

## JUVENTUDE EM TRANSIÇÃO: O PAPEL DAS HABILIDADES SOCIAIS NA INSERÇÃO SOCIAL E PROFISSIONAL

Sarah Oliveira Alves

Centro Universitário Fametro (Unifametro), Curso de Psicologia, Fortaleza – CE, Brasil.

sarah.alves02@aluno.unifametro.edu.br

**Área Temática:** Psicologia do desenvolvimento humano

**Área de Conhecimento:** Ciências da Saúde

**Encontro Científico:** XIII Encontro de Iniciação à Pesquisa

### RESUMO

Este trabalho surge a partir de uma Atividade Prática Supervisionada (APS) no curso de Psicologia do Centro Universitário Unifametro, como parte das atividades do Estágio Específico I. Teve como objetivo relatar a importância das habilidades sociais na transição da adolescência para a vida adulta, com destaque para os relacionamentos interpessoais e profissionais. A pesquisa, de natureza qualitativa-exploratória, foi conduzida por meio de uma revisão bibliográfica, considerando critérios como relevância temática, atualidade das informações e credibilidade das fontes consultadas. Os resultados evidenciam a influência direta que as habilidades sociais exercem sobre o desenvolvimento socioemocional dos adolescentes, ressaltando a necessidade de promover estas competências para a construção de uma sociedade mais colaborativa e empática. Contudo, é encorajado que haja novas pesquisas, preferencialmente longitudinais e experimentais acerca do tema, a fim de explorar as possibilidades dentro de diferentes contextos culturais, tencionando obter dados mais concisos sobre a temática.

**Palavras-chave:** Habilidades sociais; Adolescência; Vida adulta; Desenvolvimento pessoal.

### INTRODUÇÃO

O presente trabalho é fruto de uma atividade proposta pelo curso de Psicologia do Centro Universitário Unifametro, é referente à Atividade Prática Supervisionada (APS), e funciona como um recorte da prática de Estágio Específico I.

A adolescência é uma fase marcada por muitas descobertas, dúvidas e responsabilidades que muitas vezes surgem sem aviso prévio. É justamente nesse período que os jovens começam a enfrentar as exigências da vida adulta, como a necessidade de fazer escolhas profissionais, lidar com pressões sociais e conviver com pessoas de origens muito diferentes. Para lidar com isso, não basta conhecimento técnico ou acadêmico; saber se comunicar, respeitar limites e administrar conflitos se torna essencial.

Dentro das noções de Del Prette e Del Prette (2001, p. 31) as habilidades sociais referem-se à “existência de diferentes classes de comportamentos sociais no repertório do indivíduo para lidar de maneira adequada com as demandas das situações interpessoais”.

Seguindo a linha de pensamento dos autores, a evolução das habilidades sociais ao longo da vida dentro da seleção ontogenética, que configura o desenvolvimento individual natural do ser humano desde o nascimento até a vida adulta (Facco *et. al*, 2024), reflete a ideia de que tais habilidades são moldadas pela variedade de comportamentos influenciados pelo ambiente ao qual o indivíduo encontra-se inserido (Del Prette & Del Prette; 2017). Nesta ótica, dependendo das circunstâncias enfrentadas por um sujeito, pode-se desenvolver uma ampla gama de comportamentos reforçadores efetivos, ou até mesmo pode criar um repertório limitado com deficiências na fluência ou competência em determinadas áreas.

A falta dessas habilidades pode se manifestar em dificuldades encontradas na escola ou no ambiente familiar, bem como em impactos no trabalho ou no âmbito amoroso, que também são possíveis consequências dessa situação. Adolescentes que têm dificuldade em lidar com situações frustrantes ou em se expressar acabam enfrentando barreiras não apenas em seus relacionamentos interpessoais, mas também em sua própria maturidade emocional, o que possui impacto direto na vida adulta.

Essa questão se torna ainda mais urgente quando se considera o contexto brasileiro, em que muitos jovens ingressam no mercado de trabalho informal muito cedo e enfrentam dificuldades sem muita supervisão durante a adolescência e essa primeira fase da vida adulta no que se refere às esferas socioemocionais.

A relevância científica deste estudo reside na capacidade de expandir a compreensão sobre as transições no desenvolvimento humano, especialmente ao explorar os fatores socioemocionais pertencentes às fases da adolescência e vida adulta. Além disso, destaca a importância que as habilidades sociais exercem no progresso e adaptação destes sujeitos a estas etapas, repercutindo de forma direta no bem-estar e qualidade de vida. No contexto social, pode ajudar a promover uma sociedade mais consciente da importância do desenvolvimento socioemocional em todas as fases da vida, contribuindo para a criação de políticas públicas, programas educacionais e intervenções psicossociais mais eficazes. Dessa forma, é possível fortalecer os laços comunitários e fomentar uma cultura de empatia, diálogo e cooperação entre os indivíduos.

Dado o exposto, o objetivo deste trabalho é analisar a importância das habilidades sociais no desenvolvimento socioemocional de adolescentes em transição para a vida adulta, destacando seu impacto nas relações interpessoais e na adaptação às demandas sociais e profissionais.

## **METODOLOGIA**

Este estudo é classificado como uma pesquisa qualitativa de caráter exploratório e foi conduzido por meio de uma revisão bibliográfica. A pesquisa qualitativa visa compreender fenômenos complexos a partir da perspectiva dos participantes e da interpretação dos significados atribuídos às suas experiências. Por outro lado, a vertente exploratória tem como objetivo proporcionar uma melhor compreensão do problema de pesquisa para torná-la mais clara e permitir o desenvolvimento de hipóteses ou aprofundamento nos conceitos explorados.

Para a revisão de literatura foram examinados artigos científicos especializados em livros sobre o assunto publicados entre os anos de 2003 a 2024. A escolha dos materiais levou em consideração critérios como pertinência ao tema em questão, a atualidade das informações divulgadas e credibilidade das fontes consultadas. A análise dos textos escolhidos foi realizada de forma interpretativa, visando identificar convergências teóricas, padrões comuns, bem como tendências emergentes no ambiente acadêmico e social contemporâneo.

Ao analisar os dados de forma cuidadosamente crítica e reflexiva, buscamos extrair significados que pudessem enriquecer nossa compreensão sobre a importância das habilidades sociais durante a transição da adolescência para a vida adulta.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A análise da literatura revelou um consenso crescente sobre a importância das habilidades sociais no processo de transição entre adolescência e a vida adulta. Estudos nacionais e internacionais indicam que essas competências exercem influência direta sobre a qualidade das interações interpessoais, o bem-estar emocional e adaptação a contextos sociais mais exigentes, como o mercado de trabalho ou a universidade.

De maneira convergente, vários meios de comunicação têm chamado a atenção para as dificuldades que a geração Z enfrenta em interações sociais no ambiente de trabalho. O Estadão (2024), em uma entrevista com Igor Chohfi, ressaltou os desafios de comunicação enfrentados por jovens entre 16 e 30 anos durante entrevistas de emprego. A Folha de Londrina (2024), por sua vez destacou a carência de habilidades básicas em conversas face a face. Já o Meio & Mensagem (2024), descreveu a comunicação no local de trabalho como um terreno delicado para essa geração.

Para exemplificar essas observações feitas anteriormente serão inseridas imagens das capas dessas publicações logo abaixo deste parágrafo.

Entrevista • Estádio / Economia / [Sua Carreira](#)

## Ele entrevistou mais de mil jovens e revela como a geração Z se comporta em entrevistas de emprego

Igor Chohfi diz que a geração Z é ágil com tecnologia, mas tem dificuldade em seguir regras no trabalho; ele já se deparou com candidatos sem camisa e dispersos em entrevistas

*Figura 1 – Manchete do portal Estádio sobre comunicação da geração Z  
Fonte: ESTADÃO (2024)*

Abraham Shapiro 2m de leitura Atualizado em 11/12/2023, 03:41

## A geração que não sabe conversar

PUBLICAÇÃO  
segunda-feira, 11 de  
dezembro de 2023

Se você já foi aclamado como o mestre supremo da 'conversa fiada', prepare-se para a sua era de glória



*Figura 2 – Manchete da Folha de Londrina sobre a geração que não sabe conversar  
Fonte: FOLHA DE LONDRINA (2023)*

## Geração Z: por que a comunicação no trabalho parece um campo minado?

Embora sejam perfeitamente capazes de se comunicar presencialmente, muitos se sentem mais confortáveis em ambientes virtuais, mas não significa que sejam menos engajados ou relutantes em interagir diretamente

*Figura 3 – Manchete do Meio & Mensagem sobre dificuldades de comunicação no ambiente de trabalho  
Fonte: MEIO&MENSAGEM (2024)*

Pesquisas como a de Pereira-Guizzo (2018) demonstram que intervenções estruturadas podem gerar melhorias significativas no repertório social dos adolescentes, especialmente no que se refere ao autocontrole e a abordagem social. Esses resultados sustentam a ideia de que programas voltados para o desenvolvimento sócio emocional têm efeitos positivos que extrapolam um ambiente escolar e impactam outros aspectos da vida do jovem (Silva; Trindade, 2013), o que implica que o incentivo adequado para o crescimento pessoal gera impactos positivos que são claramente visíveis.

Complementarmente, Pereira (2015) argumenta que as habilidades sociais funcionam como um tipo de proteção psíquica e relacional permitindo que o adolescente enfrente os desafios típicos dessa fase com mais recursos internos. Segundo o autor, jovens que apresentam déficit nessas competências tendem a sofrer mais com sentimentos de rejeição, dificuldades de pertencimento e baixa autoestima. Estes sentimentos permeiam diversos setores da vida dos indivíduos, desde o trabalho, até relações interpessoais.

Esse entendimento é reforçado por Santos, Peixoto e Meneses (2017), que identificaram, em uma revisão sistemática, a relevância da utilização de instrumentos como o inventário de habilidades sociais (IHS) para mapear e planejar intervenções adequadas às necessidades individuais. Eles destacam que avaliar corretamente essas competências é um passo decisivo para tornar o processo educativo mais inclusivo e eficiente.

A contribuição do estudo de Bosoni-Silva *et. al* (2006) também é essencial para contexto alisar o avanço da área no Brasil. Os autores apontam que, apesar do crescimento das publicações científicas sobre o tema, ainda existem lacunas significativas, especialmente em relação à diversidade de grupos investigados e a aplicação de delineamentos mais rigorosos, como os estudos experimentais e de acompanhamento longitudinal.

Além disso, os autores destacam que as habilidades sociais são aprendidas e moldadas por contextos pessoais, situações e culturais — o que reforça a necessidade de considerar essas variáveis nos programas de formação voltados à juventude. A simples presença de um repertório não garante um desempenho socialmente competente. É necessário, também, compreender como essas habilidades são mobilizadas em situações específicas, respeitando os valores e objetivos do sujeito.

Outro ponto importante diz respeito à produção acadêmica nacional: segundo Bosoni-Silva *et. al* (2006), a maior parte dos estudos sobre habilidades sociais no Brasil ainda se concentra em delineamentos exploratórios com foco na caracterização de populações ou na validação de instrumentos embora etapa seja necessária, os autores defendem o avanço rumo a pesquisas mais aplicadas e voltadas à intervenção, com avaliação de resultados e acompanhamentos em longo prazo.

Além disso, a literatura científica mostra que o efeito favorável das habilidades sociais não se torna restrito ao espaço educativo. As habilidades sociais são cada vez mais valorizadas na prática profissional, tanto para entrar quanto para permanecer no mercado de trabalho. Esta afirmação é corroborada pelos estudos de Del Prette & Del Prette (2003) e Del Prette & Del Prette (2010), em que afirmam que “Indivíduos com bom relacionamento interpessoal são mais produtivos no trabalho. Quando socialmente habilidosos, os profissionais contribuem para a melhoria do clima organizacional além de melhorarem sua qualidade de vida, saúde física e mental”.

Assim como Pereira (2015) observa, assertividade, empatia e expressão de sentimentos são habilidades que favorecem as relações de trabalho e influenciam diretamente o bem-estar. Desse modo, é possível afirmar que o fortalecimento das habilidades sociais na adolescência

representa uma via promissora para o desenvolvimento integral dos indivíduos, promovendo não apenas o sucesso acadêmico ou profissional, mas também em relações interpessoais mais saudáveis em uma participação social mais ativa. Investir nesse aspecto do desenvolvimento humano é uma forma concreta de apoiar os jovens em sua jornada rumo à vida adulta com mais preparo, confiança e equilíbrio emocional.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

As habilidades sociais exercem influência direta no desenvolvimento sócio emocional de adolescentes em transição para a vida adulta. O estudo confirma que essas competências impactam positivamente as relações interpessoais e adaptação social e profissional. A análise mostra que déficit nesse repertório dificultam o amadurecimento emocional e comprometem o bem-estar. Observa-se que o ambiente social e cultural molda o desenvolvimento dessas habilidades, exigindo abordagens específicas. Verifica-se que intervenções planejadas contribuem significativamente para o fortalecimento dessas competências.

Apesar dos achados, o estudo apresenta limitações. A revisão bibliográfica, embora abrangente, não substitui pesquisas empíricas que investiga diretamente a experiência dos adolescentes. A diversidade de contextos culturais também é pouco explorada, o que restringe a generalização dos resultados. Estudos longitudinais e experimentais são necessários para avaliar o impacto a longo prazo das intervenções no repertório de habilidades sociais.

A pesquisa abre caminhos para novas investigações sobre programas educativos, políticas públicas e estratégias de intervenção voltadas ao fortalecimento do desenvolvimento sócio emocional na juventude. Promover habilidades sociais desde adolescência potencializa não apenas o sucesso individual, mas também a construção de uma sociedade mais empática e colaborativa.

## REFERÊNCIAS

- **BOLSONI-SILVA, A. T. et al.** Habilidades sociais no Brasil: uma análise dos estudos publicados em periódicos. In: BANDEIRA, M.; DEL PRETTE, Z. A. P.; DEL PRETTE, A. (orgs.). *Estudos sobre habilidades sociais e relacionamento interpessoal*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2006. p. 1–45. Del Prette, A. & Del Prette, Z. A. P. (2001). Psicologia das relações interpessoais. Vivências para o trabalho em grupo. Petrópolis: Vozes.
- Del Prette, A., & Del Prette, Z. A. P. (2003). No contexto da travessia para o ambiente de trabalho: treinamento de habilidades sociais com universitários. *Estudos de Psicologia*, 8(3), 413-420. doi:10.1590/S1413-294X2003000300008
- Del Prette, A., & Del Prette, Z. A. P. (2010). *Psicologia das relações interpessoais: Vivências para o trabalho em grupo* (8a ed.). Petrópolis, RJ: Vozes.
- FACCO, R. C. et al. **UM ESTUDO DO TOC SOB A ÓTICA DA ANÁLISE DO COMPORTAMENTO A PARTIR DAS VARIÁVEIS DE CONTROLE DOS TRÊS**

**NÍVEIS DE SELEÇÃO POR CONSEQUÊNCIAS: FILOGENÉTICO, ONTOGENÉTICO E CULTURAL.** RECIMA21 - Revista Científica Multidisciplinar - ISSN 2675-6218, [S. l.], v. 5, n. 5, p. e555222, 2024. DOI: [10.47820/recima21.v5i5.5222](https://doi.org/10.47820/recima21.v5i5.5222). Disponível em:

<https://recima21.com.br/index.php/recima21/article/view/5222>. Acesso em: 8 abr. 2025.

- PEREIRA, Anderson Siqueira. Avaliação das habilidades sociais e suas relações com fatores de risco e proteção em jovens adultos brasileiros. **Ufrgs.br**, 2015. Disponível em: <<https://lume.ufrgs.br/handle/10183/130477>>. Acesso em: 25 abr. 2025.
- PEREIRA-GUIZZO, Camila de Sousa; PRETTE, Almir Del; PRETTE, Zilda Aparecida Pereira Del; et al. Programa de habilidades sociais para adolescentes em preparação para o trabalho. *Psicologia Escolar e Educacional*, v. 22, n. 3, p. 573–581, 2018. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/pee/a/kbdCsgPNBhKmhvDtWgRS5nr/?lang=pt>>. Acesso em: 14 abr. 2025.
- PRETTE, Z. A. P. D.; PRETTE, A. D. Habilidades sociais e análise do comportamento: proximidade histórica e atualidades. *Perspectivas em Análise do Comportamento*, [S. l.], v. 1, n. 2, p. 104–115, 2017. DOI: 10.18761/perspectivas.v1i2.33. Disponível em: <https://www.revistaperspectivas.org/perspectivas/article/view/33>. Acesso em: 8 abr. 2025.
- SANTOS, Carla Bernardett; PEIXOTO, Ana Carina; MENESES, RuteF. Avaliação de Habilidades Sociais em Adolescentes e Adultos: Revisão Sistemática da Literatura. *E-Revista de Estudos Interculturais*, [S. l.], n. 5, 2021. DOI: 10.34630/erei.vi5.4001. Disponível em: <https://parc.ipp.pt/index.php/e-rei/article/view/4001>. Acesso em: 14 abr. 2025.
- SILVA, Renata Danielle Moreira; TRINDADE, Zeidi Araujo. Adolescentes aprendizes: aspectos da inserção profissional e mudanças na percepção de si. **Rev. bras. orientac. prof.**, São Paulo, v. 14, n. 1, p. 73-86, jun. 2013. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1679-33902013000100008&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-33902013000100008&lng=pt&nrm=iso)>. acessos em 14 abr. 2025. Inserir as referências bibliográficas, segundo as normas da **ABNT**.