

# PREJUÍZOS NO DESENVOLVIMENTO DE HABILIDADES SOCIAIS DA GERAÇÃO Z & ALPHA APÓS A PANDEMIA DE COVID – 19

## LOSSES TO THE DEVELOPMENT OF SOCIAL SKILLS OF GENERATION Z & ALPHA AFTER THE COVID-19 PANDEMIC

## PÉRDIDAS EN EL DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIALES DE LA GENERACIÓN Z Y ALPHA TRAS LA PANDEMIA COVID-19

Katriny Cescon Elias<sup>1</sup>  
Angelo Brandelli Costa<sup>2</sup>

**Resumo:** A pandemia de COVID-19 deixou marcas sociais e emocionais na população mundial, tanto pelo medo eminente da contaminação, pelos períodos com falta de perspectiva em relação a tratamentos, perdas pessoais e mudanças drásticas de rotina, à época muito chamadas até de “*novo normal*”, apelido também dado ao afastamento e isolamento social. Esse período foi notadamente mais sentido pelas gerações mais jovens (Z e Alpha) que passavam por estágios de desenvolvimento físico, psicológico e social e com a privação de comunicação interpessoal em um nível satisfatório. Apesar das ditas gerações serem consideradas “nativos digitais”, muito mais habituados a comunicações remotas do que as anteriores, a falta de contato social “real” foi uma grande preditora de manifestações de depressão e ansiedade e, acima de tudo, dificuldades no desenvolvimento de habilidades sociais, o que foi sentido no retorno ao convívio “normal”, com dificuldades de readaptação a ambiente educacional, dificuldades de relacionamento e déficit na recepção e transmissão de mensagens emocionais. É sabido sobre a importância do desenvolvimento de habilidades sociais durante a juventude, momento de mais plasticidade e desenvolvimento cerebral e de preparação para os desafios da vida adulta, a expansão deste repertório, apesar de também aprendido em casa, se da majoritariamente através do convívio social, especialmente com seus pares, gerando referências e perspectivas mais assertivas em relação a compreensão do outro. Diante do relatado, esta revisão narrativa se objetiva na pesquisa acerca dos prejuízos acometidos as gerações Z e Alpha, durante os períodos de afastamento social, implicados pela pandemia de COVID-19, assim como também na realização de um alerta acerca da necessidade de produção de mais estudos, que possam instrumentalizar profissionais e famílias para lidar com essa “sequela” da pandemia.

**Palavras-chave:** Habilidades Sociais; Geração Z; Geração Alpha; Pandemia; Covid – 19.

**Abstract:** The pandemic of COVID-19 left social and emotional marks on the world's population, both because of the eminent fear of contamination, the periods with lack of perspective regarding treatments, personal losses, and drastic routine changes, at the time often referred to as the "new normal", a nickname also given to the social withdrawal and isolation. This period was notably more felt by the younger generations (Z and Alpha) who were going through stages of physical, psychological, and social development and with the deprivation of interpersonal communication at a satisfactory level. Although these generations are considered "digital natives", much more accustomed to remote communications

---

<sup>1</sup> Professora do Curso de Psicologia do Centro Universitário Vale do Cricaré (UNIVC) em São Mateus-ES. Especialista em Docência no Ensino Superior pela UNIVC, Psicologia Infantil pela Faculdade de Venda Nova do Imigrante, MBA em Gestão e Políticas Públicas pela MULTIVIX e em Terapia Cognitivo-Comportamental pela Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul. E-mail: katrinycescon@gmail.com

<sup>2</sup> Professor do Programa de Pós-Graduação em Psicologia e do Programa de Pós-Graduação em Ciências Sociais, e do Programa de Pós-graduação em Ciências Medicina e Ciências da Saúde da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul e coordenador do Grupo de Pesquisa Preconceito, Vulnerabilidade e Processos Psicossociais.

than previous ones, the lack of "real" social contact was a major predictor of manifestations of depression and anxiety and, above all, difficulties in the development of social skills, which was felt upon returning to "normal" social life, with difficulties in re-adaptation to the educational environment, relationship difficulties, and deficits in the reception and transmission of emotional messages. It is well known the importance of developing social skills during youth, a time of greater brain plasticity and development and preparation for the challenges of adulthood. The expansion of this repertoire, although also learned at home, occurs mostly through social interaction, especially with peers, generating references and more assertive perspectives in relation to understanding the other. In view of the above, this narrative review aims at researching on the damages suffered by generations Z and Alpha during the periods of social withdrawal implied by the pandemic of COVID-19, as well as to alert about the need to produce more studies that can help professionals and families to deal with this "sequel" of the pandemic.

**Keywords:** Social Skills; Generation Z; Alpha Generation; Pandemic; Covid - 19.

**Resumen:** La pandemia de COVID-19 dejó huellas sociales y emocionales en la población mundial, tanto por el inminente miedo a la contaminación, períodos de falta de perspectiva en los tratamientos, pérdidas personales y cambios drásticos en la rutina, en la época muchas veces llamada "nueva normal", apodo que también se le da al distanciamiento social y al aislamiento. Este período lo sintieron especialmente las generaciones más jóvenes (Z y Alpha), que atravesaban etapas de desarrollo físico, psicológico y social y se veían privadas de una comunicación interpersonal a un nivel satisfactorio. A pesar de que las llamadas generaciones eran consideradas "nativos digitales", mucho más acostumbradas a las comunicaciones remotas que las generaciones anteriores, la falta de contacto social "real" era un gran predictor de manifestaciones de depresión y ansiedad y, sobre todo, de dificultades para desarrollarse socialmente. habilidades, que se hizo sentir al regresar a la vida "normal", con dificultades de readaptación al ambiente educativo, dificultades en las relaciones y déficits en la recepción y transmisión de mensajes emocionales. Se conoce la importancia de desarrollar habilidades sociales durante la juventud, época de mayor plasticidad cerebral y desarrollo y preparación para los desafíos de la vida adulta, la ampliación de este repertorio, a pesar de aprenderse también en casa, se logra mayoritariamente a través de la interacción social. , especialmente con tus pares, generando referentes y perspectivas más asertivas en relación a la comprensión de los demás. Ante lo informado, esta revisión narrativa tiene como objetivo investigar las pérdidas sufridas por las generaciones Z y Alfa, durante los períodos de distanciamiento social, que implica la pandemia de COVID-19, así como realizar una alerta sobre la necesidad de producir más estudios, que puedan equipar a profesionales y familias para afrontar esta "secuela" de la pandemia.

**Palabras clave:** Habilidades Sociales; Generación Z; Generación Alfa; Pandemia; COVID-19

## INTRODUÇÃO

Os últimos anos estarão marcados na história com a ocorrência de uma pandemia mundial, de proporções nunca imaginadas, na era da tecnologia, da comunicação e da globalização. As marcas deixadas por este evento variam de acordo com a posição social ou afetiva encontrada em relação ao mesmo: trabalhadores de serviços essenciais, trabalhadores autônomos, cientistas, políticos, pessoas que foram contaminadas e adoeceram e pessoas que perderam seus entes queridos para a doença, entre múltiplas outras configurações.

Nesta revisão narrativa se pretende focar em um destes grupos atingidos pela

ocorrência da pandemia: jovens da geração Z e Alpha em período escolar/universitário que tiveram seu convívio social restrito devido as medidas de isolamento, gerando possíveis prejuízos em seu desenvolvimento de habilidades sociais e habilidades interrelacionais. Em face destes potenciais prejuízos esta pesquisa apresenta relevância clínica e acadêmica para a discussão e contribuição acerca do tema para a elaboração de procedimentos clínicos e educacionais que atendam e esta nova demanda do dito “novo normal”.

O público foco da investigação serão as chamadas Geração Z e Alpha, que apesar de ainda haver pouco consenso temporal, em via de regra, se refere aos jovens nascidos entre 1995 e 2009, e entre 2010 e 2019, respectivamente. As marcas características desta geração giram em torno do fato de serem nativos digitais, da era da globalização e da comunicação, além da afirmação através das redes sociais e mídias digitais.

A metodologia escolhida para a busca e análise de dados deste trabalho foi a revisão literária narrativa, que se caracteriza por não utilizar critérios sistemáticos rígidos para a busca e análise literária, não sendo necessário o esgotamento das fontes de informação, mas sim se aplicando de forma que as informações e interpretações podem estar sujeitas a subjetividade do autor, por ser tratar de uma seleção de artigos arbitrária, apesar de direcionada ao tema pesquisado (CORDEIRO, 2007). Sendo assim, este estudo buscou investigar e compor sua revisão bibliográfica, através de periódicos publicados entre os anos de 2019 à julho de 2023, de forma não randomizada, com a utilização das palavras-chave: habilidades sociais, geração Z, geração Alpha e COVID – 19, buscadas através das bases de dados: Scielo, Pepsico e Periódicos CAPES. Ademais também foram acrescentadas outras publicações relacionadas a conceitos centrais relacionados a análise dos dados (que não estão dentro do escopo de tempo determinado para os demais periódicos). A organização do conteúdo deste artigo se dará através da divisão em cinco subgrupos: Habilidades sociais, pandemia COVID-19 e o distanciamento social, geração Z, geração Alpha e prejuízos emocionais e sociais.

## HABILIDADES SOCIAIS

Os principais problemas enfrentados hoje pelo mundo só poderão ser resolvidos se melhorarmos nossa compreensão do comportamento humano (B. F. Skinner, 1974).

As habilidades sociais são um compilado de padrões comportamentais e competências

cognitivas para a execução dos mesmos, que atuam no objetivo de favorecer a interação social e a comunicação interpessoal, dentro do contexto social no qual o sujeito esteja inserido (DA SILVA, 2021). Em um mundo globalizado, da comunicação e da produção de informação cada vez mais rápida e atualizada, a “sobrevivência social” de um sujeito exige certo nível de proficiência relacionado a habilidades sociais.

É comum ao estudo das ciências comportamentais a observação da aquisição das habilidades sociais pelos sujeitos desde a infância, assim Smith (2005, tradução nossa) temporaliza esse aprendizado através da maturidade adquirida pelos sujeitos, relatando que crianças muito jovens não possuem ainda a capacidade de exercer autocontrole ou expressar objetivamente seus sentimentos, utilizando assim dos recursos comportamentais possíveis como o choro e a expressão de violência, com fins de chamar a atenção dos pais para o atendimento das suas necessidades. Ao receber um feedback positivo a criança não receia consequências negativas aos comportamentos e se sente segura para se expressar com os mesmos.

Porém ao ingressar na idade escolar a criança descobre que a estratégia, antes eficaz, não funciona na interação com os pares e na geração de vínculos, faz-se necessário então o controle, não só da raiva, mas de todos os demais afetos. Dentro deste contexto, de desenvolvimento e socialização, as habilidades mais úteis ao sujeito são: O raciocínio e compreensão superiores, que permite prever as possíveis consequências resultantes das ações e o autocontrole, que fortalece a capacidade de suportar o incômodo presente a fim de elevar a recompensa futura, o resultado desta combinação é a prudência, que é, de todas as habilidades, a mais útil para o sujeito (SMITH *apud* BERNARDELLI, 2022).

As habilidades sociais são então este conjunto de comportamentos que atuam na facilitação da expressão de desejos, emoções e comportamentos, de forma adaptada ao grupo social, profissional e/ou familiar. Os estudos nas áreas das habilidades sociais apontam que pessoa hábeis e praticantes nas mesmas são profissionais mais produtivos, pessoas mais sociáveis e mais capazes de se relacionar com outras (DA SILVA, 2021). Em contrapartida, a falta de habilidades sociais está geralmente relacionada a problemas de relacionamento social e interpessoal, pior qualidade de vida e alguns transtornos psicológicos (DEL PRETTE; DEL PRETTE, P.31,2001).

Durante o período de desenvolvimento infanto-juvenil o cérebro, muito elástico, passa pela maior influência das experiências vivenciadas pelo sujeito, culminando em impactos no

seu modo de se comportar (SANTOS; CELERI, 2018). Em face do relatado o confinamento ou isolamento social, executado como meio de frear a propagação do vírus durante a pandemia do COVID – 19, pode ter interferido nas capacidades comportamentais das crianças, culminando na dificuldade de aprendizado de novas habilidades e comportamentos, além de mecanismos para o desenvolvimento de relações interpessoais, constructos importantes durante o período do desenvolvimento infanto-juvenil e apenas adquiridos através da interação social. Nesse sentido, a falta de interação com seus pares e outros adolescentes têm o potencial de prejudicar a saúde mental das crianças e adolescentes em formação cognitiva (SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA, 2020).

Além do já relatado, as escolas, universidades e outros ambientes de interação entre pares, consistem também em importantes construtores das habilidades que um jovem necessita para se adaptar socialmente. O desenvolvimento dessas habilidades sociais propicia que as crianças e adolescentes desenvolvam a capacidade de se comunicar e interagir em diferentes contextos, permitindo que estes consigam experienciar os seus sentimentos, saibam como se proteger diante de uma agressão e consigam lidar com situações de tensão. Todos esses comportamentos adquiridos são influenciados pela maneira como se deu o seu desenvolvimento durante a infância (MACEDO; MEDINA, 2017; SIQUEIRA; FREIRE, 2019). Principalmente no contexto do afastamento social necessariamente imposto durante a pandemia de COVID - 19.

## PANDEMIA DE COVID – 19 E O DISTANCIAMENTO SOCIAL

Registrado primeiramente na China, em dezembro de 2019, o surto infeccioso causado pelo vírus COVID - 19 foi considerado uma pandemia pela organização mundial de saúde – OMS, em março de 2020, e declarado seu fim em 05 de maio de 2023, pela mesma organização. No Brasil a contaminação alcançou 37.601.257 pessoas, levando a 702.907 óbitos, até a data desta consulta (BRASIL, 2023). Diante das proporções alcançadas pela contaminação, uma das medidas de enfrentamento adotadas pelos governos foi a implantação do distanciamento social, quarentena ou isolamento social, em diferentes níveis. O distanciamento social, então, nestes termos, se aplicou como a distância física entre os sujeitos, evitação de aglomerações e de reuniões de grupos em lugares fechados (FARO et al, 2020).

O distanciamento social é a diminuição de interação entre as pessoas de uma comunidade para diminuir a velocidade de transmissão do vírus. É uma estratégia importante quando há indivíduos já infectados, mas ainda assintomáticos [...], que não se sabem portadores da doença e não estão em isolamento. Esta medida deve ser aplicada especialmente em locais onde existe transmissão comunitária, [...], quando a ligação entre os casos já não pode ser rastreada e o isolamento das pessoas expostas é insuficiente para frear a transmissão. [...] o distanciamento social pode ser ampliado (não se limita a grupos específicos) ou seletivo (apenas os grupos de maior risco ficam isolados – idosos, imunodeprimidos, pessoas com doenças crônicas descompensadas) (UFRGS, 2020).

O método do distanciamento social também já foi aplicado em outras pandemias, como a da peste negra e a gripe espanhola, com os mesmos objetivos de evitar a propagação das citadas doenças, que em suas ocorrências assolaram populações. Esta medida a época fora aplicada também com o fechamento das instituições escolares (SANTOS, 2006; REZENDE, 2009). Porém, há de se considerar que os avanços tecnológicos e a globalização tornaram toda a experiência desta pandemia atípica. Em uma geração de jovens que já é marcada pela interação através de mídias e redes sociais, a impossibilidade de relacionamento interpessoal físico e de contato com “seres humanos reais” se tornou uma marca da característica funcional desta geração, assim como um desafio para a “volta à realidade” do contato interpessoal, pauta que chega aos consultórios com cada vez mais frequência.

## GERAÇÃO Z & ALPHA

Embora muito simples, a definição destaca que a mera proximidade de idade não é suficiente para considerar um grupo pertencente à mesma geração. É necessário identificar um conjunto de experiências históricas compartilhadas – obviamente, de natureza macrossocial–, que marcam princípios compartilhados de visão de vida, contexto e, claro, um conjunto de valores comuns (LOMBARDIA et al., 2008, p.02, tradução nossa).

Uma geração pode ser definida quanto ao conjunto de sujeitos nascidos dentro de um período temporal, que possuem afinidades e participativas de acontecimentos comuns da sociedade. O conceito de geração foi estruturado de acordo com os seguintes critérios: conexão geracional, posição geracional e unidade geracional. Esses parâmetros são utilizados para caracterizar as gerações em grupos, através de laços orgânicos, fatores biológicos, posição na esfera histórico-cultural, idade, situação econômica e de classe, em suma, grupos que experimentam momentos históricos e sociais que determinam a característica da geração a qual pertencem (MANNHEIM, 1993, p. 29, tradução nossa).

As gerações registradas na história até o momento foram: Baby Boomers, Geração X, Geração Y (ou *Millennials*), Geração Z e Geração Alpha.

### *Geração Z*

A geração Z surge no fim da década de 1990 e início dos anos 2000, refletindo em média até os nascidos em 2010. Sua característica mais marcante é o fato destes sujeitos serem nativos digitais, desconhecidos da existência do mundo sem as tecnologias avançadas, ao contrário das gerações anteriores que conviveram com a transição, a modernização e digitalização do mundo. A referência a letra “Z” vem do inglês “Zap”, que significa "fazer algo muito rapidamente" e "energia" ou "entusiasmo", ou seja, o termo descreve as características da geração, que troca informações de forma rápida e global, sempre em atualização, sempre rápido, em movimento de constante satisfação (KÄMPF, 2011).

Como estes já nasceram em contato com o mundo digital, a maneira de pensar, processar informações e se comportar é fortemente influenciada pelo mundo complexo e imediatista mundo da tecnologia. As vantagens giram em torno do fato dos jovens desta geração terem uma maior facilidade ao acomodar o aprendizado de novas tecnologias, além do fato de se desenvolverem também em torno e em cópia do funcionamento destas, sendo capazes de múltiplas tarefas e com alta velocidade de captação de conteúdos (COLET; MOZZATTO, 2019).

Em geral não vivem sem o contato com a internet, estando sempre conectados, possuidores da smartphones por vezes desde o início da idade escolar (ou até antes).

Em geral se caracterizam como sujeitos mais realistas, que preterem pela qualidade do que pela quantidade, engajada em questões sociais e ambientais, com o foco na sustentabilidade. É caracterizada também como uma geração mais crítica aos modelos sociais tradicionais, com um perfil criativo e inventivo (PRENSKY, 2001).

Os jovens da geração Z também se caracterizam pela elevada ansiedade, além de ressaltada impaciência quando não são respondidos da mesma forma que funcionam, de forma rápida, quase instantânea, natural do mundo digital (RECH et al., 2017). Se mostrando “à vontade” para se expressar nas redes sociais (SANALAN; TASLIBEYAZ, 2020, tradução nossa), e também para fazer amizades, buscar vínculos, empregos e moradias (RECH et al., 2017). Diante do exposto podemos afirmar que este grupo geracional se habituou a usar

primariamente as ferramentas tecnológicas para resolver as mais variadas necessidades do dia a dia, de um jeito simples, a distância de um “clique”, da forma mais conveniente possível (VEIGA NETO et al., 2015). Deste modo concluímos que a geração Z se caracteriza por um modo de relação com seu alicerce no ambiente virtual, em busca de praticidade e rapidez, eles são “as crianças do mundo moderno, do novo mundo e do mundo virtual”, são a geração digital, que também pode se caracterizar como “a geração líquida” (OLIVEIRA, 2010).

Facilidade para a comunicação virtual e dificuldade para a relação interpessoal, para a geração Z o convívio na “vida real” não tem a comodidade e o costume do ambiente digital, local onde passam mais tempo, no mundo virtual eles são o que quiserem. Esse funcionamento social virtualizado tende a dificultar a convivência e o estabelecimento de laços sociais, a criação de novas relações tende a diminuir e o distanciamento social tende a se desenvolver, assim cria-se uma situação onde o meu afastamento do outro, promove a aproximação e centralização exagerada no eu, o que se chama na linguagem popular de “fechar-se no seu próprio mundo”, impedindo assim o surgimento de novas perspectivas, habilidades e relações sociais. (OLIVEIRA, 2010).

### *Geração Alpha*

Quando eu falo você ao menos ouve uma palavra que eu digo? Ou não importa dessa forma. Porque eu tenho dez anos, ou só porque sou jovem? Isso não significa que não quero dizer o que digo, dói quando você olha para o outro lado. ouça meu rugido, ouça meu trovão, meu coração está batendo mais alto, mais alto, mais alto, você está me ouvindo? Eu quero que você me ouça, eu preciso que você me veja, você olha para mim, mas vê através de mim, você sempre verá, você sempre me verá... Eu só quero ser, só quero ser vista.

(Giorgia Borg, *ten year old*, 2019)

As crianças da geração Alpha nasceram em um mundo globalizado, conectado em redes, digital, com o aspecto virtual consolidado e com o maior acesso a informações já alcançado pelos seres humanos na história da evolução. Esta geração se caracteriza pelos nascidos a partir de 2010, geralmente filhos da geração Y, portanto inseridos e nativos digitais desde a concepção. O sociólogo australiano Mark McCrindle, quem nomeou a geração recente de Alpha, o fez por dois motivos; por se tratar da geração que está surgindo em nosso tempo atual, possibilitando a observação e a viabilidade de um novo ciclo, e também pelo fato da palavra Alpha se referir a primeira letra do alfabeto grego, simbolizando o início (OLIVEIRA, 2019)



de um novo ciclo da vida humana, os primeiros nascidos no século XXI.

Esta geração já nasce com o diferencial de não estar preocupados ou receosos com a exposição, já nascem apresentados, exibidos nas redes sociais, sem preocupação com a privacidade, os limites de exposição não seguem mais os delimitados pelas gerações anteriores (OLIVEIRA, 2019). Por serem nativos digitais (como também chamada a Z) recebem desde cedo um excesso de estimulação sensorial, introdução digital, mas pouca educação emocional. Outra característica dos Alphas são conjunturas familiares menores, com rotinas aceleradas, cheia de atividades e hiperconectados (ZANBELLO, 2021).

Um dos problemas observados na hiperconexão é a produção de isolamento social, além da dificuldade de concentração e vivência nos aspectos do “aqui e agora”, uma vez que o sentido de urgência se intensifica e que as pessoas têm cada vez, mais acesso a informação, se instala uma necessidade de atualização intensa e contínua, pois se não o fizerem experimentam a sensação de estar perdendo algo de importante (ZANBELLO, 2021).

Carvalho et al. (2021) argumenta que os Alphas poderão até aprender de formas informais, sem a intervenção de adultos, através da geração de ambientes de aprendizado totalmente virtual, ligado a um novo valor cultural relevante, que inclui criar um consumo de supérfluos e de entretenimento vazio

A visão de mundo dos alfas é gerida sobre o conceito de igualdade – assim, eles enxergam cada vez menos barreiras entre as pessoas, descobrem a diversidade com naturalidade, para essas crianças, ser diferente é normal, essa geração apresenta comportamento menos limitado pelos estereótipos (CARVALHO et al. 2021 p. 5).

O cenário contemporâneo muda constantemente, se aproximando cada vez mais do que Bauman (2013) nomeou de *Modernidade Líquida*, no qual para além da obsolescência programada, há uma atualização jamais vista na história evolutiva da humanidade, essa mudança reflete também nas relações de ensino-aprendizagem, onde para que seja “prático” “o ensino de qualidade precisa provocar e propagar a abertura, não a oclusão mental” (BAUMAN, 2013 p. 76).

Os estudos acerca da geração Alpha ainda são escassos e recentes, tendo em vista que esta geração ainda segue em curso e seu desenvolvimento tem sido atualmente observado e estudado. O que é notável é a sua relação mais íntima e próxima com a tecnologia, assim como um caminho onde essa ligação emocional segue para a possível era da consolidação da relação emocional entre humanos e máquinas. A questão que se levanta neste estudo é se essas relações, já nativamente perpassadas pelos meios tecnológicos, com o afastamento social imposto pela

pandemia, prejudicaram ou não a aquisição de habilidades sociais “da vida real” destes jovens e crianças da geração Z e Alpha.

## PREJUÍZOS EMOCIONAIS E SOCIAIS

Compreender e quantificar os efeitos da pandemia ainda é um assunto muito recente em ciência e para a população como um todo, visto que como ainda estamos em processo de análise, os resultados acerca destes danos podem se modificar constantemente. A pandemia para o século XXI foi algo novo, nunca vivido pela maioria das pessoas, levando em consideração os já passados 100 anos desde a ocorrência da última grande contaminação, em face disso o medo do estranho, medo da morte, isolamento social e *lockdown* notadamente hoje estão associados a ocorrência de alguns transtornos como: ansiedade e depressão (DA SILVA, 2022). Para os jovens e as crianças a situação pode ser ainda mais agravada, pelo fato de as medidas de inibição da contaminação pelo vírus inferirem no afastamento social também desta população, com o agravamento no prejuízo do desenvolvimento em habilidades de relações interpessoais e sociais em geral.

As estratégias implantadas em todo o mundo que auxiliaram na contenção do vírus incluíram, além de outras, duas modalidades marcantes: O *Distanciamento Social*, que descrevia o fim das aglomerações de pessoas, impedindo então eventos de grande porte como shows, aulas presenciais e eventos esportivos, e o *Isolamento Social*, que pregava a permanência das pessoas em suas residências com o objetivo de evitar a contaminação e transmissão do vírus (PEREIRA, et al., 2020). A aplicação destes métodos ao público de desenvolvimento infanto-juvenil durante o período pandêmico acabou por acarretar prejuízos no desenvolvimento e de saúde mental e emocional dos mesmos (AYDOGDU, 2020, tradução nossa).

A infância e adolescência são períodos do desenvolvimento humano conhecidos pelo crescimento dos circuitos neuronais e aquisição de habilidades para a vida em sociedade, a forma como essa fase se engendra influência no comportamento deste público (SANTOS; CELERI, 2018). Diante disso é esperado que o confinamento de jovens em idade de pleno desenvolvimento provoque dificuldades na aquisição de habilidades sociais e habilidades em relações interpessoais, características significativas durante a passagem da infância para a vida

adulta (AYDOGDU, 2020, tradução nossa). Diante do exposto, uma vez que houve a medida necessária de afastamento das escolas e universidades, ambientes primordiais que permitem a socialização fora do núcleo familiar, a paralização da atividade educacional e a falta de interação física com outros pares teve a grande capacidade de agir sobre a saúde mental destes estudantes (SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA, 2020).

Ademais, os ambientes escolares e de convivência com seus pares consistem também em importantes influenciadores das habilidades sociais necessárias para esse período de desenvolvimento (MACEDO; MEDINA, 2017), é através desta experiência que a aquisição de conhecimentos sociais permite o surgimento de habilidades como comunicação assertiva, cooperação e relações harmoniosas entre professores, amigos e familiares (SIQUEIRA; FREIRE, 2019). Essas habilidades permitem com que as crianças e adolescentes saibam como se comportar em diferentes contextos, manejar seus sentimentos e situações de estresse e conflito (MACEDO; MEDINA, 2017), no entanto a aquisição destas habilidades é influenciada pelo modo como a mesma ocorreu durante a infância, mais ainda em especial quando pensamos no período da pandemia de COVID – 19.

A pressão psicológica exercida sobre a população e a falta de contatos sociais que pudessem promover o aumento do repertório comportamental acerca da mesma foi um fator agravante, em especial para as crianças e adolescentes, que se mostram um grupo mais vulnerável devido ao seu período de desenvolvimento (CAO, et al., 2020; TANG, et al., 2020, tradução nossa) o afastamento social culminou na interrupção do desenvolvimento de relações sociais desta população (MECHILI, et al., 2020; TANG, et al., 2020, tradução nossa). Essa conjuntura acaba influenciando de modo negativo no bem-estar físico e psicológico das crianças, as quais passam a ficar mais suscetíveis a desenvolver ansiedade, depressão, estresse crônico, distúrbios do sono e de apetite, medo, insegurança e dificuldades nas interações sociais (OOSTERHOFF; PALMER, 2020; ZHOU, et al., 2020, tradução nossa).

## **RESULTADOS E DISCUSSÕES**

A comunidade acadêmica, diante do já conhecido referente a importância do aspecto social humano e das implicações emocionais, não só do isolamento, mas também do medo eminente que surge mediante a contaminação global de uma doença ainda desconhecida, se

debruçou sobre estudos relacionados a estes possíveis danos desde o primeiro ano de pandemia, seguindo essa premissa, Cao et al (2020, tradução nossa), que publicou um estudo baseado na aplicação de questionários referentes a ansiedade a uma amostra de 7.143 estudantes da cidade de Changzhi, na China, os resultados apontaram a presença de ansiedade durante o curso do COVID-19 em 24,9% da amostra de estudantes universitários, levando os autores a afirmação de que a saúde mental dos estudantes foi significativamente afetada pela pandemia. Os pesquisadores também destacam que a ansiedade destes estudantes pode ter sido afetada por fatores como incertezas, aumento do afastamento social e diminuição da comunicação interpessoal, mudanças na rotina devido ao isolamento e a paralisação das atividades estudantis.

Esses resultados encontrados por Cao et al. (2020, tradução nossa) vão de encontro com o estudo de Chen, Cheng & Wu (2020, tradução nossa) que também apontou os fatores associados a ansiedade durante a pandemia de COVID -19. Em sua pesquisa Chen, Cheng & Wu (2020, tradução nossa) aplicaram questionários online para 7.772 estudantes chineses, avaliando em tempo real o período de isolamento social e como resultado obtiveram que as crianças e adolescentes que não tinham irmãos apresentavam maior predisposição para o desenvolvimento de ansiedade, uma vez que a presença de um irmão se mostrou como um fator redutor da solidão e ampliador de repertório social, evidenciando como a ausência de relações interpessoais afeta de forma negativa a saúde mental infanto-juvenil (CHEN; CHENG; WU, 2020; CAO et al., 2020, tradução nossa).

É notável então a necessidade de convivência social de crianças e adolescentes com seus pares e outras pessoas fora do seu círculo. Uma estratégia que foi muito adotada a época, para mitigar esses efeitos adversos, foi o uso da tecnologia, através da comunicação digital, porém apesar de amenizadora, esta medida não supre a necessidade de relações estabelecidas de forma pessoal e presencial (JUNIOR; MORAES, 2020). Dentro das medidas adotadas através do uso das TICs (Tecnologias de Informação e Comunicação), um aspecto que sofreu grande impacto foi a aprendizagem. Tracey et al. (2022, tradução nossa) apontou em suas pesquisas que a alfabetização e o processo de desenvolvimento da matemática foram prejudicados durante o ensino remoto.

Os primeiros impactos perceptíveis, em relação as crianças da geração Alpha, do isolamento foram percebidos pelos pais, com a mudança comportamental da criança em casa, algumas crianças passaram a apresentar comportamentos mais “introspectivos” como apatia e tristeza, enquanto outras apresentaram sintomas mais externalizantes, como raiva, ansiedade e

agitação (LINNAVALLI; KALLAND, 2021, tradução nossa). Ao aprofundar seus estudos nestes aspectos Adegboye et al. (2022, tradução nossa), apontaram três habilidades sociais que tiveram o seu desenvolvimento prejudicado pelo isolamento social. Foram estas: Reconhecimento e identificação das emoções, autoestima e autoconceito e problemas de relacionamento com os pares. A identificação das emoções e a correta designação de significado das mesmas, que pode acontecer através expressões faciais, facilita a construção e manutenção de relações saudáveis e estáveis. Da mesma forma um funcionamento adequado e estável da autoestima prediz a manutenção e comportamentos adequados, duração das amizades e sensação de bem-estar no contexto grupal (ADEGBOYE et al., 2022, tradução nossa).

Em relação aos jovens e universitário, mais alocados no grupo da geração Z, pesquisas tem apontado prejuízos diversos a saúde mental durante a vivência da pandemia de COVID-19. Gundim et al (2021), em uma revisão de literatura integrativa, encontraram registros de estudos em sofrimento psicológico de 37 universitários, sendo essas manifestações estresse, irritação, sentimentos de incapacidade, baixa motivação, sinais de ansiedade e depressão, além de incertezas quanto ao futuro acadêmico. Tais sintomas foram associados a fatores como o afastamento de amigos, mudança drástica de rotina, atraso no cronograma acadêmico, adaptação ao ensino remoto e preocupações acerca dos recursos para acessar este ensino remoto. Ribeiro et al (2020) apontam que o suporte social, real ou percebido, tem se associado a menores manifestações de sintomas de ansiedade e depressão.

As relações interpessoais são as responsáveis pelo desenvolvimento de repertório comportamental capaz de se adequar a situações diversas, quando essas relações são prejudicadas as alternativas de geração de estratégias são atingidas também, se manifestando com sintomas de ansiedade, depressão, insegurança e baixa tolerância a frustração. Com o ocorrência da pandemia de COVID-19, diversos sujeitos, em estado de desenvolvimento destas habilidades, passaram por privações do convívio social devido as medidas de contenção da propagação do vírus, uma vez que se viram isolados no momento em que mais careciam de contato social. Apesar de ser ainda um evento recente, é notada nesta revisão a carência de estudos relacionados a temática, principalmente no que tange a jovens e adolescentes, apesar da conhecida demanda nos consultórios de estudos e geração de estratégias para o auxílio deste grupo, ainda existe grande demanda de mais estudos.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A pandemia de COVID-19 ainda é um assunto de estudos recentes para a nossa geração profissional, em um mundo globalizado e agitado como é o de hoje, as implicações das medidas de afastamento e isolamento social foram sentidas de forma consideravelmente diferente do que em pandemias passadas. Estudos citados nesse trabalho apontam a incidência de maiores diagnósticos de casos de depressão e ansiedade desde o primeiro ano de incidência do vírus.

Para as crianças e adolescentes toda essa mudança tem um significado ainda maior, uma vez que o convívio social e as relações interpessoais (para além do núcleo familiar) são extremamente necessárias para o desenvolvimento de habilidades sociais e resolução de problemas e conflitos. As habilidades sociais, em resumo, consistem nas capacidades mínimas que nos permitem relacionar com terceiros, entender seus sentimentos e expressões faciais, transmitir e receber a mensagem correta através da comunicação e buscar a resolução de questões de forma assertiva.

Nota-se a existência de estudos relacionados as consequências sofridas pelas crianças (aqui trabalhadas como geração Alpha), ainda que poucos, e a baixa produção acerca dos danos sofridos por adolescentes e jovens (aqui denominados como geração Z), públicos que, apesar de seu intenso e “natural” letramento em comunicação digital e da já grande incidência de relacionamentos de forma virtual antes da incidência do vírus, denotaram consideráveis dificuldade e manifestações sintomáticas também após os períodos de afastamento e isolamento social. É fundamental que se observe a importância das habilidades sociais no contexto universitário e na formação profissional, de modo que são úteis para uma melhor qualidade de vida, saúde e melhoram a competência social.

Dessa forma, acredita-se que o investimento em pesquisas científicas é fundamental para a geração de políticas públicas que favoreçam o acesso às famílias e às escolas ao acompanhamento de crianças e adolescentes com dificuldades no seu desenvolvimento, a fim de que se possa propor estratégias para desdobramentos saudáveis e instrumentos para a atuação profissional.

## REFERÊNCIAS

ADEGBOYE, D., LENNON, J., BATTERBEE, O., THAPAR, A., COLLISHAW, S., SHELTON, K., ... & VAN GOOZEN, S. Understanding de novo onset of anxiety during covid-19: pre-pandemic socio-emotional functioning in vulnerable children. **JCPP ADVANCE**, E12076, 2022.

ALMEIDA, Isadora Maria Gomes; DA SILVA JÚNIOR, Auvani Antunes. Os impactos biopsicossociais sofridos pela população infantil durante a pandemia do COVID-19. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 2, p. e54210212286-e54210212286, 2021.

AYDOGDU, A.L.F. (2020). Children's mental health during the pandemic caused by the new coronavirus: integrative review. **Journal Health NPEPS**, v. 5, n.2, p. 1-17.

BAUMAN, Z. **Modernidade líquida**. Tradução: Plínio Dantzen. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2013.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Painel Coronavirus**. Disponível em: <<https://covid.saude.gov.br/>>. Acesso em: 04 jun. 2023.

BERNARDELLI, Luan Vinicius et al. A ansiedade no meio universitário e sua relação com as habilidades sociais. **Avaliação: Revista da Avaliação da Educação Superior**, Campinas, v. 27, p. 49-67, 2022.

CAO, W., FANG, Z., HOU, G., HAN, M., XU, X., DOUNG, J., & ZHENG J. The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. **Psychiatry research**, v. 287, maio 2020.

CARVALHO, S. M. S. DE.; CARDDOSO, A. L. M. DE S. .; MIGUEL, M. C. . A geração alpha no (re)inventar da nova biblioteca escolar: um chamado à 'missão' da biblioteca, um chamado ao reais ofícios dos bibliotecários. **Comunicação & Informação**, Goiânia, v. 24, 2021.

CHEN, S., CHENG, Z., & WU, J. (2020). Risk factors for adolescents' mental health during the COVID-19 pandemic: a comparison between Wuhan and other urban areas in China. **Globalization and Health**, v. 16, n. 1, p. 1-11.

COLET, Daniela Siqueira; MOZZATO, Anelise Rebelato. "Nativos digitais": características atribuídas por gestores à Geração Z. **Desenvolve Revista de Gestão do Unilasalle**, v. 8, n. 2, p. 25-40, 2019.

CORDEIRO, Alexander Magno et al. Revisão sistemática: uma revisão narrativa. **Revista do colégio brasileiro de cirurgiões**, v. 34, p. 428-431, 2007.

DA SILVA, Rubenita. Habilidades Sociais: uma reflexão sobre os efeitos do isolamento social na pandemia do COVID-19. **Conhecendo Online**, v. 7, n. 1, 2022.

DEL PRETTE, A.; DEL PRETTE, Z. A. P. **Psicologia das relações interpessoais: vivências para o trabalho em grupo**. Petrópolis: Vozes, 2001.

FARO, André et al. COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. **Estudos de psicologia**, Campinas, v. 37, 2020.

GUNDIM, Vivian Andrade et al. Saúde mental de estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19. **Revista Baiana de Enfermagem**, v. 35, 2021.

SOBRINHO JUNIOR, João Ferreira Sobrinho; MORAES, Cristina de Cássia Pereira. A COVID-19 e os reflexos sociais do fechamento das escolas. **Dialogia**, n. 36, p. 128-148, 2020.

KAMPF, C. A geração Z e o papel das tecnologias digitais na construção do pensamento. **ComCiência**, Campinas, n. 131, 2011. Disponível em: <[http://comciencia.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1519-76542011000700004%20\lng=en\nrm=isso](http://comciencia.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1519-76542011000700004%20\lng=en\nrm=isso)>. Acesso em: 05 jun. 2023.

LINNAVALLI, T., & KALLAND, M. Impact of COVID-19 restrictions on the socialemotional wellbeing of preschool children and their families. **Education Sciences**, 11(8), 435, 2021.

LOMBARDIA, P.G.; STEIN, G.; & PIN, J.R. (2008). Políticas para dirigir a los nuevos profesionales motivaciones y valores de la generacion Y. **Documento de investigación**. DI-753. Disponível em: <<http://www.iesep.com/Descargas/spdf/Gratis/R130.pdf>>. Acesso em: 06 jun. 2023.

MACEDO, A. & MEDINA, G. (2017). O que dizem os estudos brasileiros sobre o relacionamento interpessoal no ambiente escolar: Uma revisão de literatura. **Revista PsicoFAE: Pluralidades em Saúde Mental**, v. 6, n.1, p. 93-114, 2017. Disponível em: <<https://revistapsicofae.fae.edu/psico/article/view/104>>. Acesso em: 06 jun. 2023.

MANNHEIM, M. El problema de las generaciones. **Española e Investigaciones Sociológicas**, n. 62, p.145-16, 1993.

MECHILI, E.A., SALIAJ, A., KAMBERI, F., GIRVALAKI, C., PETO, E., PATELAROU, A., BUCAJ, J. & PATELAROU, E. (2020). Is the mental health of young students and their family members affected during the quarantine period? Evidence from the COVID-19 pandemic in Albania. **Journal of psychiatric and mental health nursing**, v. 28, n. 03, p. 317-325, 2021.

OLIVEIRA, Genori da Silva. **Geração Alpha entre a realidade e o virtual: o sujeito digital**. 43 f. TCC (Graduação) - Curso de Psicologia, Departamento de Humanidades e Educação Curso de Psicologia, Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul, Unijuí, 2019.

OLIVEIRA, Genori da Silva. **Geração Z: Uma nova forma de sociedade**. 92 f. TCC (Graduação) - Curso de Sociologia, Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul, Unijuí, 2019.



OOSTERHOFF, B. & PALMER, C. A. Psychological correlates of news monitoring, social distancing, disinfecting, and hoarding behaviors among US adolescents during the COVID-19 pandemic. **PsyArXiv**, 2020. Disponível em: < <https://osf.io/preprints/psyarxiv/rpcy4>>. Acesso em: 06 jun. 2023.

PEREIRA, M., OLIVEIRA, L., COSTA, C., BEZERRA, C., PEREIRA, M., SANTOS, C. & DANTAS, E. (2020). A pandemia de COVID-19, o isolamento social, consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento: uma revisão integrativa. **Research, Society and Development**, v. 9, n7, p. 1-29, 2020.

PRENSKY, M. Nativos Digitais, Imigrantes Digitais. **On the horizon**, v. 9, n. 5, p. 1-6, 2001. Disponível em: <<http://poetadasmoreninhas.pbworks.com/w/file/fetch/60222961/Prensky%20-%20Imigrantes%20e%20nativos%20digitais.pdf>>. Acesso em: 05 jun. 2023.

REZENDE, J. M. **À sombra do plátano**: crônicas de história da medicina. São Paulo: Editora Unifesp, 2009.

RIBEIRO-SILVA, Rita de Cássia et al. Implicações da pandemia COVID-19 para a segurança alimentar e nutricional no Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, p. 3421-3430, 2020.

SANALAN, V. A.; TASLIBEYAZ, E. **Discovering generation-Z in the context of educational technology**. **Journal of Educational Issues**, v. 6, n. 2, p. 249-268, 2020.

SANTOS, R.; & CELERI, E. Rastreamento de problemas de saúde mental em crianças pré-escolares no contexto da atenção básica a saúde. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 36, n.1, p. 82-90, 2018.

SANTOS, Rosianny Nascimento dos. **Habilidades sociais e ansiedade em universitários na pandemia de Covid-19**. 2021. 134 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Universidade Federal do Amazonas, Manaus (AM), 2021.

SANTOS, R. A. D. O Carnaval, a peste e a 'espanhola'. **Hist. cienc. saude-Manguinhos**, Rio de Janeiro, v. 13, n. 1, p. 129-158, mar. 2006. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/hcsm/a/Z9Lr5HqtjXzFsTD5FFvGFBQ/>>. Acesso em: 06 jun. 2023.

SIQUEIRA, A. & FREIRE, C. (2019). A influência da tecnologia no desenvolvimento infantil. **Revista FAROL**, 8(8), 22-39.

SMITH, Adam. **An inquiry into the nature and causes of the Wealth of Nations**. New York: Metalibri, 2005.

SKINNER, Burrhus Fredcric, **Ciência e comportamento humano** / B. F. Skinner; tradução João Carlos Todorov, Rodolfo Azzi. 1. ed. - São Paulo: Martins Fontes, 2003 (Coleção Biblioteca Universal)

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. Departamento Científico de Pneumologia. Nota de Alerta - COVID-19 em crianças: envolvimento respiratório. **Sociedade Brasileira de Pediatria**: São Paulo. 2020.

TRACEY, L., BOWYER-CRANE, C., BONETTI, S., NIELSEN, D., D'APICE, K., & COMPTON, S. **The impact of the Covid-19 pandemic on children's socio-emotional wellbeing and attainment during the Reception Year**. Londres: Education Endowment Foundation, 2022. Disponível em: <<https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED620337.pdf>>. Acesso em: 06 jun. 2023.

TELESSAÚDERS. **Qual a diferença de distanciamento social, isolamento e quarentena?**, 2020. Disponível em: <<https://www.ufrgs.br/telessauders/perguntas/qual-a-diferenca-de-distanciamento-social-isolamento-e-quarentena/>>. Acesso em: 04 jun. 2023.

VEIGA NETO, A. R.; SOUZA, S. L. B.; ALMEIDA, S. T.; CASTRO, F. N.; BRAGA JÚNIOR, S. S. Fatores que influenciam os consumidores da geração Z na compra de produtos eletrônicos. **RACE: Revista de Administração, Contabilidade e Economia**, v. 14, n. 1, p. 287-312, 2015.

ZANBELLO, Beatriz Lopes et al. Alpha, a geração hiperconectada e a educação emocional. **Saber e Educar**, v. 30, n. 1, 2021.