento das habilidades dos três anéis (VIRGOLIM, 2018 p. 68).

Atualmente entende-se que a capacidade do aprendizado pode aumentar ou diminuir dependendo dos estímulos que o indivíduo recebe ao longo de seu desenvolvimento. Para Sabatella (2008, p. 28) o processo de retenção de informações é otimizado pela qualidade, força e velocidade dos estímulos recebidos, sendo que a metodologia de ensino adequada pode incentivar o crescimento de ramificações de dendritos, já que a complexidade da rede de conexões entre os neurônios pode alterar a quantidade de células gliais, bem como a realização de exercícios que desafiam a aprendizagem podem possibilitar um aumento no número de sinapses.

Dessa forma, é possível considerar que a superdotação não é uma característica puramente inata. Indivíduos muito inteligentes são biologicamente diferentes, uma vez que sua estrutura cerebral dispõe de um número maior de células gliais e conexões sinápticas. A presença desta herança genética aliada às oportunidades ambientais favoráveis pode fazer surgir a superdotação. A diferenciação da média da população é medida pelas conquistas acadêmicas, produção e capacidade de utilizarem as características genéticas herdadas, visando desenvolver a estrutura formada (SABATELLA, 2008, p. 29). Conforme estudos realizados, indivíduos com AH/SD têm uma estrutura neurológica reforçada e mais funcional nas regiões do córtex pré-frontal, responsáveis pelo controle cognitivo e memória operacional (GEAKE, 2020).

Após as definições de inteligência, o cerne deste ensaio consiste na relação das AH/SD com as habilidades sociais, uma vez que a saúde mental está englobada na garantia de saúde. E o quanto intervenções efetivas nestes aspectos podem trazer qualidade de vida para esses indivíduos.

Conforme Del Prette e Del Prette (2001 citado por PEREIRA, 2013, p. 13) as habilidades sociais são definidas como a existência de diferentes classes de comportamentos sociais no repertório do indivíduo para lidar de maneira adequada com as demandas das situações interpessoais. Ainda segundo os autores, para o desenvolvimento de habilidades sociais, é necessário um planejamento de interações sociais escolares com objetivos educativos, isso deve ocorrer desde a primeira infância, uma vez que a aquisição de repertórios sociais habilidosos tende a favorecer o sucesso acadêmico e um melhor ajustamento social.

Ainda na esteira destes autores, existem três tipos de relações entre os déficits de habilidades sociais e os transtornos psicológicos que devem ser destacados: a) fator de risco ou vulnerabilidade para problemas psicossociais ou transtornos psicológicos; b) sintomas associados a diferentes transtornos psicológicos e c) parte dos efeitos de vários transtornos. Assim, eles enfatizam que o treinamento em habilidades sociais é o componente principal na terapêutica de problemas relacionados à fobia social, ansiedade social, timidez, isolamento social, agressividade, delinquência, depressão, problemas conjugais e familiares, assim como em dificuldades de aprendizagem, esquizofrenia, transtorno do espectro autista, deficiências sensoriais físicas e mentais, dependência química, problemas de comportamento, déficit de atenção e hiperatividade (DEL PRETTE e DEL PRETTE, 2002 citado por DEL PRETTE et al., 2015, p. 319).

Dessa forma, para estabelecer relações duradouras e gratificantes, visando a prevenção de agravos na saúde mental, é necessário o estabelecimento de vínculos sociais e o sucesso nas relações interpessoais que irão contribuir para o desenvolvimento, realização pessoal e qualidade de vida (DEL PRETTE; FALCONI; MURTA, 2013). Diante de tais aspectos, é possível afirmar que um Treinamento de Habilidades Sociais (THS) é válido para a melhora de indicadores de ansiedade e humor.

Pereira, (2013, p. 15), menciona que o conceito de treinamento para Skinner, consiste em possibilitar a discriminação de contingências do ambiente, proporcionando a identificação das consequências da emissão de respostas aumentando a probabilidade de reforçamentos. Ainda para Skinner,

os treinamentos teriam como objetivo o aumento do número de ocorrência dos comportamentos habilidosos e diminuição dos problemas de comportamento. Pereira, (2013, p. 15), refere que:

Por vezes, a expressão “treinamento” encontra-se relacionada com fatores negativos em intervenções com seres humanos. Isso ocorre pelo fato de se entender a expressão como “enquadre”, ou seja, um esforço em modelar comportamentos esperados. Destarte, o conceito de treinamento presente nos programas de habilidades sociais consiste em favorecer a discriminação das contingências do ambiente e identificar as consequências do responder, de modo a aumentar a probabilidade de reforçamento (SKINNER, 1998). Considerando que respostas socialmente habilidosas encontram na comunidade verbal maior incidência de reforço positivo, os treinamentos teriam por objetivo o aumento do número de ocorrências de apresentação do comportamento habilidoso, e, conseqüentemente, a diminuição dos problemas de comportamento (SKINNER, 1975). Paralelamente, aumentam as oportunidades de resposta a contingências que envolvam repertório acadêmico.

Seguindo tais conceitos, a dificuldade nas relações interpessoais na universidade pode prejudicar a qualidade de vida, bem como o aprendizado acadêmico de estudantes devido à diminuição de reforçadores obtidos (BOLSONI-SILVA, 2009; PACHECO, RANGÉ, 2006 citados por ORTI; GIROTTI; BOLSONI-SILVA, 2015). Diante do exposto, considerando-se um ambiente universitário e de aprendizagem, é necessário se atentar à saúde mental desta população e, uma das formas de promovê-la pode ser por meio da intervenção com o treino de habilidades sociais.

De acordo com Chagas-Ferreira, Vilarinho-Rezende, Prado e Lima (2019), as competências sociais relacionadas às situações vivenciadas pelo indivíduo são indicadores para avaliar o desenvolvimento psicossocial, sendo o THS uma oportunidade de melhora no automonitoramento e interações de jovens com AH/ SD, visto que esses jovens podem ter dificuldades em encontrar pares com interesses semelhantes e sofrer pressões sociais diante da necessidade adequação às normas culturais.

Demandas relacionadas à ansiedade e depressão têm alta prevalência na população e podem levar a dificuldades interpessoais e, no caso de jovens universitários, em dificuldades acadêmicas e na vida profissional. Estudos realizados entre universitários indicam maiores níveis de prevalência da ansiedade em relação à depressão e diversos estudos relacionam *déficit* de habilidades sociais com o impacto direto na saúde mental (BOLSONI-SILVA; LOUREIRO, 2015).

Uma vez que o THS promove a melhora nos comportamentos sociais por meio de estratégias aprendidas pelo indivíduo, tais comportamentos podem auxiliar no âmbito interacional universitário, familiar, nos relacionamentos amorosos e de amizades, bem como no contexto profissional.

Gresham (2013, p. 20) expõe que as habilidades sociais são competências que facilitam a iniciação e manutenção de relacionamentos sociais positivos, contribuem para a aceitação por colegas e resultam em ajustamento acadêmico satisfatório.

No que concerne a obtenção dos objetivos, os indivíduos embasam suas ações em necessidades biológicas, sociais e cognitivas, desenvolvendo planos de ações, a emoção traduz estados internos e condições ambientais que podem ser ameaçadoras ou benéficas para alcançar esses objetivos. Assim, a emoção tem caráter motivacional e adaptativo, é responsável pela mudança de comportamento e de ações que podem levar ao bem-estar do sujeito ou ao sofrimento (no caso de doenças psiquiátricas) (RIBEIRO, 2015, p. 98). Dessa forma, um comportamento aprendido que apresente reforçadores positivos para um indivíduo tem relação direta com sua saúde mental, por isso o THS é eficaz na melhora de sintomas relacionados à ansiedade, depressão e estresse.

E a importância de viabilizar a oportunidade de um treinamento para indivíduos com AH/SD, se justifica por meio de estudos como os dos autores Karpinski, Kolb, Tetrault e Borowski (2018), que em sua teoria *hyper brain/hyper body*, identificaram que os indivíduos com alto nível intelectual possuem uma notável capacidade de perceber e internalizar incertezas, capacidades e problemas, o que pode ser um catalisador para a sua capacitação e autoatualização ou um preditor de desregulação e defasagem. Há diversas pesquisas que relacionam o alto nível de inteligência com defasagens emocionais e imunológicas, com o objetivo de identificar processos psiconeuroimunológicos (PNI). Conforme estudos realizados, foi

identificado um processo PNI, no qual indivíduos com o *hyper brain*, ou seja, com um desempenho cognitivo de 130 ou além desse índice, possuem uma tendência de responder aos estressores ambientais por meio da *ruminação* e preocupação, que são preditores positivos para o risco de problemas de alta estimulação psicológica e que podem levar a transtornos afetivos como depressão e ansiedade. Tais distúrbios também estão intimamente associados a um *hyper body* que se manifesta por meio de alta estimulação fisiológica causando desregulação da imunidade e inflamações que também podem instigar o bidirecionamento de efeitos psicológicos (KARPINSKI; KOLB; TETRAULT; BOROWSKI, 2018).

Considerações Finais

Com o embasamento na dissertação de mestrado de Barbosa (2021) por meio da execução de um THS seguindo as diretrizes do treinamento estruturado PROMOVE - Universitários (BOLSONI-SILVA; FOGAÇA; MARTINS; TANAKA, 2020), com 5 estudantes previamente identificados com AH/SD acadêmica, durante a pandemia Covid-19, e obtendo a redução dos índices clínicos de ansiedade, depressão, com o desenvolvimento de autoconhecimento e comportamentos socialmente habilidosos, os dados foram obtidos por meio de escalas de humor, habilidades sociais e relatos dos participantes e demonstraram mudanças significativas na saúde mental e qualidade de vida dos participantes da pesquisa.

Assim é possível afirmar, conforme os estudos de Del Prette e Del Prette (2018) que a realização de um treinamento em grupo de habilidades sociais é efetivo para a saúde mental do indivíduo, uma vez que comportamentos sociais indesejáveis geram resultados insatisfatórios para o indivíduo, podendo resultar em represálias e interrupção de amizades.

O estudo de Chagas-Ferreira, Vilarinho-Rezende, Prado e Lima (2019), refere que o Treinamento em Habilidades Sociais (THS) pode ser efetivo no desenvolvimento de habilidades sociais de jovens habilidosos, auxiliando na adaptação ao contexto ambiental do indivíduo e na melhora dos indicadores de humor, tais dados corroboram com os resultados obtidos na pesquisa de Barbosa (2021).

É possível identificar que o THS pode ser utilizado para problemas ou transtornos psicológicos, uma vez que um bom repertório de habilidades sociais funciona como fator protetor no desenvolvimento da saúde mental. Moretto (2017) em sua dissertação de mestrado, realizou o THS com universitários e também obteve melhora nos indicadores de saúde mental entre a população participante da pesquisa. Santos (2021) em sua dissertação de mestrado verificou que um repertório de habilidades sociais é um fator de proteção da saúde mental e bem-estar psicológico, no contexto da pandemia Covid-19.

O estudo realizado por Brito *et. al* (2020) confirma que o THS colabora com o desenvolvimento de autoconhecimento, melhorando a qualidade de vida. Esta conclusão ainda é encontrada nos estudos de Chaves (2020) que comprova o desenvolvimento de repertório de habilidades sociais e empatia por meio de THS.

Del Prette e Del Prette (2018) ao relatarem que o autoconhecimento é base para a previsão e controle dos próprios comportamentos nas interações sociais, estabelecem que o THS é uma estratégia viável para a promoção do autoconhecimento. A competência social é um fator para o desenvolvimento de um ajustamento social adequado e a melhora das interações (CHAGAS-FERREIRA; VILARINHO-REZENDE; PRADO; LIMA, 2019).

No estudo de Chagas-Ferreira, Vilarinho-Rezende, Prado e Lima (2019), foi identificado o aumento da frequência de comportamentos socialmente habilidosos, principalmente no âmbito de expressar sentimentos e opiniões dos participantes, tais dados corroboram com a pesquisa de Barbosa (2021).

Na análise de Barbosa (2021) foi possível identificar a diminuição no nível de ansiedade e aumento no repertório social que estão alinhadas com os resultados obtidos por Ferreira, Oliveira e Vandenberghe (2014), bem como no estudo realizado por Orti, Girotti e Bolsoni-Silva (2015), que identifica a aprendizagem de comportamentos socialmente habilidosos como lidar com críticas e controle de comportamentos agressivos aplicando o THS. Tais achados corroboram ainda com Del Prette, Falcone e Murta (2013), na indicação do THS para relações interpessoais mais saudáveis e satisfatórias.

Nos relatos dos participantes da pesquisa de Barbosa (2021), houve a melhora da qualidade em suas relações interpessoais, bem como manejos comportamentais diante das demandas de sua rotina, conforme também proposto por Santos (2021) em seu estudo. Assim como houve a diminuição nos índices de ansiedade e melhoras socioemocionais, o que corrobora com os achados de Brito *et al.* (2020) e o bem estar psicológico, bem como foi identificado no estudo de Santos (2021).

E para concluir, o estudo de Santos (2021) elucida a relação entre a ansiedade e as habilidades sociais diante da situação da Pandemia de Covid-19, apresentando os efeitos benéficos no bem estar psicológico de indivíduos socialmente habilidosos, tal dado foi identificado na pesquisa de Barbosa (2021).

O que torna possível a afirmação que um THS estruturado com indivíduos com AH/SD pode colaborar de forma substancial para a saúde mental e manutenção da qualidade de vida.

Referências

BARBOSA, Aline Carolina Bassoli. **Treino de habilidades sociais em universitários com hipótese diagnóstica de altas habilidades/superdotação**. 2021. 91f. Dissertação (Mestrado em Psicologia do Desenvolvimento e Aprendizagem). UNESP, Faculdade de Ciências, Bauru, 2021.

BOLSONI-SILVA, A. T.; LOUREIRO, S. R. The Role of Social Skills in Social Anxiety of University Students. *Paidéia*. Vol. 24, No. 58, 223-232. may-aug, 2014.

BOLSONI-SILVA, A. T.; FOGAÇA, F. F. S.; MARTINS, C. G. B.; TANAKA, T. F. **Promove - Universitários. Treinamento de Habilidades Sociais: Guia Teórico e Prático**. 1ª Ed. Hogrefe, 2020.

BRITO, A. G. F. *et al.* Habilidades Sociais e Inteligência Emocional: um Relato de Experiência a Luz da Análise do Comportamento. *Brazilian Journal of Development*, v. 6, n. 4, p. 18484-18496, april, 2020.

CHAVES, C. E. **Avaliação e Treinamento de Habilidades Sociais e Empatia em Acadêmicos de Psicologia**. Dissertação de Mestrado - Faculdade IMED. Programa de Pós-Graduação em Psicologia, 2020.

CHAGAS, J. F.; FLEITH, D. S. Perfil de Adolescente Talentosos e Estratégias para o seu Desenvolvimento. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, v. 27, n. 4, 358-392, 2011.

CHAGAS-FERREIRA, J. F.; VILARINHO-REZENDE, D.; PRADO, R. M.; LIMA, R. R. Desenvolvendo Habilidades Sociais com Jovens Talentosos. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, v. 35, e35310, 2019.

CONSENZA, R. M.; GUERRA, L. B. **Neurociência e Educação: Como o Cérebro Aprende**. Porto Alegre: Artmed, 2011.

DEL PRETTE, Z. A. P.; FALCONE, E. M. O.; MURTA, S. G. Contribuições do Campo das Habilidades Sociais para a Compreensão, Prevenção e Tratamento dos Transtornos de Personalidade. *Perspectiva em Psicologia*, cap. 17, p. 103-136, 2013.

DEL PRETTE, Z. A. P.; FERREIRA, B. C.; DIAS, T. P.; DEL PRETTE, A. Habilidades Sociais ao Longo do Desenvolvimento: Perspectivas de Intervenção em Saúde Mental. In: MURTA, S. G.; LEANDRO-FRANÇA, C.; SANTOS, K. B.; POLEJACK, L. (Orgs). **Prevenção e Promoção em Saúde Mental: Fundamentos, Planejamento e Estratégias de Intervenção**. Novo Hamburgo: Sinopsys, 2015.

DEL PRETTE, Z. A. P.; DEL PRETTE, A. **Competência social e habilidades sociais: Manual Teórico e Prático**. Petrópolis, RJ: Editora Vozes. Edição do Kindle, 2018.

DELOU, C. M. C. O Atendimento Educacional Especializado para Alunos com Altas Habilidades/Superdotação no Ensino Superior: Possibilidades e Desafios. In: MOREIRA, L., C.; STOLTZ, T. (Coords). **Altas Habilidades/ Superdotação, Talento, Dotação e Educação**. Curitiba: Juruá, 2012.

FERREIRA, V. S.; OLIVEIRA, M. A.; VANDENBERGHE, L. Efeitos a Curto e Longo Prazo de um Grupo de Desenvolvimento de Habilidades Socais para Universitários. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, Vol. 30, N. 1, p. 73-81, Jan-Mar, 2014.

GEAKE, J. G. **The Neurobiology of Giftedness**. Westminster Institute of Education, Oxford Brookes University, United Kingdom, 2020.

GRESHAM, F. M. Análise do Comportamento Aplicada às Habilidades Sociais. In: DEL PRETTE, A.; DEL PRETTE, Z. A. P. (Orgs.) **Psicologia das Habilidades Sociais: Diversidade Teórica e suas Implicações**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2013.

KARPINSKI, R. I.; KOLB, A. M. K.; TETRAULT, N. A.; BOROWSKI, T. B. High Intelligence: A Risk Factor for Psychological and Physiological. *Journal Elsevier*, 8-23, 2018.

MORETTO, L. A. **Efeitos de Uma Intervenção em Grupo em Habilidades Sociais para Universitários na Perspectiva da Análise do Comportamento**. Dissertação (Mestrado) - Universidade Estadual Paulista. Faculdade de Ciências. Programa de Pós-Graduação em Psicologia do Desenvolvimento e Aprendizagem, 2017.

OLIVEIRA, A. P.; CAPELLINI, V. L. M. F.; RODRIGUES, O. M. P. R. Altas Habilidades/ Superdotação: Intervenção em Habilidades Sociais com Estudantes, Pais/ Responsáveis e Professoras. *Rev. Bras. Ed. Esp.*, Bauru, v. 26, n. 1, p. 125-142, Jan-Mar, 2020.

ORTI, N. P.; GIROTTI, V. B. S; BOLSONI-SILVA, A. T. Social Skills Training in Behavior Therapy with College Students Diagnosed with Depression. *International Journal of Current Research*, Vol. 7, Issue 04, pp.15382-15391, 2015.

PEREIRA, V. A. Habilidades Sociais e Desempenho Acadêmico: Diagnóstico e Intervenção. In: PEREIRA, V. A. (Org.) **Habilidades Sociais e Desempenho Acadêmico: Relatos, Práticas e Desafios Atuais**. Dourados-MS, 2013.

RENZULLI, J. S. O Que é Esta Coisa Chamada Superdotação, e Como a Desenvolvemos? Uma Retrospectiva de Vinte e Cinco Anos. *Revista Educação*, vol. XXVII, n. 52, janeiro-abril, pp. 75-131, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2004. Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=84805205>.

RENZULLI, J. S. A Concepção de Superdotação no Modelo dos Três Aneis: um Modelo de Desenvolvimento para a Promoção da Produtividade Criativa. In: VIRGOLIM, A. M. R.; KONKIEWITZ, E. C. (Orgs.). **Altas Habilidades/ Superdotação, Inteligência e Criatividade**. 1ª Ed. Papyrus Editora, 2018.

SABATELLA, M. L. P. Alto Potencial e a Alteração da Estrutura Cerebral. In: SABATELLA, M. L. P. **Talento e Superdotação: Problema ou Solução?** 2ª Ed. Rev., Atual. e Ampl. Curitiba: Ibex, 2008.

SANTA CATARINA. Secretaria de Estado da Educação. Fundação Catarinense de Educação Especial. **Altas Habilidades/ Superdotação: Rompendo as Barreiras do Anonimato**. 2ª. Ed. Rev. E Amp. Florianópolis: DIOSEC, 2016.

SANTOS, R. N. **Habilidades Sociais e Ansiedade em Universitários na Pandemia de Covid-19**. Dissertação (Mestrado) - Universidade Federal do Amazonas. Programa de Pós-Graduação de Psicologia, 2021.

SOARES, A. B.; DEL PRETTE, Z. A. P. Habilidades Sociais e Adaptação à Universidade: Convergências e Divergências dos Construtos. *Análise Psicológica*, 2 (XXXIII): 139-151, 2015.

RIBEIRO, R. L. Neurobiologia das Emoções. In: SANTOS, F. H.; ANDRADE, V. M.; BUENO, O. F. A. (Org.). **Neuropsicologia Hoje**. 2ª. Ed. Porto Alegre: Artmed, 2015.

VIRGOLIM, A. M. R. A Inteligência em seus Aspectos Cognitivos e Não Cognitivos na Pessoa com Altas Habilidades/ Superdotação: Uma Visão Histórica. In: VIRGOLIM, A. M. R.; KONKIEWITZ, E. C. (Orgs.). **Altas Habilidades/ Superdotação, Inteligência e Criatividade**. 1ª Ed. Papyrus Editora, 2018.