

# TREINAMENTO DE HABILIDADES SOCIAIS E RELACIONAMENTO INTERPESSOAL: ESTUDO DE CASO<sup>1</sup>

Clícia Keiko Corrêa SAKAMOTO<sup>2</sup>

Vanessa Marques Gibran FACO<sup>3</sup>

A comunicação interpessoal é fundamental para a atividade do ser humano já que desde o nascimento ela é essencial e necessária. Assim, apresentaremos a seguir o estudo de um caso em que o foco foi o treinamento das habilidades sociais, a fim de proporcionar um comportamento hábil, assertivo para que o paciente pudesse ter uma melhoria da qualidade de vida a partir da melhora em suas relações interpessoais. Foram utilizadas técnicas como inventário de Beck de ansiedade e depressão (BAI e BDI, respectivamente), texto informativo com relação à ansiedade, técnica de resolução de conflito e *role play*. Foi possível perceber uma melhora significativa nas relações construídas posteriormente, proporcionando a partir das técnicas ensinadas uma maior autonomia do paciente diante as situações de conflito.

**Palavras-chave:** Terapia cognitivo-comportamental. Habilidade social. Reestruturação cognitiva.

---

<sup>1</sup> Trabalho realizado durante estágio curricular do Curso de Psicologia da FAC-FEA em Psicologia Clínica – abordagem comportamental.

<sup>2</sup> Aluna do curso de Psicologia.

<sup>3</sup> Orientadora – Professora Mestre do curso de graduação em psicologia da FAC-FEA, supervisora do estágio em Psicologia Clínica – abordagem comportamental.