

Intervenções Socioemocionais com Adolescentes em Escolas: uma Revisão Sistemática de Literatura

Social-Emotional Interventions with Adolescents in Schools: a Systematic Review

Lívia Maria Bedin^{ab}; Felipe Rispoli Nunes^{*b}; Ana Luiza Tonial^b

^aUniversidade Federal do Rio Grande do Sul, Departamento de Psicologia do Desenvolvimento e da Personalidade. RS, Brasil.

^bUniversidade Federal do Rio Grande do Sul, Programa de Pós-Graduação em Psicologia. RS, Brasil.

*E-mail: feliperispoli98@gmail.com

Resumo

A aprendizagem socioemocional vem ganhando cada vez mais espaço nos currículos educacionais ao redor do mundo. Entendendo a escola como um espaço capaz de realizar projetos e ações, que estimulem o desenvolvimento dos estudantes para além das habilidades tradicionais de ensino, é essencial que essa promova também o bem-estar social e emocional. O presente estudo tem como objetivo apresentar uma revisão sistemática de literatura, realizada a partir do protocolo PRISMA, sobre intervenções socioemocionais com adolescentes em escolas e os principais construtos trabalhados. Para isso, foi realizada uma busca nos indexadores PsycInfo, Web of Science, Science Direct, Scopus, Scielo e Lilacs, durante o ano de 2022. Como resultado, foram encontradas 2149 publicações que, após rigorosos processos de seleção, foram reduzidos a 35 artigos utilizados na presente revisão. De modo geral, os artigos analisados abordaram os temas de inteligência emocional, personalidade, perdão, gratidão, coping, gentileza, mindfulness, qualidade de vida, bem-estar, autoconceito e autoestima, depressão, ansiedade, empatia, relacionamento interpessoal, bullying e competências socioemocionais. Os resultados encontrados indicam a possibilidade de trabalhar nas escolas aspectos relacionados ao desenvolvimento socioemocional, a partir de diferentes objetivos e perspectivas. No entanto, é importante salientar que a amostra selecionada ficou concentrada em países da Europa e nos Estados Unidos, trazendo um possível viés cultural ao estudo.

Palavras-chave: Competências Socioemocionais. Adolescência. CASEL.

Abstract

Social-emotional learning is getting more and more important in educational curriculum around the world. Considering the school as a place capable of carrying out projects and actions that stimulate the students' development beyond traditional teaching skills, it is essential that it also promotes social and emotional well-being. This study aims to present a systematic literature review, carried out using the PRISMA protocol, on socio-emotional interventions with adolescents in schools and the main constructs worked. For this, a search was carried out in the indexes PsycInfo, Web of Science, Science Direct, Scopus, Scielo and Lilacs, during the year 2022. As a result, 2149 publications were found, which, after further rigorous selections processes, were reduced to 35 articles used in this review. In general, the analyzed articles addressed the themes of emotional intelligence, personality, forgiveness, gratitude, coping, kindness, mindfulness, quality of life, well-being, self-concept and self-esteem, depression, anxiety, empathy, interpersonal relationships, bullying and skills socioemotional. The results found indicate the possibility of working on aspects related to socio-emotional development in school with different objectives and perspectives. However, it is important to note that the selected sample was concentrated in European countries and the United States, bringing a possible cultural bias to the study.

Keywords: Socio-Emotional Skills. Adolescence. CASEL.

1 Introdução

Nos últimos anos, a aprendizagem socioemocional ganhou maior importância dentro das publicações acadêmicas. As relações aprendidas na infância são cerne do desenvolvimento ao longo, não só da infância, mas também da adolescência e da fase adulta. A família é o primeiro sistema com o qual a criança tem contato; entretanto, as habilidades e competências socioemocionais podem e devem ser aprendidas em outros contextos, como, por exemplo, nas escolas, o que contribui para o desenvolvimento saudável (Marin; Alvarenga, 2022). Ainda, a escola é um espaço capaz de realizar projetos e ações que estimulem o desenvolvimento dos estudantes para além das habilidades tradicionais de ensino, sendo essencial como espaço para a promoção do bem-estar social e emocional

(Dowling; Simpkin; Barry, 2019; Freitas; Marin, 2022).

Na adolescência ocorrem diversas mudanças nos âmbitos sociais, físicos e psicológicos, sendo um período em que quadros psicológicos podem se desenvolver e afetar negativamente o bem-estar desses indivíduos (Mogro-Wilson; Tredinnick, 2020). Sendo assim, surge a necessidade das escolas aderirem a programas que ofereçam apoio a esse público em seu desenvolvimento. De acordo com Dowling, Simpkin e Barry (2019), em diversos países, escolas já têm se prontificado em adicionar programas de Aprendizagem Socioemocional (ASE) em seus currículos com o objetivo de promover maior bem-estar psicológico aos seus alunos.

A Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning – CASEL - instituição dos Estados Unidos que

busca adicionar práticas baseadas em evidências e educação socioemocional, nos currículos educacionais básicos nas escolas, define a Aprendizagem Socioemocional – ASE – como “uma parte integral da educação e do desenvolvimento humano, sendo o processo pelo qual jovens e adultos adquirem e aplicam o conhecimento e habilidades relacionadas” (CASEL, 2020, p.1).

De acordo com Marin e Alvarenga (2022), o desenvolvimento das competências socioemocionais auxilia no processo de compreensão e utilização de suas emoções, promovendo maior grau de destreza em habilidades inter e intrapessoais. Além disso, evidências científicas demonstram que o desenvolvimento socioemocional é um preditor de resultados positivos tanto no ambiente escolar quanto na vida (Veríssimo et al., 2022).

Um estudo que avaliou o impacto de diversos programas de ASE, realizados em escolas, traz evidências robustas de que a implementação de programas de ASE podem resultar em melhora no desempenho acadêmico, desenvolvimento das competências socioemocionais e promovem bem-estar nos alunos (Durlak et al., 2011). Além disso, diferentes estudos sustentam evidências de que programas de ASE em escolas melhoram as relações intrapessoais de alunos, a comunicação, a empatia, a gratidão, o perdão, a autoestima, a resiliência e diminuem os índices de bullying, conflitos e comportamentos auto-lesivos (Coelho et al., 2021; Domino, 2012; Espelage et al., 2013; Garaigordobil et al., 2015; Jayman et al., 2018; Johnson; Simon; Mun, 2013; Sidera et al., 2019).

O Brasil pauta suas normas educativas por meio da Base Nacional Comum Curricular - BNCC, que é um documento que define “o conjunto de aprendizagens essenciais” (Brasil, 2017) a serem desenvolvidas pelos alunos nas diversas etapas da Educação Básica. Na BNCC está prevista a necessidade do desenvolvimento de diversas competências ao longo do período escolar, entre essas, as competências socioemocionais que são baseadas no que traz a CASEL.

Para a CASEL, são cinco as competências socioemocionais que devem ser trabalhadas nos programas de ASE: autoconsciência, autogestão, consciência social, habilidades sociais e tomada de decisão responsável. De acordo com a CASEL, a primeira diz respeito à habilidade de compreender as próprias emoções, pensamentos e valores. Ainda, autogestão é a habilidade de regular os processos percebidos por meio da autoconsciência de maneira condizente com o contexto de cada situação do dia a dia. Consciência social é a capacidade de entender e se colocar no lugar dos outros, se conectar com a dor do outro e sentir empatia com pessoas de diferentes histórias e contextos. As habilidades sociais são qualidades de estabelecer e manter relações saudáveis nos mais diversos níveis sociais - amizades, familiares, colegas. Por fim, a tomada de decisão responsável é a habilidade de escolher

consciente e cuidadosamente os comportamentos e interações sociais nos mais diversos contextos. Apesar da divisão, as cinco competências socioemocionais estão interligadas no dia a dia das pessoas e podem ser ensinadas nas escolas.

A adolescência é uma fase em que o indivíduo passa por mudanças físicas, sociais e psicológicas, além disso, é um período caracterizado pelo desenvolvimento de competências emocionais e habilidades cognitivas, que são necessárias para a fase adulta (Sánchez-Sanseguno et al., 2020). O desenvolvimento socioemocional nessa faixa etária afeta a saúde e bem-estar de forma que persiste em fases posteriores da vida. Redes de relacionamentos saudáveis, autoestima positiva, comportamentos prosociais, engajamento em relacionamentos saudáveis, maior capacidade de tomada de decisão e outras habilidades trabalhadas na ASE têm uma influência positiva na saúde mental do adolescente (Marin; Alvarenga, 2022; Pannebakker et al., 2018;). Atualmente, é consenso que a promoção de intervenções de ASE surge como um fator crítico para o desenvolvimento saudável; contudo, ainda há dúvidas sobre quais são as intervenções mais eficazes nesse processo (Sánchez-Sanseguno et al., 2020).

Além disso, a implementação dessa discussão, no ambiente escolar, não é simples. Abed (2022) defendeu essa ideia quando propôs que “incluir a dimensão socioemocional na escola não é simplesmente acrescentar um novo componente curricular”. É necessária a compreensão adequada do processo emocional e como essas atuam na aprendizagem.

Considerando a relevância do tema, este trabalho tem por objetivo realizar uma revisão sistemática de literatura, buscando verificar quais são os principais construtos trabalhados em intervenções socioemocionais realizadas com adolescentes em escolas. Para tal, utilizou-se a faixa etária da adolescência concebida pela Organização Mundial da Saúde - OMS que começa a partir dos 10 anos e vai até os 19 anos (WHO, 1995).

2 Material e Métodos

Foi realizada uma revisão sistemática de literatura utilizando o método Preferred Reporting Items for Systematic and Meta Analyses (Prisma, Moher, 2009)¹. A busca bibliográfica foi realizada em setembro de 2022. Foram utilizadas as bases de dados: PsycInfo, Web of Science, Science Direct, Scopus, SciELO e Lilacs; utilizando os descritores: Intervention AND Socioemotional; Intervention AND “Social Emotional Learning”; Intervención AND Socioemocional; Intervención AND “Aprendizaje Socioemocional”; Intervenção AND Socioemocional e Intervenção AND “Aprendizagem Socioemocional”.

A seleção dos artigos a partir dos títulos e resumos foi realizada por dois revisores independentes com o auxílio do software Rayyan (<https://www.rayyan.ai/>) para a organização

1 <http://www.prisma-statement.org/>

dos dados. Foi decidido em conjunto, posteriormente, sobre a inclusão ou não daquelas publicações em que houve discordância inicial.

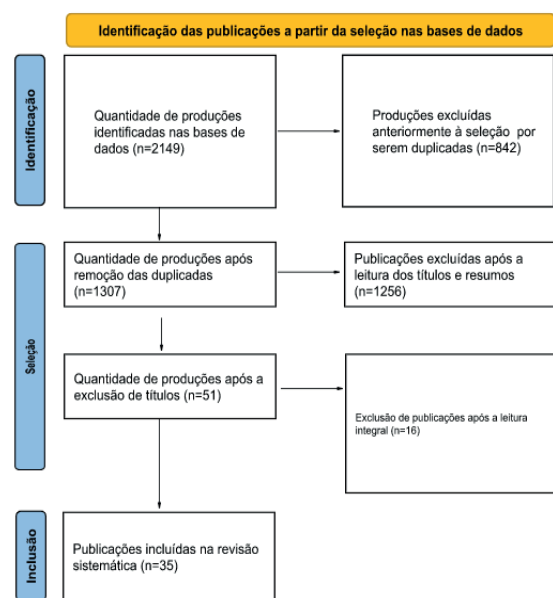
Os critérios de inclusão dos estudos, na proposta de revisão, foram: artigos que contivessem intervenções socioemocionais realizadas em escola, que apresentassem resultados do grupo controle e grupo de intervenção, que tivessem como público-alvo adolescentes entre 10 e 19 anos e que estivessem escritos em português, inglês ou espanhol. Para critérios de exclusão foram utilizados: gray literature, publicações em livro, intervenções realizadas fora do contexto escolar, artigos que não apresentassem resultados da intervenção ou artigos com população clínica.

Foram excluídos, posteriormente, artigos duplicados ou que se tratassem de revisões de qualquer natureza. Após, foi realizada a primeira seleção sendo essa baseada na leitura dos títulos e resumos. Depois, foi feita uma leitura integral dos textos que resultou nos artigos selecionados para a presente pesquisa.

3 Resultados e Discussão

A busca nas bases de dados resultou em 2.149 produções, entre essas 842 duplicadas e que foram excluídas. Após a leitura dos títulos e resumos, foram excluídos 1.256 artigos. Os principais motivos de exclusão foram relacionados aos artigos que realizaram estudos com outro público (577), assuntos diferentes (466), data da publicação (171) e método diferente (151). Ainda, pela leitura completa dos textos, 16 artigos foram excluídos por não estarem adequados aos critérios de inclusão e exclusão. Sendo assim, ao todo, foram analisados 35 artigos de 2012 a 2022, conforme se mostra no quadro a seguir (Figura 1).

Figura 1 - Fluxograma conforme protocolo PRISMA



Fonte: dados da pesquisa.

As publicações, em sua grande maioria, investigaram

intervenções no Norte global, sendo quinze nos Estados Unidos, quatro em Portugal, três na Holanda, uma no Canadá, duas na Irlanda, cinco na Espanha e uma que englobou Inglaterra e País de Gales. Além disso, também fazem parte desta revisão dois artigos escritos no Brasil, um no Chile e um em Uganda.

A seguir serão discutidos os resultados da revisão divididos por construtos investigados a partir da ASE. Entre os estudos que realizaram intervenções de ASE, foram encontrados estudos relacionados à inteligência emocional e personalidade (1), perdão (1), gratidão (1), coping (1), gentileza (1), mindfulness (2), qualidade de vida e bem-estar (2), autoconceito e autoestima (3), depressão e ansiedade (2), empatia (3), relacionamento interpessoal e bullying (6) e competências socioemocionais (12).

3.1 Inteligência Emocional e Personalidade (Big Five)

Um estudo realizado na Espanha teve como objetivos avaliar os efeitos de um programa de ASE e investigar se haveria alguma diferença por sexo (Sarrionandia; Garaigordobil, 2015). Participaram do estudo 148 adolescentes com idades entre 13 e 16 anos. Desses, 83 foram divididos em quatro grupos de intervenção e os outros 65 em três grupos controle, sendo o processo realizado de forma aleatória.

Quando avaliadas as diferenças na mudança pré e pós-teste, foram encontradas diferenças significativas em três fatores da inteligência emocional: inteligência intrapessoal, interpessoal e estado de ânimo. Além disso, o estudo também demonstrou uma redução significativa nos sintomas psicossomáticos do grupo intervenção (Sarrionandia; Garaigordobil, 2015).

Ainda, na avaliação pré-teste e follow-up, os resultados significativos da fase anterior se mantiveram, também foram encontrados aumento no manejo de estresse e na felicidade, e redução da instabilidade emocional no grupo intervenção. Quanto ao segundo objetivo do estudo, no pré-teste foram encontradas diferenças significativas na inteligência emocional interpessoal, felicidade, extroversão e amabilidade, sendo todas superiores nas meninas. Por outro lado, análises realizadas comparando os resultados de pré e pós-teste mostraram não haver diferença no efeito da intervenção entre meninos e meninas, por exceção à redução dos sintomas psicossomáticos - maior nos meninos - e no aumento da amabilidade, maior nas meninas (Sarrionandia; Garaigordobil, 2015). A literatura prévia corrobora os achados deste estudo, tanto na questão da promoção dos construtos quanto na manutenção e melhora dos resultados no follow-up (Durlak et al., 2011).

3.2 Perdão

Um artigo publicado nos Estados Unidos buscou promover o desenvolvimento do perdão em adolescentes em situação de vulnerabilidade social, por meio de uma intervenção de ASE (Freedman, 2018). Para participar do estudo era necessário que

os adolescentes tivessem passado por pelo menos uma situação traumática na vida e, ainda, possuísem emoções negativas relacionadas ao trauma. Como construtos de avaliação, foram selecionadas pela autora o perdão interpessoal, ansiedade, autoestima, depressão e esperança. A amostra do estudo foi composta por 19 meninas e dois meninos. Dez participantes foram colocadas no grupo de intervenção, no qual tiveram aulas sobre perdão e 11 foram colocadas no grupo controle e tiveram aulas sobre comunicação. As aulas foram divididas em cinco temáticas: raiva à esperança, decidir perdoar, olhando com novos olhos, acalmar o coração e lidar com a dor. Foram encontrados resultados significativos em todos os construtos avaliados por exceção da autoestima dos participantes do grupo de intervenção em relação ao grupo controle. Foi observada a redução na ansiedade e na depressão dos participantes, além de aumento nos índices de perdão e esperança (Freedman, 2018).

Os dados qualitativos do estudo, coletados por entrevistas individuais, mostraram que a maioria dos participantes considerou o aprendizado sobre os efeitos negativos da raiva e como lidar com essa, o ensinamento mais útil do estudo. Todos os participantes relataram que o perdão se tornou um objetivo pessoal de vida (Freedman, 2018). Os resultados de ambas as etapas da pesquisa são condizentes com outros achados que também demonstram melhora da saúde mental e a validação dos participantes frente à intervenção (Coelho; Marchante; Sousa, 2015; Flynn et al., 2018; Veríssimo et al., 2022).

3.3 Gratidão

Um estudo realizado nos Estados Unidos teve como objetivo descrever uma intervenção baseada na gratidão com o objetivo de propor um novo método de intervenções baseadas nesse construto. Ainda, o estudo se propôs a investigar se expressar gratidão ajuda no desenvolvimento das competências socioemocionais dos adolescentes. Participaram do estudo 327 estudantes com idades entre 13 e 18 anos, que foram divididos da seguinte forma: 152 para o grupo que recebeu a intervenção e 175 para o grupo controle (Bono et al., 2020).

Os resultados indicaram que a intervenção foi efetiva em desenvolver o traço de gratidão nos adolescentes. O grupo de intervenção demonstrou um aumento no bem-estar e uma melhora na saúde mental. Por fim, os resultados apontaram que demonstrar gratidão auxiliou no desenvolvimento das competências socioemocionais dos estudantes, que participaram da intervenção (Bono et al., 2020). Os achados estão conforme outros estudos que também apontam o benefício de intervenções socioemocionais no bem-estar dos participantes (Tejada-Gallardo; Blasco-Belled; Alsinet, 2022).

3.4 Coping

Um estudo realizado na Irlanda buscou avaliar a implementação de um programa de intervenção baseado

no treinamento de habilidades da Terapia Comportamental Dialética - DBT em adolescentes. O programa consistia em encontros focados em ensinar os adolescentes as habilidades de tolerância ao estresse, regulação emocional, efetividade interpessoal e mindfulness (Flynn et al., 2018).

Ao todo, participaram 71 meninas com idades entre 15 e 16 anos de diferentes escolas, destas, 26 foram alocadas no grupo de intervenção e 45 foram designadas para o grupo controle. Para avaliar a efetividade do programa, foram utilizadas escalas que avaliavam a frequência de uso de habilidades da DBT utilizadas pelas adolescentes no último mês, a frequência de uso de estratégias de coping não relacionadas com DBT e a segunda edição do Behaviour Assessment System for Children (Flynn et al., 2018).

Dos quatro construtos avaliados, foram obtidos resultados significativos no índice de sintomas emocionais e no de problemas internalizados, sendo possível observar uma redução significativa nos sintomas de ansiedade, de depressão e de estresse social nas participantes do grupo de intervenção. Por outro lado, a intervenção não se mostrou bem-sucedida em melhorar as habilidades de coping das participantes (Flynn et al., 2018). Apesar disso, os outros resultados estão em concordância com outros estudos que obtiveram resultados semelhantes (Coelho et al., 2015; Freedman, 2018; Veríssimo et al., 2022).

3.5 Gentileza

Um estudo realizado no Canadá teve como objetivo avaliar o efeito de uma intervenção focada no desenvolvimento de gentileza no bem-estar de adolescentes. Além disso, também buscou avaliar o quanto o engajamento dos alunos na intervenção influencia o resultado dessa. Participaram da pesquisa 383 estudantes com média de idade de 12 anos, desses, 193 adolescentes estiveram na condição de tratamento e outros 190 na condição de controle. A intervenção consistia em solicitar aos adolescentes que planejassem e executassem ações generosas (Binfet; Whitehead, 2019).

A avaliação da intervenção foi realizada por meio de tabelas referentes ao planejamento e execução das ações, escalas de autorrelato acerca dos níveis de gentileza, bem-estar, felicidade, afetos positivos e negativos e conectividade social. Em relação às tabelas de ações, não foi encontrada diferença significativa de realização de ações por gênero e nem por idade. Por outro lado, em relação aos tipos de ações realizadas, meninas elogiaram significativamente mais do que os meninos. Ainda, meninas reportaram que ajudaram mais emocionalmente do que meninos. Ademais, 61% dos alvos das ações eram familiares ou pessoas próximas dos jovens (Binfet; Whitehead, 2019).

Nas escalas de gentileza, foram encontrados resultados significativos na realização de ações presenciais de gentileza, mas não no ambiente on-line. Ainda, estudantes do grupo intervenção relataram receber mais atos de gentileza de outros do que o grupo controle. Em relação aos efeitos no

bem-estar dos adolescentes, o grupo intervenção indicou uma diminuição significativa nos afetos negativos; contudo, todas as outras subescalas não tiveram resultados significativos. Por fim, os resultados também indicaram que os participantes, que tiveram maior engajamento com as atividades da intervenção, obtiveram os maiores benefícios em seu bem-estar (Binfet; Whitehead, 2019). Os resultados, principalmente, no que diz respeito à melhora no bem-estar, são condizentes com a literatura acerca do trabalho com ASE (Bono et al., 2020).

3.6 Mindfulness

Dois estudos realizados nos Estados Unidos tiveram o Mindfulness como principal construto de intervenção (Frank et al., 2021; Helminen et al., 2022). Ambos buscaram avaliar os efeitos do programa “Learning to Breathe” (L2B), um programa baseado em Mindfulness, em diferentes construtos. O primeiro estudo avaliou os indicadores de bem-estar socioemocional, saúde mental, uso de substância e funções executivas dos adolescentes. Participaram dessa intervenção 255 estudantes, sendo 131 deles colocados no grupo de intervenção e 124 no grupo controle. A intervenção teve duração de 12 sessões, sendo duas para cada unidade do acrônimo B.R.E.A.T.H.E. (Frank et al., 2021).

Em relação aos resultados encontrados nas escalas de autorrelato, em quase todas as avaliações não foram encontrados resultados significativos no grupo de intervenção. Os estudantes da intervenção relataram menores níveis de falta de consciência emocional, mas, por outro lado, apresentaram aumento na ruminação e maiores dificuldades em engajar em comportamento direcionado a um objetivo, esses dois últimos resultados contrariando as expectativas do estudo. Quando avaliados os efeitos da intervenção em medidas comportamentais das funções executivas, foram encontrados resultados significativos em diversos aspectos em favor do grupo intervenção. Os estudantes do grupo intervenção demonstraram um nível significativamente maior de atenção seletiva e controle inibitório, o que resultou em melhores pontuações nos testes de função executivas (Frank et al., 2021).

Já o segundo estudo avaliou os efeitos do mesmo programa em reduzir o estresse dos adolescentes. Participaram do estudo 66 adolescentes divididos, igualmente, em grupos de intervenção e de controle. Utilizando o modelo quasiexperimental com coleta pré e pós-teste, foram obtidos dados completos de 58 estudantes - 29 de cada grupo (Helminen et al., 2022).

Para avaliar os efeitos do programa, os pesquisadores utilizaram medidas de atributos socioemocional e estresse. Assim como no estudo anterior, não foram encontrados resultados significativos nos critérios socioemocionais avaliados. Uma das hipóteses dos pesquisadores para os resultados encontrados é de que, diferentemente das amostras de pesquisas anteriores, os participantes não tinham altos

níveis de estresse, o que pode ter influenciado nos efeitos da intervenção, visto que há literatura prévia que prevê a efetividade de programas de mindfulness na redução do estresse (Helminen, et al., 2022). Os resultados encontrados no estudo diferem de outras pesquisas, que também utilizaram estratégias de mindfulness, e encontraram resultados significativos em melhoria na qualidade de vida, bem-estar e saúde mental (Santos et al., 2022).

3.7 Qualidade de vida e bem-estar

Dois estudos buscaram avaliar o impacto de intervenções socioemocionais focadas na qualidade de vida ou bem-estar dos adolescentes (Tejada-Gallardo; Blasco-Belled; Alsinet, 2022; Waldemar et al., 2016). O primeiro deles foi realizado no Brasil e teve como objetivo verificar os efeitos de um programa de mindfulness e ASE nos problemas de saúde mental e qualidade de vida, em alunos da quinta série do Ensino Fundamental. Participaram 132 alunos entre 10 e 14 anos com média de 11 anos, sendo 64 no grupo de intervenção e 68 no grupo controle (Waldemar et al., 2016).

Os resultados indicaram que os participantes do grupo de intervenção tiveram uma diminuição significativa em quatro sintomas de saúde mental: problemas emocionais, de conduta, de relacionamentos interpessoais e de comportamentos pró-sociais. Ainda, em relação à qualidade de vida, os dados indicaram um aumento significativo nos âmbitos geral e total; contudo, nos âmbitos pessoal, relacional e ambiental não foram encontradas diferenças significativas (Waldemar et al., 2016).

O segundo estudo que abordou o bem-estar trouxe, em seu conteúdo, o conceito de Time Attitudes - emoções positivas ou negativas frente às situações do passado, presente ou futuro. Essa pesquisa, realizada na Espanha, buscou investigar a influência de uma intervenção da psicologia positiva na transição entre perfis de Time Attitudes dos adolescentes e como esse processo se relaciona com o bem-estar emocional, social e psicológico dos participantes. O programa aplicado se chama Get to Know Me+, um programa dividido em três módulos: foco nas emoções positivas do presente, voltando às emoções positivas do passado, indo às emoções positivas do futuro. Participaram 220 estudantes com média de idade de 15 anos. Desses, 85 receberam o programa e 135 compuseram o grupo controle (Tejada-Gallardo, Blasco-Belled; Alsinet, 2022).

Como medidas de avaliação foram utilizadas escalas para Time Attitudes e Bem-estar. Para seguir os objetivos do estudo, inicialmente, foi necessário que os autores dividissem os resultados dos adolescentes em perfis de acordo com as respostas do primeiro construto. A divisão foi definida por: negativo, presente ou futuro negativo, passado negativo, otimista, positivo. Os resultados indicaram que os estudantes que participaram da intervenção têm mais probabilidade de transicionar para perfis mais positivos do que o grupo

controle. Considerando o segundo objetivo do estudo, três dos cinco perfis tiveram aumento significativo em todos os domínios do bem-estar, sendo esses o negativo, presente ou futuro negativo e o otimista (Tejada-Gallardo; Blasco-Belled; Alsinet, 2022). Os resultados dos estudos estão de acordo com o previsto em outras literaturas, que associam o trabalho de ASE com melhoria no bem-estar e outros aspectos da vida (Binfet; Whitehead, 2019).

3.8 Autoconceito, autoestima e autoeficácia

Três estudos abordaram os temas de autoconceito, autoestima ou autoeficácia (Coelho et al., 2021; Murphy; Yuan; Elias, 2020; Pannebakker et al., 2018). O primeiro, realizado em Portugal, buscou analisar a efetividade do programa Positive Attitude Secondary School - PASS na autopercepção (autoestima e autoconceito social, acadêmico e emocional) de adolescentes. O estudo também avaliou se a efetividade do programa difere por gênero. Participaram do estudo 995 estudantes, sendo 206 na condição controle e 789 na condição intervenção. O grupo controle estava composto por 98 meninos e 108 meninas e o de intervenção por 420 meninos e 371 meninas. Para avaliação da intervenção foram utilizadas medidas pré e pós-teste de escalas de autoconceito e autoestima. Os resultados encontrados indicaram aumento significativo nos construtos de autoconceito acadêmico e autoestima no grupo intervenção em relação ao grupo controle. Em relação ao gênero, apesar de os níveis pré-teste apresentarem diferença, não houve diferença significativa nos ganhos em nenhuma avaliação (Coelho et al., 2021).

O segundo artigo, com origem nos Estados Unidos, realizou um programa de liderança juvenil e avaliou seu efeito no senso de propósito, perseverança e autoeficácia de adolescentes. Os autores consideraram liderança juvenil como o ato de pensar por si mesmo e agir baseado em suas crenças (Murphy; Yuan; Elias, 2020). Ao todo, participaram do programa 165 adolescentes, sendo 56 do grupo intervenção e 109 do grupo controle. Como medidas de avaliação foram utilizadas escalas de autoeficácia global, perseverança e senso de propósito. Os resultados indicaram diferenças significativas em autoeficácia em função de um decréscimo no grupo controle no pós-teste. Nos outros dois construtos, não foram encontradas diferenças significativas (Murphy; Yuan; Elias, 2020).

O último estudo, realizado na Holanda, teve como objetivo avaliar os efeitos do programa Skills 4 Life na saúde mental, autoestima e autoeficácia dos estudantes. Resultados completos até o follow-up foram obtidos de 512 participantes. Os resultados finais ficaram divididos em 281 do grupo experimental e 229 do grupo controle (Pannebakker et al., 2018).

Foram encontradas diferenças significativas na redução de sintomas depressivos, além de aumento no sentimento de autoeficácia dos alunos. Não foram encontradas diferenças significativas na autoestima (Pannebakker et al., 2018). Os resultados encontrados são coerentes entre si e com o que se

dispõe de literatura sobre o trabalho com ASE e autoeficácia (McLeod; Boyes, 2021).

3.9 Ansiedade e depressão

Dois estudos realizados nos Estados Unidos abordaram a temática da depressão e ansiedade, a partir do impacto de intervenções de ASE (Allen et al., 2020; McLeod; Boyes, 2021). O primeiro desses teve como objetivo examinar o impacto da intervenção "Connection Project" com adolescentes em situação de vulnerabilidade. Participaram da intervenção 610 adolescentes, sendo 322 do grupo de intervenção e 288 do grupo controle. Foram realizadas avaliações pré e pós-teste, além de avaliação de follow-up quatro meses depois do final da intervenção. Como métricas de avaliação da intervenção foram investigados os construtos conforto com os colegas, proximidade entre pares, coping via apoio social, engajamento acadêmico e sintomas depressivos. No pós-teste, nenhuma das métricas apontou diferenças significativas entre o grupo controle e de intervenção. Por outro lado, no follow-up de quatro meses, todas as avaliações demonstraram diferenças significativas e os participantes do grupo de intervenção apresentaram maior uso de suporte social como estratégia de coping, maior engajamento acadêmico, maior proximidades dos pares e uma redução dos sintomas depressivos (Allen et al., 2020).

O segundo artigo examinou a eficácia de uma intervenção de ASE focada em respiração consciente e seu impacto nas mudanças de atitude, de comportamento, na performance acadêmica e física. Participaram 105 estudantes, sendo 35 no grupo de intervenção e 70 no grupo controle. Ambos os grupos responderam a avaliações pré e pós-teste e, também, foi conduzida uma avaliação qualitativa de follow-up com o grupo experimental (McLeod; Boyes, 2021).

Um dos objetivos do estudo foi verificar a efetividade da intervenção na redução da ansiedade de performance dos participantes. Para isso, foram utilizadas escalas de ansiedade, compreensão de leitura e medidores de frequência cardíaca. A pesquisa encontrou resultados significativos na redução da preocupação acerca de situações sociais, aumento na autoeficácia, na regulação emocional e na performance acadêmica (McLeod; Boyes, 2021). Os resultados encontrados nas intervenções são coerentes com o previsto em literatura em relação à autoeficácia e ao impacto encontrado no período de follow-up (Durlak et al., 2011; Murphy; Yuan; Elias, 2020; Pannebakker et al., 2019; Sarrionandia; Garaigordobil, 2015).

3.10 Empatia

Três estudos abordaram o tema da empatia, sendo dois realizados nos Estados Unidos e um na Espanha (Weisz et al., 2022; Mogro-Wilson; Tredinnick, 2020; Sánchez-Sansegundo et al., 2020). O primeiro artigo buscou testar uma nova perspectiva psicológica que pressupõe que a maioria das pessoas de forma natural são capazes de empatizar. Entretanto, essas pessoas não o fazem por não estarem suficientemente

motivadas. A partir disso, o estudo buscou desenvolver e comparar duas intervenções. Uma com a perspectiva tradicional de desenvolvimento de empatia e outra com a nova perspectiva (Weisz et al., 2022).

Participaram do estudo 857 estudantes com média de idade de 12 anos. Os participantes foram divididos em três grupos: 289 no grupo Normas Sociais (tradicional), 277 no grupo de Mudança de Mindset (nova perspectiva) e 291 no grupo controle. Foram utilizadas escalas de motivação para empatizar, normatividade social de empatia, maleabilidade de empatia, comportamento pró-social, agressão e solidão. Os resultados indicaram diferenças significativas na motivação para empatizar entre todos os grupos, sendo que o grupo de normas sociais apresentou maiores índices, seguido pelo grupo de mudança de mindset e, por último, o grupo controle. Ainda, o grupo de normas sociais teve maior pontuação na escala de normatividade social de empatia, enquanto não houve diferença significativa entre o grupo controle e o de mudança de mindset (Weisz et al., 2022).

O segundo artigo, também realizado nos Estados Unidos, avaliou a efetividade de um programa de ASE com artes visuais e música (Mogro-Wilson; Tredinnick, 2020). Participaram do estudo 304 estudantes com média de idade de 14 anos, sendo 143 do grupo intervenção e 161 do grupo controle. As autoras testaram três hipóteses: estudantes que participaram da intervenção aumentariam suas competências socioemocionais em relação ao grupo controle, meninas que participaram da intervenção teriam mais ganhos que os meninos que participaram, e que todas as facetas socioemocionais avaliadas teriam aumento significativo (Mogro-Wilson; Tredinnick, 2020).

Como medida de avaliação foi utilizado um índice de reatividade interpessoal com subescalas que incluem empatia, tomada de perspectiva, fantasia, preocupação e estresse pessoal. Os resultados encontrados corroboraram a primeira e a segunda hipóteses. Por outro lado, a terceira hipótese foi parcialmente corroborada. Foram encontrados resultados significativos nas subescalas de empatia, consciência social, tomada de perspectiva e preocupação empática, mas não nas subescalas de fantasia e de estresse pessoal (Mogro-Wilson; Tredinnick, 2020).

O terceiro artigo se refere a estudo realizado na Espanha, que utilizou o programa Reasoning and Rehabilitation (R&R) para avaliar sua efetividade no aumento de habilidades sociais e emocionais de adolescentes. A amostra do estudo foi composta por 142 estudantes com idades entre 13 e 17 anos e média de 16 anos. Desses, 68 compuseram o grupo de intervenção e 74 o grupo controle (Sánchez-Sansegundo et al., 2020).

Para avaliar os resultados da intervenção, foram utilizadas escalas que investigaram empatia, autoestima, habilidades sociais e resolução de problemas sociais. Foram realizadas análises pré e pós-teste, além de um follow-up. Os resultados encontrados mostraram diferenças significativas nas escalas

de autoestima, habilidades sociais e empatia tanto na avaliação pós-teste quanto no follow-up, com aumento para o grupo de intervenção. Na escala de resolução de problemas, apenas uma das subescalas teve resultado significativo: resolução racional (Sánchez-Sansegundo et al., 2020). Além de concordarem entre si, a literatura prévia corrobora os resultados encontrados nos artigos, relacionando intervenções de ASE com aumento na empatia e melhora nas competências socioemocionais (Knight et al., 2019).

3.11 Relacionamento interpessoal, bullying e violência

Seis estudos utilizaram intervenções de ASE para investigar seus efeitos nos relacionamentos interpessoais, no bullying ou na violência na adolescência. Desses, três foram realizados nos Estados Unidos, dois na Espanha e um na Inglaterra e País de Gales (Domino, 2012; Espelage et al., 2013; Garaigordobil et al., 2015; Jayman et al., 2018; Johnson; Simon; Mun, 2013; Sidera et al., 2019).

O primeiro artigo, de estudo realizado na Espanha, utilizou de uma intervenção conjunta de ASE e desengajamento moral com o intuito de melhorar a convivência e reduzir a agressividade entre pares. A intervenção foi composta por 11 sessões semanais de uma hora. Participaram do estudo 64 estudantes divididos igualmente em grupo controle e intervenção. Para avaliar o sucesso da intervenção foram utilizadas escalas de reatividade interpessoal, agressividade premeditada e impulsiva e mecanismos de desengajamento moral, além de um questionário sobre a percepção dos estudantes sobre o ambiente escolar (Sidera et al., 2019).

Neste estudo, os resultados encontrados foram o oposto do esperado. Não houve diferença significativa entre os grupos em nenhuma escala. Além disso, os resultados do questionário sobre a percepção dos alunos referente ao ambiente escolar, tanto no grupo controle quanto no grupo de intervenção, indicaram uma piora no ambiente escolar pós-intervenção. Na discussão dos resultados, os autores propõem que a ausência de resultados significativos poderia estar ligada à baixa probabilidade da amostra utilizada de se envolver em comportamentos agressivos e que a piora no ambiente escolar estaria condicionada ao desenvolvimento de maior consciência por parte dos estudantes sobre as qualidades negativas do ambiente pré-existent à intervenção (Sidera et al., 2019).

O segundo estudo, também realizado na Espanha, utilizou uma intervenção realizada a partir de um programa de computador junto com os estudantes nas escolas. A intervenção era composta por 19 sessões de uma hora cada com diversas atividades em grupo. O objetivo principal da proposta foi avaliar os efeitos do programa na prevenção e redução do assédio entre pares, seja esse cognitivo ou emocional (Garaigordobil et al., 2016). A amostra do estudo foi composta por 176 adolescentes entre 13 e 15 anos. Desses, 93 foram alocados no grupo experimental e 83 no grupo controle. Para avaliar a efetividade da intervenção foi utilizado

um questionário de avaliação do programa, com perguntas relacionadas à empatia, bullying, cyberbullying, expressão emocional, situações de violência, autoestima e bem-estar (Garaigordobil et al., 2016).

Os resultados obtidos a partir do questionário mostraram que a intervenção melhorou significativamente o ambiente escolar. Os participantes do grupo experimental tiveram suas capacidades de identificar situações de violência, de analisar as consequências negativas e de empatizar com as vítimas aumentadas significativamente. Ainda, o grupo experimental diminuiu seus comportamentos agressivos e aumentou seus comportamentos prosociais (Garaigordobil et al., 2016).

O primeiro dos estudos realizados nos Estados Unidos investigou o impacto de um programa de ASE na transição para o Ensino Médio. O programa é baseado no treinamento de estudantes do último ano para ajudarem na adaptação daqueles que estão entrando no período. O objetivo da intervenção foi investigar se os estudantes, que participaram da intervenção, teriam menores índices de abandono escolar. A amostra do estudo foi composta por 268 estudantes do 1º ano do Ensino Médio, além dos 16 estudantes do último ano que participaram como líderes dos oito grupos. Por meio de questionários, os estudantes foram divididos - apenas para análise - entre aqueles com alta probabilidade de se formar e aqueles com baixa probabilidade. Foram encontrados resultados significativos na intervenção, sendo, portanto, o programa efetivo em aumentar as taxas de graduação (Johnson; Simon; Mun, 2013).

O segundo estudo realizado no país buscou avaliar o impacto da intervenção Take the Lead de ASE na redução do bullying escolar. O programa era composto por 16 sessões semanais de aproximadamente 45 minutos, em que eram trabalhadas as competências socioemocionais. Participaram do estudo 323 estudantes do Ensino Fundamental, sendo 160 no grupo experimental e 163 no grupo controle. Foram encontrados resultados significativos que indicaram uma redução no bullying e na vitimização (Domino, 2013).

O terceiro estudo realizado nos Estados Unidos teve como objetivo avaliar o impacto do programa Second Step na redução das agressões, da vitimização e da violência sexual em alunos do Ensino Fundamental. Participaram do estudo 3.616 estudantes divididos em 1.940 para o grupo experimental e 1.676 no grupo controle. Foram avaliados perpetuação de bullying, vitimização, agressões físicas, homofobia e assédio sexual. Foram encontradas diferenças significativas apenas nas agressões físicas, em que os estudantes que participaram da intervenção se tornaram menos prováveis de se envolverem nesse tipo de situação (Espelage et al., 2013).

O último estudo, realizado na Inglaterra e País de Gales, focou no tema de relações interpessoais e teve como objetivo avaliar a efetividade da intervenção Pyramid Club em adolescentes de 11 a 14 anos. A amostra foi composta por 126 participantes divididos em grupo experimental e controle. Os resultados foram analisados por meio de avaliações pré e

pós-teste, follow-up e de forma qualitativa através de grupos focais. Nas avaliações pré e pós-teste foram encontradas diferenças significativas favoráveis ao grupo experimental, como, por exemplo, redução dos sintomas emocionais e nos problemas de relacionamento entre pares. Os resultados se mantiveram no follow-up realizado 12 meses depois. Ainda, os relatos qualitativos corroboraram os dados quantitativos (Jayman et al., 2018).

Com os resultados dos diferentes estudos, nessa temática, é possível identificar a efetividade dos programas de ASE na busca por redução do bullying, da violência e na melhora das relações interpessoais. Ainda, esses dados corroboram a premissa do trabalho com ASE defendida pela CASEL (CASEL, 2020).

3.12 Competências socioemocionais

Utilizando como métrica o desenvolvimento das próprias competências socioemocionais foram encontrados 12 artigos de diferentes regiões. Na Europa, foram escritos artigos na Irlanda (1), Holanda (2) e Portugal (3). Na América: Brasil (1), Chile (1) e Estados Unidos (3). Ainda, foi encontrado um artigo escrito na África: Uganda (1).

O artigo realizado na Irlanda buscou avaliar a efetividade do programa MindOut em adolescentes entre 15 e 18 anos. A amostra do estudo foi composta por 497 estudantes, sendo 246 do grupo de intervenção e 251 do grupo controle. Foram avaliadas autoestima, regulação emocional, inteligência emocional, habilidade de coping, autoeficácia, resolução de conflitos, tomada de decisão e outras medidas relacionadas ao bem-estar e questões acadêmicas. Os resultados encontrados indicaram que o programa avaliado atingiu impactos positivos nas habilidades socioemocionais, bem-estar e na saúde mental dos participantes. Resultados significativos foram observados na redução de supressão de emoções, redução na evitação e aumento no suporte social (Dowling; Simpkin; Barry, 2019).

O artigo que registra estudo realizado no Chile apresentou a avaliação do programa BASE em estudantes de quinto e sexto ano do Ensino Básico. Participaram do estudo 848 estudantes, sendo 610 do grupo intervenção e 238 do grupo controle. O estudo avaliou o bem-estar socioemocional, autoestima, ambiente escolar e integração social. Foram encontrados resultados significativos com um aumento na autoestima e uma melhora no ambiente escolar e na integração social favorável ao grupo experimental. Um dado interessante é que apesar de não ter sido observado aumento significativo no bem-estar socioemocional no grupo experimental, foi encontrada uma diminuição significativa do bem-estar do grupo controle entre o pré e pós-teste (Milicic et al., 2013). A diminuição do bem-estar na adolescência é um processo esperado de acordo com a literatura prévia (Bedin; Sarriera, 2020). Nesse sentido, manter o bem-estar em níveis estáveis pode ser considerado um ganho nessa fase.

O primeiro estudo realizado na Holanda examinou a efetividade do programa Skills4Life no desenvolvimento

das competências socioemocionais em adolescentes de 14 a 19 anos. A amostra foi composta por 739 estudantes, sendo esses divididos em 465 no grupo experimental e 274 no grupo controle (Van de Sande et al., 2022). Os resultados obtidos não demonstraram efeitos significativos na maioria das avaliações. Em uma amostra específica de estudantes não-ocidentais, dentro do estudo, foi encontrada uma melhora significativa na consciência social e nas habilidades sociais. Também, foi encontrado aumento significativo na autorregulação naqueles estudantes que tiveram a intervenção realizada por profissionais treinados ao invés de professores, o que condiz com a literatura que prevê que não basta colocar as atividades no currículo, mas também é necessário preparar os profissionais (Abed, 2022; Van de Sande et al., 2022).

O primeiro dos estudos publicados nos Estados Unidos buscou investigar os efeitos do programa SPARK em adolescentes do Ensino Médio. A amostra foi composta por 372 estudantes com média de 16 anos. Para avaliação foram utilizadas medidas de conhecimento sobre mente, pensamento e consciência, de habilidades de comunicação, tomada de decisão e resolução de problemas, de regulação emocional e de resiliência. Os estudantes que receberam a intervenção apresentaram aumento significativo no conhecimento sobre o funcionamento de suas mentes e pensamentos. Ainda, esse grupo também apresentou um acréscimo significativo em suas habilidades de comunicação, tomada de decisão e resolução de problemas. Não foi encontrada diferença significativa na regulação emocional (Green et al., 2022).

Um estudo realizado com mulheres estudantes em Uganda investigou o impacto da implementação de um currículo de ASE em dez escolas da região. A amostra do estudo foi composta por 280 meninas, sendo 214 no grupo experimental e 66 no grupo controle. Foram avaliadas métricas socioemocionais e de saúde mental. Foram encontradas diferenças significativas entre o pré e pós-teste em todas as variáveis socioemocionais avaliadas. Duas escolas, que participaram da intervenção, não obtiveram resultados significativos; entretanto, as meninas de ambas as escolas já apresentavam altos escores nas escalas utilizadas no pré-teste, o que pode ter influenciado nos resultados. Ainda, houve redução significativa nos sintomas depressivos no grupo experimental (Malhotra et al., 2021).

Coelho, Marchante e Sousa (2015) investigaram, em Portugal, o impacto de um programa de ASE em três anos diferentes do Ensino Fundamental. Os autores utilizaram como métricas pré e pós-teste, além de follow-up para avaliar a intervenção. Participaram da intervenção 1.091 estudantes, sendo 507 meninas e 584 meninos com idades entre 11 e 16 anos. Os resultados encontrados demonstraram diferenças significativas no aumento da consciência social, da autoestima, do autocontrole e da liderança. Ainda, foi observada uma diminuição no isolamento social e na ansiedade social nos participantes do grupo experimental. O estudo também hipotetizou que meninos teriam maiores benefícios com a aplicação do programa. Os resultados não deram suporte para

essa hipótese (Coelho; Marchante; Sousa, 2015).

O segundo estudo realizado nos Estados Unidos utilizou uma amostra de adolescentes latinos para avaliar os efeitos do programa Strong Teens. A amostra foi composta por 102 estudantes, com média de idade de 14 anos, que foram divididos em 49 para o grupo experimental e 53 para o grupo controle. A intervenção obteve resultados significativos em todas as métricas utilizadas: competências socioemocionais e resiliência. Ainda, foi avaliado o quanto os estudantes aprovaram a intervenção e, também, foram obtidos resultados positivos (Castro-Olivo, 2014).

O único estudo realizado no Brasil investigou a manutenção dos efeitos de uma intervenção socioemocional três e seis meses depois de sua aplicação. A amostra foi formada por 20 estudantes divididos, igualmente, em grupo experimental e controle. Considerando os dados de pré e pós-teste, somados aos dois follow-up, os marcos temporais de análise são T1, T2, T3 e T4 respectivamente. Os resultados encontrados demonstraram uma evolução constante, ao longo do tempo, no grupo experimental em relação a si e ao grupo controle. Ainda, nas dimensões negativas, como, por exemplo, internalização de problemas, o grupo intervenção atingiu médias significativamente menores em T4 em relação a si em T1 e em relação ao grupo controle em T4 (Souza; Soares; Freitas, 2021). Esses dados corroboram pesquisas anteriores, que garantem efetividade dessas intervenções ao longo do tempo e nessa faixa etária (Durlak et al., 2011).

Veríssimo et al. (2022) fizeram um estudo para avaliar a efetividade de um programa de promoção de habilidades socioemocionais em Portugal. A amostra foi composta por 50 participantes com idades entre 10 e 13 anos. Os estudantes foram divididos em 27 para o grupo controle e 23 para o grupo experimental. Os resultados da intervenção não apontaram resultados significativos em problemas emocionais e comportamentais. Por outro lado, três dimensões do autoconceito tiveram mudanças positivas e significativas: ajuste comportamental, diminuição na ansiedade e aumento na felicidade e satisfação (Veríssimo et al., 2022). Esses resultados são coerentes com outras pesquisas que apontam intervenções socioemocionais como eficazes na promoção de maior autoconceito (Coelho et al., 2021).

O segundo estudo realizado na Holanda investigou a efetividade de uma intervenção socioemocional nos domínios intra e interpessoal dos estudantes. A amostra foi composta por 1.299 estudantes divididos em quatro grupos diferentes. O grupo “Light” foi composto por 373 alunos e apenas alguns professores estavam envolvidos com a intervenção. O grupo “Standard” foi realizado por 303 estudantes e todos os professores estavam envolvidos na intervenção. O grupo “Plus” foi composto por 249 alunos e, além dos professores, os pais também se envolveram na intervenção. Por fim, no grupo controle participaram 374 estudantes. Os resultados encontrados sugerem que a intervenção foi moderadamente efetiva em estimular a autoestima, o autocontrole e a regulação

emocional nos estudantes. Ainda, a intervenção foi efetiva em melhorar alguns aspectos dos domínios intra e interpessoal dos estudantes como, por exemplo, bem-estar psicológico e autonomia sexual, mas apenas na condição do grupo Light (Mertens et al., 2022).

Knight et al. (2019) realizaram uma pesquisa nos Estados Unidos com duração de dois anos com o intuito de verificar se o programa STEP UP seria eficaz no desenvolvimento de empatia, autorregulação, competências sociais e responsabilidade. Participaram do estudo 59 estudantes com média de 12 anos, que foram divididos em grupo experimental e controle. Foram encontrados resultados significativos, que demonstraram a efetividade do programa no desenvolvimento socioemocional dos participantes. Aqueles que compuseram o grupo de intervenção tiveram um aumento em suas competências socioemocionais, além de um aumento na empatia e na responsabilidade.

O último artigo oriundo de estudo realizado em Portugal foi conduzido por Coelho et al. (2017) e buscou avaliar o impacto de um programa de ASE em uma escola de Ensino Fundamental. Participaram do estudo 628 estudantes com idades entre 11 e 17 anos, que foram divididos em 472 para o grupo de intervenção e 156 para o grupo controle. Foram encontrados resultados significativos no aumento da consciência social e do autocontrole. Ainda, o grupo intervenção obteve uma diminuição na ansiedade social em comparação ao grupo controle. Esses resultados estão em consonância com outro estudo realizado pelo mesmo autor, no qual foram avaliados construtos semelhantes (Coelho; Marchante; Sousa, 2015).

Os resultados desse grupo de artigos estão de acordo com outras literaturas da área que preveem o desenvolvimento de diversas características emocionais, de relacionamento, bem-estar e saúde mental a partir da utilização de intervenções de ASE (Binfet; Whitehead, 2019; Freedman, 2018; Milicic et al., 2013; Tejada-Gallardo; Blasco-Belled; AlsineT, 2022; Veríssimo et al., 2022; Waldemar et al., 2016).

4 Conclusão

A presente revisão sistemática teve como objetivo verificar quais são os principais construtos trabalhados em intervenções socioemocionais realizadas com adolescentes em escolas. A partir da análise dos artigos selecionados foi possível categorizar as publicações a partir de semelhanças entre os construtos avaliados. Essa divisão foi composta por 12 sessões arbitrariamente escolhidas.

Além disso, a maioria dos estudos encontrou resultados significativos, indicando, além da alta capilaridade de atuação, a efetividade desse trabalho nas escolas. Interessante perceber, também, que alguns estudos buscaram investigar não só a eficácia da intervenção, mas também fatores que poderiam influenciar nos resultados como, por exemplo, o engajamento dos participantes ou a participação de diferentes agentes.

Cabe destacar a disparidade de material produzido na

Europa e nos Estados Unidos em relação ao resto do Mundo. Nesse sentido, 31 dos 35 artigos presentes nesta revisão estão condensados nesses dois territórios do Norte global, o que indica uma falta de conteúdo referente a outras culturas. No Brasil foram encontrados dois artigos sobre o tema, sendo um realizado no Rio Grande do Sul e outro no Rio de Janeiro, o que também dificulta a compreensão dos reais dados referentes a ASE com adolescentes no país, visto o seu tamanho e diversidade cultural.

Ainda, pensando nas limitações do presente estudo, a concentração dos dados faz com que as intervenções propostas tenham que passar por validação cultural em caso de importação para novas culturas e evidenciam a incapacidade de incluir artigos diversos culturalmente na discussão. Além disso, foram considerados no estudo apenas artigos em português, inglês e espanhol. Outro fator limitador do estudo foi a amostra escolhida. Atualmente, o número de artigos que trabalha a ASE com crianças é maior do que adolescentes e muitos estudos foram excluídos por essa razão.

Por fim, apesar de em grande parte os resultados serem coerentes entre si, ainda existem intervenções nas quais os resultados encontrados vão contra o que é pressuposto por outros estudos ou pelas instituições. Esses dados indicam a necessidade de que pesquisas nesse tópico continuem sendo realizadas. O presente trabalho busca contribuir com esse objetivo, de construir uma educação cada vez mais conectada não só com o raciocínio da matemática tradicional, mas também com o desenvolvimento saudável dos jovens.

Referências

- ABED, A. Teorias sobre Aprendizagem Socioemocional. Em MARIN, A.; FREITAS, B. Aprendizagem socioemocional e atenção plena no contexto escola brasileiro. Porto Alegre: Gênese, 2022. p.46-79.
- ALLEN, J. et al. The connection project: changing the peer environment to improve outcomes for marginalized adolescents. *Develop. Psychopathol.*, v.33, p.647-657, 2020. doi: <https://doi.org/10.1017%2FS0954579419001731>
- BEDIN, L.M.; SARRIERA, J. C. O Bem-estar infantil: direitos das crianças e satisfação com seus contextos de vida. Porto Alegre: Ideograf, 2020.
- BINFET, J.T.; WHITEHEAD, J. The effect of engagement in a kindness intervention on adolescents' well-being: a randomized controlled trial. *Int. J. Emotional Educ.*, v.11, n.2, p.33-49, 2019.
- BONO, G. et al. A new approach to gratitude interventions in high schools that supports students well-being. *J. Positive Psychol.*, v.15, 2020. doi: <https://doi.org/10.1080/17439760.2020.1789712>
- BRASIL, (2017). Base Nacional Comum Curricular. 2017. Brasília: MEC, 2017.
- CASTRO-OLIVO, S.M. Promoting social-emotional learning in adolescent lation ells: a study of the culturally adapted strong teens program. *School Psychol. Quarterly*, v. 29, n.4, p.567-577, 2014. doi: <https://doi.org/10.1037/spq0000055>
- COELHO, V.A.; MARCHANTE, M.; SOUSA, V. Positive attitude: a multilevel model analysis of the effectiveness of a Social and Emotional Learning Program for Portuguese middle school students. *J. Adolesc.*, v.43, p.29-38, 2015. doi: <http://>

dx.doi.org/10.1016/j.adolescence.2015.05.009

COELHO, V.A. et al. The impact of a Portuguese middle school social-emotional learning program. *Health Prom. Int.*, v.32, n.2 p.292-300, 2017. doi: <https://doi.org/10.1093/heapro/dav064>

COELHO, V.A. et al. A nationwide analysis of the effectiveness of a Social and Emotional Learning program in Portugal: focus on the role of developers' involvement. *Revista de Psicodidáctica*, v.26, n.2, p.152-159, 2021. doi: <https://doi.org/10.1016/j.psicoe.2021.04.001>

Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning. Framework or systemic social and emotional learning. 2020.

DOMINO, M. Measuring the impact of an alternative approach to school bullying. *J. School Health*, v.83, n.6, p.430-437, 2013. doi: <https://doi.org/10.1111/josh.12047>

DOWLING, K.; SIMPKIN, A.; BARRY, M. A cluster randomized-controlled trial of the mindout social and emotional learning program for disadvantaged post-primary school students. *J. Youth Adolesc.*, v.48, p.1245-1263, 2019. doi: <https://doi.org/10.1007/s10964-019-00987-3>

DURLAK, J.A. et al. The impact of enhancing students' social and emotional learning: a meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Develop.*, v.82, n.1, p.405-432, 2011. doi: <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x>

ESPELAGE, D.L. et al. The impact of a middle school program to reduce aggression, victimization and sexual violence. *J. Adolesc. Health*, v.53, p.180-186, 2013. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.jadohealth.2013.02.021>

FRANK, J.L. et al. The effectiveness of a teacher-delivered mindfulness-based curriculum on adolescent social-emotional and executive functioning. *Mindfulness*, v.12, p.1234-1251, 2021. doi: <https://doi.org/10.1007/s12671-021-01594-9>

FREITAS, B.I.; MARIN, A.H. Aprendizagem socioemocional e atenção plena no contexto escola brasileiro. Porto Alegre: Gênese, 2022.

FLYNN, D. et al. Innovations in practice: dialectical behaviour therapy - skills training for emotional problem solving for adolescents (DBT STEPS-A): evaluation of a pilot implementation in Irish post-primary schools. *Child Adolesc. Mental Health*, v.23, n.4, p.376-389, 2018. doi: <https://doi.org/10.1111/camh.12284>

FREEDMAN, S. Forgiveness as an educational goal with at-risk adolescents. *J. Moral Educ.*, v.47, p.415-431, 2018. doi: <https://doi.org/10.1080/03057240.2017.1399869>

GARAIGORDOBIL, M. et al. Efectos de Cyberprogram 2.0 en factores de desarrollo socioemocional. *Pensamiento Psicol.*, v.14, n.1, p.33-47, 2016. doi: <http://dx.doi.org/10.11144/Javerianacali.PPS14-1.ecfd>

GREEN, A. et al. Effects of the SPARK teen mentoring program for high school students. *J. Child Family Stud.*, v.31, p.1982-1993, 2022. doi: <https://doi.org/10.1007/s10826-022-02298-x>

HELMINEM, E.C. et al. Stress-buffering effects of mindfulness programming for adolescents in schools during periods of high-and low-stress. *ECNU Rev Educ.*, p.1-19, 2022. doi: <http://dx.doi.org/10.1177/20965311221100563>

KNIGHT, M.A. et al. Strategies and tools to embrace prevention with upstream programs: a novel pilot program for enhancing social and emotional protective factors in middle school. *Children Schools*, v.41, n.4, p.213-220, 2019. doi: <https://doi.org/10.1093/cs/cdz020>

JAYMAN, M. et al. Improving socio-emotional health for pupils in early secondary education with Pyramid: a school-based, early intervention model. *British Journal of Educational Psychology*,

v.89, p.111-130, 2018. doi: <https://doi.org/10.1111/bjep.12225>

JOHNSON, V.; SIMON, P.; MUN, E. A peer-led high school transition program increases graduation rates among latino males. *J. Educ. Res.*, v.107, p.186-196, 2013. doi: <https://doi.org/10.1080/00220671.2013.788991>

MALHOTRA, N. et al. Improving social and emotional learning for school girls: An impact study of curriculum-based socio-emotional education in rural Uganda. *Int. J. Educ. Res.*, v.108, 2021. doi: <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2021.101778>

MARIN, A.H.; ALVARENGA, P. Contribuições da aprendizagem socioemocional e da atenção plena para intervenções em psicologia do desenvolvimento. In: MARIN, A.; FREITAS, B. Aprendizagem socioemocional e atenção plena no contexto escola brasileiro. Porto Alegre: Gênese, 2022. p.16-45.

MCLEOD, C.; BOYES, M. the effectiveness of a social-emotional learning strategies and mindful breathing with biofeedback on the reduction of adolescent test anxiety. *Can. J. Educ.*, v.44, v.3, p.815-847, 2021. doi: <https://doi.org/10.53967/cje-rce.v44i3.4869>

MERTENS, E.C.A. et al. Solid as a rock, flexible as water? Effectiveness of a school-based intervention addressing students' intrapersonal and interpersonal domains. *J. School Psychol.*, v.92, p.1-18, 2022. doi: <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2022.02.002>

MILICIC, N. et al. Aprendizaje socioemocional en estudiantes de quinto y sexto grado: presentación y evaluación de impacto del programa BASE. *Ensaio Aval. Pol. Públicas Educ.*, v.21, n.81, p.645-666, 2012. doi: <https://doi.org/10.1590/S0104-40362013000400002>

MOHER, D. Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: The PRISMA Statement. *Ann. Int. Med.*, v.151, n.4, 2009. doi: <https://doi.org/10.7326/0003-4819-151-4-200908180-00135>

MOGRO-WILSON, C.; TREDINNICK, L. Influencing social and emotional awareness and empathy with a visual arts and music intervention for adolescents. *Children Schools*, v.42, n.2, p.1-9. 2020. doi: <http://dx.doi.org/10.1093/cs/cdaa008>

MURPHY, N.A.; YUAN, M.; ELIAS, M.J. Youth leadership programming in high-poverty minority students. *Eval. Prog. Plan.*, v.79. 2020. doi: <https://doi.org/10.1016/j.evalproplan.2019.101728>

PANNEBAKER, F. et al. A social gradient in the effects of the skills for life program on self-efficacy and mental wellbeing of adolescents students. *J. School Health*, v.89, n.7, p.587-595, 2019. doi: <https://doi.org/10.1111/josh.12779>

SANCHEZ-SANSEGUNDO, M. et al. Effectiveness of the reasoning and rehabilitation v2 programme for improving personal and social skills ins spanish adolescents students. *Int. J. Environ. Res. Public Health*. v.17, n.9, 2020. doi: <https://doi.org/10.3390/ijerph17093040>

SANTOS, P.H.F. et al. Intervenções baseadas em Mindfulness no contexto educativo brasileiro: da mitigação do sofrimento ocupacional à ampliação do poder de ação e transformação. In: MARIN, A.; FREITAS, B. Aprendizagem socioemocional e atenção plena no contexto escola brasileiro. Porto Alegre: Gênese, 2022. p.122-157.

SARRIONANDIA, A.; GARAIGORDOBIL, M. Efectos de un programa de inteligencia socioemocional en factores socioemocionales y sintomas psicomaticos. *Rev Latinoam. Psicol.*, v.49, n.2, 110-118, 2017. doi: <https://doi.org/10.1016/j.rlp.2015.12.001>

SIDERA, F. et al. Aplicación de un programa de aprendizaje socioemocional y moral para mejorar la convivencia en educación

secundaria. Univ. Psychol., v.18, n.4, 2019. doi: <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy18-4.apas>

SOUZA, M.S.; SOARES, A.B.; FREITAS, C.P.P. Social Emotional Learning (SEL) Program Among Fifth graders, Three and Six Months Later. Rev Colomb. Psicol., v.31, n.1. 2022. doi: <https://doi.org/10.15446/rcp.v31n1.83042>

TEJADA-GALLARDO, C.; BLASCO-BELLED, A.; ALSINET, C. Impact of a School-Based Multicomponent Positive Psychology Intervention on Adolescents' Time Attitudes: a latent transition analysis. J. Youth Adolesc., v.51, p.1002-1016, 2021. doi: <https://doi.org/10.1007/s10964-021-01562-5>

VAN DE SANDE, M. et al. Effects of an SEL Program in a Diverse Population of Low Achieving Secondary Education Students. Front. Educ., v.6. 2022. doi: <https://doi.org/10.3389/educ.2021.744388>

VERÍSSIMO, L, et al. Socioemotional Skills Program with a Group of Socioeconomically Disadvantaged Young Adolescents: impacts on self-concept and emotional behavioral problems. Children. v.9, n.5. 2022. doi: <https://doi.org/10.3390/children9050680>

WALDEMAR, J.O.C. et al. Impact of a combined mindfulness and social-emotional learning program on fifth graders in a brazilian public school setting. Psychol. Neurosci., v.9, n.1, p.79-90, 2016. doi: <http://dx.doi.org/10.1037/pne0000044>

WEISZ, E. et al. A brief intervention to motivate empathy among middle school students. J. Experim. Psychol., v.151, n.12, p.3144-3153, 2022. doi: <http://dx.doi.org/10.1037/xge0001249>

WHO - World Health Organization. Physical status: the use and interpretation of anthropometry. 1995.