

HABILIDADES SOCIAIS NA PROMOÇÃO DE SAÚDE: PREDITORAS DA SAÚDE MENTAL E SEXUAL

Ana Carina Peixoto (anacarinapeixoto.psic@gmail.com)¹□, Carla Bernardett Santos (carlabernardettsantos@gmail.com)¹, & Rute F. Meneses (rmeneses@ufp.edu.pt)²

¹FCFS–Universidade Fernando Pessoa, Porto, Portugal; ²FCFS / CTEC / FP-B2S / HE – Universidade Fernando Pessoa, Porto, Portugal

RESUMO: A saúde, definida como um estado dinâmico que integra aspetos físicos, mentais e sociais, implica a relação entre estes, assumindo-se a sua promoção como uma estratégia relevante, com impacto significativo em estudantes do ensino superior. Os objectivos do presente estudo são: explorar a relação entre habilidades sociais, traços de personalidade e satisfação sexual e verificar se as habilidades sociais predizem as restantes variáveis, em estudantes do ensino superior. Neste estudo transversal, descritivo correlacional, o IHS - Inventário de Habilidades Sociais (Del Prette & Del Prette, 2001, adaptado para a população Portuguesa por Santos, Peixoto, & Meneses, 2017), o NEO-FFI (Lima & Simões, 2000) e a NSSS - Nova Escala de Satisfação Sexual (Santos Pechorro et al., 2015) foram administrados a 200 estudantes, com idade média de 23 anos, de três instituições do ensino superior do Norte de Portugal. As habilidades sociais correlacionaram-se e predisseram os traços de personalidade (explicando entre 5,7% e 33,7% da sua variância) e a satisfação sexual (explicando entre 4,6% e 7,9% da sua variância) da amostra. As habilidades sociais, ao revelarem potencial na promoção da saúde mental e sexual, sugerem a pertinência do seu treino junto de estudantes do ensino superior.

Palavras-chave: habilidades sociais, traços de personalidade, satisfação sexual, promoção da saúde, estudantes do ensino superior

SOCIAL SKILLS IN HEALTH PROMOTION: MENTAL AND SEXUAL HEALTH PREDICTORS

ABSTRACT: Health, defined as a dynamic state that integrates physical, mental and social aspects, implies the relationship between them. It is assumed that its promotion is a relevant strategy, with a significant impact on higher education students. The aims of the present study are: to explore the relationship between social skills, personality traits and sexual satisfaction and to verify if social skills predict the remaining variables in higher education students. In this cross-sectional, correlational study, the IHS - Social Skills Inventory (Del Prette & Del Prette, 2001, adapted for the Portuguese population by Santos, Peixoto & Meneses, 2017), the NEO-FFI (Lima & Simões, 2000) and the NSSS - New Sexual Satisfaction Scale (Santos Pechorro et al., 2015) were administered to 200 students, with a mean, age of 23 years, from three higher education institutions of the North of Portugal. Social skills correlated with and predicted the sample's personality traits (explaining between 5.7% and 33.7% of their variance) and sexual satisfaction (explaining between 4.6% and 7.9% of the its variance).

□ Praça 9 de Abril, 349, 4249-004 Porto, Portugal. e-mail:anacarinapeixoto.psic@gmail.com

HABILIDADES SOCIAIS NA SAÚDE MENTAL E SEXUAL

Social skills' potential in the promotion of mental and sexual health suggest the pertinence of their training among higher education students.

Keywords: social skills, personality traits, sexual satisfaction, health promotion, higher education students

Recebido em 30 de Novembro de 2017/ Aceite em 31 de Dezembro de 2017

A saúde é definida, segundo a Organização Mundial de Saúde, como um estado dinâmico que integra aspetos físicos, mentais e sociais (WHO, 1946). Ao assumir um carácter dinâmico, e não mais uma noção estática e formal, o conceito de saúde implica a existência de uma relação entre estes componentes (Silva, 2008).

Se inicialmente era atribuído ao equilíbrio físico-mental a essência para o perfeito bem-estar, recentemente essa ideia têm-se mostrado ultrapassada, ao assumir-se que não basta apenas o equilíbrio entre este binómio físico-mental, sendo necessário que o indivíduo esteja bem integrado no seu meio e ajustado às exigências deste (Neto, Dendasck, & Oliveira, 2016). Assim, reafirmando-se a importância da componente social, valorizando a interação/socialização para o bem-estar global do indivíduo, a saúde passa a apresentar-se como um constructo menos individualista e mais coletivo (Buss & Filho, 2007).

As habilidades sociais, ao referirem-se ao conjunto de comportamentos necessários na interação do indivíduo com os outros (Bartholomeu, Carvalho, Silva, Miguel, & Machado, 2011; Del Prette & Del Prette, 2001), auxiliam a uma melhor adaptação do indivíduo ao meio, contribuindo, não só, mas também, para a saúde social.

A interação entre os componentes social, mental e físico no constructo Saúde leva a considerar que a forma como o indivíduo interage com os outros, ou a sua melhor ou pior integração no meio social, poderá ter impacto em determinadas características (físicas e mentais), tais como personalidade e sexualidade (Del Prette, Del Prette, Barreto, & Bandeira, 2004; Gomide, Salvo, Pinheiro, & Sabbag, 2015). Bueno, Oliveira, e Oliveira (2001) e Del Prette et al. (2004) apoiam esta afirmação ao encontrarem, nos seus estudos com universitários, correlações entre habilidades sociais e dimensões da personalidade, concluindo que determinadas habilidades sociais poderão facilitar o *feedback* positivo que o indivíduo recebe dos pares.

Também a saúde sexual implica que o indivíduo vivencie um conjunto de experiências gratificantes. Desta forma, um reportório de habilidades sociais elaborado contribui para uma maior satisfação sexual (Pereira et al., 2015). Ou seja, as habilidades sociais, ao proporcionarem ao indivíduo ferramentas que lhe permitem estabelecer relações de maior qualidade, poderão permitir um melhor desempenho com os pares e a obtenção de maior satisfação sexual (Murta et al., 2012). Perspetivando-se a promoção das habilidades sociais como uma estratégia relevante para o bem-estar social e dado o (potencial) impacto destas sobre os restantes componentes da saúde, então elas poderão ter um contributo relevante para o conceito de saúde em geral (Bircher, 2005).

Considerando-se, habitualmente, que a população universitária está integrada numa rica rede de relações interpessoais (Soares & Del Prette, 2015), o presente estudo, assente numa perspetiva interacionista entre os componentes que integram a Saúde, tem como objetivos explorar a relação entre habilidades sociais, traços de personalidade e satisfação sexual e verificar se as habilidades sociais predizem as restantes variáveis, em estudantes do ensino superior.

MÉTODO

Participantes

No presente estudo, transversal, a amostra foi constituída de acordo com os seguintes critérios de inclusão: ter idade igual ou superior a 18 anos, estudar numa de três instituições de ensino superior da zona norte de Portugal contactadas, ter nacionalidade portuguesa e aceitar participar no estudo. Participaram, assim, 200 estudantes, com idades compreendidas entre 18 e 66 anos ($M = 23,64$; $DP = 7,57$).

Quanto à (restante) caracterização sociodemográfica da amostra (Quadro 1), observa-se uma predominância de participantes do sexo feminino, solteiros, a frequentar os cursos de Criminologia e Psicologia, e que na sua maioria já tinham iniciado a atividade sexual.

Quadro 1.

Caraterização Sociodemográfica da Amostra

	<i>n</i>	%
Género		
Feminino	125	62,5
Masculino	74	37,0
Omissos	1	0,5
Estado Civil		
Solteiro/a	111	55,5
Num relacionamento	62	31,0
Casado/União de facto	16	8,0
Divorciado	3	1,5
Omissos	8	4,0
Curso Frequentado		
Criminologia	63	31,5
Psicologia	54	27,0
Medicina Dentária	33	16,5
Fisioterapia	21	10,5
Engenharia Civil	12	6,0
Engenharia Informática	11	5,5
Engenharia Ambiental	6	3,0
Iniciou a vida sexual		
Sim	166	83,0
Não	30	15,0
Omissos	4	2,0

Material

O protocolo de avaliação integrou: um Questionário Sociodemográfico e Clínico, elaborado de forma a obter uma melhor caracterização da amostra; o Inventário de Habilidades Sociais (IHS; Del Prette & Del Prette, 2001, adaptado para população portuguesa por Santos, Peixoto, & Meneses, 2017); o *Neo Five - Fator Inventory* (NEO-FFI; Lima & Simões, 2000); e a Nova Escala de Satisfação Sexual (NSSS; Santos Pechorro et al., 2015).

O IHS permite avaliar dimensões situacionais e comportamentais do desempenho social em diferentes situações diárias através da estimativa da frequência com que o indivíduo reage da forma indicada em cada item (Del Prette & Del Prette, 2001). É constituído por 38 itens agrupados em cinco fatores: F1. Enfrentamento e autoafirmação com risco (11 itens); F2. Autoafirmação na expressão de afeto positivo (7

HABILIDADES SOCIAIS NA SAÚDE MENTAL E SEXUAL

itens); F3. Conversação e desenvoltura social (7 itens); F4. Autoexposição a desconhecidos ou situações novas (4 itens); e F5. Autocontrole da agressividade em situações aversivas (3 itens). A resposta é dada numa escala tipo *likert* que varia entre 0 (nunca ou raramente) e 4 (sempre ou quase sempre), variando o *score* total de 0 a 152 (Del Prette & Del Prette, 2001). Um elevado *score* total indica um reportório de habilidades sociais bastante elaborado, ao passo que um *score* total baixo indica um fraco reportório de habilidades sociais e necessidade de intervenção (Del Prette & Del Prette, 2001). Os valores de Alfa de *Cronbach* obtidos no presente estudo foram: para o IHS total de 0,82, para o F1 de 0,73, para o F2 de 0,65, para o F3 de 0,61, para o F4 de 0,36 e para o F5 de 0,37. Uma vez que os valores de Alfa de *Cronbach* obtidos para o F4 e o F5 se apresentam inferiores ao recomendado, optou-se pela exclusão destes dois fatores do IHS das análises estatísticas.

O NEO-FFI de Lima e Simões (2000) é a versão portuguesa do NEO-Five Factor Inventory-NEO-FFI (Costa & McCrae, 1992), versão reduzida do NEO-PI-R. É um instrumento baseado numa taxonomia compreensiva dos traços de personalidade com cinco dimensões: Neuroticismo, Extroversão, Abertura à experiência, Amabilidade/Socialização e Conscienciosidade/Escurpulosidade (Lima & Simões, 2000). É constituído por 60 itens, sendo cada dimensão constituída por 12 itens e cada traço medido numa escala tipo *likert* que varia entre 0 (Discordo Fortemente) e 4 (Concordo Fortemente); a pontuação de cada dimensão pode variar entre 0 e 48 pontos, sendo que valores mais elevados em cada dimensão indicam maior presença do respetivo traço de personalidade (Costa & McCrae, 2000). Os valores de Alfa de *Cronbach* obtidos no presente estudo foram: para o *NEO-FFI total* de 0,82, para o *Neuroticismo* de 0,80, para a *Extroversão* de 0,68, para a *Abertura à experiência* de 0,58, para a *Amabilidade* de 0,61 e para a *Conscienciosidade* de 0,82. Uma vez mais, os valores obtidos requerem um especial cuidado na interpretação dos resultados relativos à *Abertura à experiência*, que já na versão original apresentou o valor de α mais baixo ($\alpha=0,71$; Lima & Simões, 2000).

A NSSS é uma escala composta por 20 itens ordinais com resposta numa escala tipo *likert* que varia entre 1 (Nada Satisfeito) e 5 (Totalmente Satisfeito), cuja estrutura é bidimensional, constituída por duas subescalas: Centração no Eu (itens 1 a 10) e Centração no Parceiro e na Atividade Sexual (itens 11 a 20) (Santos Pechorro et al., 2015). Os resultados da cada dimensão são obtidos pela soma das respostas aos itens individuais dessa dimensão, que podem variar entre 10 e 50, e a pontuação total é obtida pela soma das pontuações de todos os itens, podendo variar entre 20 e 100. Sendo que uma pontuação mais elevada indica níveis mais elevados de satisfação sexual. Os valores de Alfa de *Cronbach* obtidos para a escala no presente estudo situaram-se entre 0,91 e 0,95.

Procedimento

No presente estudo foram tidos em consideração os princípios éticos constantes da Declaração de Helsínquia para investigações que envolvem seres humanos, bem como os que integram o Código Deontológico da Ordem dos Psicólogos Portugueses. Assim, após a aprovação por parte da Comissão de Ética da Universidade Fernando Pessoa, Direção das 3 instituições de ensino superior e docentes contactados para a recolha de dados, foi obtido o consentimento informado e realizada a autoadministração dos questionários em contexto de sala de aula na presença de uma ou duas das três investigadoras.

RESULTADOS

Relação entre Habilidades Sociais e Personalidade e Satisfação Sexual

No Quadro 2 são apresentadas as correlações (Pearson) entre os *scores* relativos às habilidades sociais e às dimensões da personalidade e à satisfação sexual.

Quadro 2.

Correlações entre Habilidades Sociais, Personalidade e Sexualidade

	F1. Enfrentamento e autoafirmação com risco	F2. Autoafirmação na expressão de afeto positivo	F3. Conversação e desenvoltura social	IHS Total
Traços de Personalidade				
Neuroticismo	-0,21**	-0,09	-0,28***	-0,32***
Extroversão	0,43***	0,46***	0,36***	0,59***
Abertura à experiência	0,14*	0,26**	0,19**	0,25***
Amabilidade	0,13	0,47***	0,18**	0,38***
Conscienciosidade	0,24***	0,40***	0,27***	0,42***
NEO-FFI Total	0,23**	0,49***	0,22**	0,42***
Satisfação Sexual				
NSSS A	0,2***	0,17*	0,006	0,25**
NSSS B	0,12	0,10	0,01	0,11
NSSS Total	0,227**	0,151	0,013	0,200*

* $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

Foram observadas correlações estatisticamente significativas entre todos os *scores* do IHS avaliados e do NEO-FFI, à exceção das relações entre o Enfrentamento e Autoafirmação com risco e a Amabilidade e entre a Autoafirmação na expressão de afeto positivo e o Neuroticismo. As correlações encontradas entre as habilidades sociais e os traços de personalidade podem caracterizar-se como positivas entre muito fracas a moderadas, com exceção das correlações entre as habilidades sociais e o Neuroticismo, que são negativas (Pestana & Gageiro, 2014).

No que se refere à relação entre as habilidades sociais e a satisfação sexual, foram encontradas correlações positivas, entre muito fracas a moderadas, sendo estas estatisticamente significativas entre o Enfrentamento e Autoafirmação com risco e a NSSS A - Centração no Eu e NSSS Total; a Autoafirmação na expressão de afeto positivo e a NSSS A - Centração no Eu; e o IHS Total e a NSSS A - Centração no Eu e NSSS Total.

Dada a existência de correlações estatisticamente significativas entre as variáveis estudadas, foi aplicada a regressão múltipla, de forma a verificar se as habilidades sociais apresentavam capacidade preditiva para os traços de personalidade e para a satisfação sexual da amostra.

Preditores dos traços de Personalidade

Em relação ao Neuroticismo, o F1 e o F3 evidenciaram, de forma negativa, uma predição significativa ($\beta = -0,17$, $p < 0,01$; $\beta = -0,24$, $p < 0,001$, respetivamente), sendo o F3 o que apresentou maior capacidade preditiva. Os fatores F1, F2 e F3 evidenciaram, de forma positiva, uma predição significativa da Extroversão ($\beta = 0,26$, $p < 0,001$; $\beta = 0,32$, $p < 0,001$; $\beta = 0,22$, $p < 0,001$, respetivamente), sendo o F2 a apresentar maior capacidade preditiva. No que concerne a Abertura à Experiência, o F2 foi o único fator que evidenciou, de forma positiva, uma predição significativa ($\beta = 0,17$, $p = 0,02$). Relativamente à Amabilidade, apenas o F2 evidenciou, de forma positiva, uma predição significativa ($\beta = 0,48$, $p < 0,001$). O F2 e o F3 evidenciaram, de forma positiva, uma predição significativa da Conscienciosidade, sendo o F2 o fator com maior capacidade preditiva ($\beta = 0,34$, $p < 0,001$; $\beta = 0,17$, $p = 0,012$, respetivamente). Finalmente, o F2 foi o único fator que evidenciou, de forma positiva, uma predição significativa da escala total ($\beta = 0,46$, $p < 0,001$). De acordo com os resultados apresentados, verifica-se que o F2 foi o fator que demonstrou maior capacidade preditiva dos traços de personalidade.

HABILIDADES SOCIAIS NA SAÚDE MENTAL E SEXUAL

Preditores da Satisfação Sexual

O F1 foi o único fator das habilidades sociais que evidenciou, de forma positiva, uma predição significativa da NSSS A - Centração no Eu e NSSS Total ($\beta = 0,26$, $p = 0,001$; $\beta = 0,22$, $p = 0,004$, respetivamente).

DISCUSSÃO

Na amostra de estudantes do ensino superior estudada, as habilidades sociais correlacionaram-se e predisseram os traços de personalidade e a satisfação sexual. Os presentes resultados corroboram os achados dos estudos de Bartholomeu, Nunes, e Machado (2008) e de Bueno, Oliveira, e Oliveira (2001) que, nas suas investigações com estudantes universitários, encontraram relação entre as habilidades sociais aqui avaliadas e os traços de personalidade. Os resultados obtidos confirmam ainda os resultados encontrados por Pereira et al. (2015) que mostram que quanto maior for o reportório de habilidades sociais do indivíduo, mais elevada tenderá a ser a sua satisfação sexual.

Assim, integrando os resultados obtidos no presente estudo e articulando-os com a literatura revista, pode-se concluir que os indivíduos que apresentem maior/melhor reportório de habilidades sociais tenderão a apresentar determinados traços de personalidade, podendo as habilidades sociais funcionar como promotoras de gratificações positivas recebidas por parte dos outros (Bueno, Oliveira, & Oliveira, 2001; Costa & McCrae, 2000). Ao permitirem uma interação mais adequada com os que o rodeiam, as habilidades sociais acabam por ter impacto nas relações que o indivíduo estabelece e no modo como este se comporta na relação com os pares (Murta et al., 2012).

Deste modo, os presentes resultados reforçam a ideia de que a componente social, aqui representada pelas habilidades sociais, poderá influenciar as componentes física e mental (i.e., neste caso, satisfação sexual e traços de personalidade) da Saúde. Assim, uma vez que as habilidades sociais da amostra estudada predisseram traços de personalidade e satisfação sexual, pode-se supor que a sua presença (ou ausência) poderá predizer diferentes características de personalidade e ter implicações na maior ou menor satisfação sexual de (outros) estudantes do ensino superior.

Desta forma, as habilidades sociais, ao revelarem potencial na promoção da saúde mental e sexual, sugerem a pertinência do seu treino junto de estudantes do ensino superior, de modo a promover a sua Saúde. É, todavia, importante testar esta hipótese, bem como replicar o presente estudo noutra amostra, (mais) representativa dos estudantes do ensino superior Português, sendo de sublinhar que a (elevada) amplitude etária da amostra estudada, atualmente frequente no ensino superior Português, é uma limitação do estudo. É ainda de enfatizar que, em futuros estudos, nomeadamente na validação do IHS para a população portuguesa, é aconselhável a realização de análises complementares aos F4 e F5 do inventário.

REFERÊNCIAS

- Bartholomeu, D., Nunes, C. H., & Machado, A. A. (2008). Traços de personalidade e habilidades sociais em universitários. *Psico-USF*, *13*, 41-50. doi: 10.1590/s1413-82712008000100006.
- Bartholomeu, D., Carvalho, L. F., Silva, M. C., Miguel, F. K., & Machado, A. A. (2011). Aceitação e rejeição entre pares e habilidades sociais em universitários. *Estudos de Psicologia*, *16*, 155-162. doi: 10.1590/s1413-294x20110002000066.
- Bircher J. (2005). Towards a dynamic definition of health and disease. *Medicine Health Care Philos*, *8*, 335-341. doi: 10.1007/s11019-005-0538-y.
- Bueno, J., Oliveira, M., & Oliveira, J. (2001). Um estudo correlacional entre habilidades sociais e traços de personalidade com universitários. *Psico – USF*, *6*, 31-38. doi: 10.1590/s1413-82712001000100005.

- Buss, P., & Filho, A. (2007). A Saúde e seus Determinantes Sociais. *PHYSIS: Revista Saúde Coletiva*, 17, 77-93. doi: 10.1590/s0103-733120070000100006.
- Costa, P., & McCrae, R. (2000). *Manual Profissional - NEO PI-R, Inventário de Personalidade NEO Revisto* (1ªed.). Lisboa: CEGOC-TEA Lda.
- Del Prette, A., & Del Prette, Z. A. (2001). *Inventário de Habilidades Sociais :Manual de aplicação, apuração e interpretação*. São Paulo: Casapsi Livraria e Editora Ltda.
- Del Prette, Z. A., Del Prette, A., Barreto, M. C., Bandeira, M., Rios-Saldaña, M. R., Ulian, A. L., & Villa, B. B. (2004). Habilidades Sociais de Estudantes de Psicologia: Um Estudo Multicêntrico. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 17, 341-350. doi: 10.1590/s0102-79720040000300007.
- Gomide, P., Salvo, C., Pinheiro, D., & Sabbag, G. (2015). Correlação entre práticas educativas, depressão, estresse e habilidades sociais. *Psico-USF*, 10, 169-178. doi:10.1590/s1413-82712005000200008.
- Lima, M., & Simões, A. (2000). A teoria dos cinco fatores: Uma proposta inovadora ou apenas uma boa arrumação do caleidoscópio personológico? *Análise Psicológica*, 2, 171-179. doi: 10.14417/ap.412.
- Murta, S., Ribeiro, D., Rosa, I., Menezes, J., Ribeiro, M., Borges, O., Del Prette, Z. (2012). Programa de habilidades interpessoais e direitos sexuais e reprodutivos para adolescentes: um relato de experiência. *Psico-USF*, 17, 21-32. doi: 10.1590/s1413-82712012000100004.
- Neto, C., Dendasck, C., & Oliveira, E. (2016). A evolução histórica da Saúde Pública. *Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento*, 1, 52-67.
- Pereira, A., Fávero, M., Barbosa-Ducharme, M., Almeida, A., & Figueiredo, C. (2015). Comunicação com o/a parceiro/a sexual acerca de preocupações preventivas, autoeficácia contraceptiva e (in)satisfação sexual. *Análise Psicológica*, 2, 195-206. doi: 10.14417/ap.949.
- Pestana, M., & Gageiro, J. (2014). *Análise de dados para ciências sociais – A complementaridade do SPSS*. Lisboa: Edições Sílabo.
- Santos, C. B., Peixoto, A. C., & Meneses, R. F. (2017). Adaptação do IHS para Portugal: Dados Preliminares. *Atas dos Dias da Investigação na UFP, UFP Research Days Proceedings 2017*. Gabinete de Relações Internacionais e Apoio ao Desenvolvimento Institucional. Universidade Fernando Pessoa – Porto.
- Santos Pechorro, P., Almeida, A. I., Figueiredo, C. S., Pascoal, P. M., Vieira, R. X., & Jesus, N. S. (2015). Validação portuguesa da Nova Escala de Satisfação Sexual. *Revista Internacional de Andrología*, 13(2), 47-53. doi: 10.1016/j.androl.2014.10.003.
- Silva, J. (2008). Conceio de Saúde: Um estudo entre profissionais e estudantes da área da Saúde. *Revista Saúde*, 4, 3-9. doi:10.22481/rsc.v4il.78.
- Soares, A. B., & Del Prette, Z. A. (2015). Habilidades sociais e adaptação à universidade: Convergências e divergências dos construtos. *Análise Psicológica*, 2, 139-151. doi: 10.14417/ap.911.
- World Health Organization. (1946). *Official Records of the World Health Organization*, 2, p.100. New York. Disponível em: apps.who.int/...0665/85573/1/Official_record2_en.pdf.