

ENSINO DE HABILIDADES DE VIDA EM UM GRUPO DE ADOLESCENTES DA OITAVA SÉRIE DE UMA ESCOLA PÚBLICA DE ALEGRE - ES

Fernanda Sobreira Cossate Van de Koken (FAFIA/CAPES)¹

Adriana Moreira dos Santos Ferreira (FAFIA, CAPES)²

RESUMO: Para Cannon (1999), as intervenções com adolescentes podem ter melhores resultados quando há a interrelação entre os aspectos afetivos, cognitivos e sociais. Portanto, os projetos com este grupo serão mais eficientes quando associados à educação para habilidades de vida sugeridas pela World Health Organization (WHO, 1997). Este projeto objetivou trabalhar as habilidades de vida com um grupo de adolescentes, estudantes da oitava série do ensino fundamental de uma escola pública de Alegre – ES por meio de dez encontros realizados em sala de aula. A intervenção foi uma replicação da experiência de Minto *et al* (2006) por meio de dinâmicas de grupo e diálogo mantido com os estudantes sobre os temas propostos para o dia. A abordagem aos alunos foi realizada por intermédio da equipe pedagógica da escola que assumiu uma postura de colaboração com o projeto, participando, inclusive, de vários encontros. O relato dos alunos evidenciou que esta experiência proporcionou melhorias de bem estar e de percepção de comportamentos negativos que apresentavam antes da intervenção e que em virtude de mudanças pessoais promovidas pelas reflexões, estão transformando em comportamentos saudáveis. Por fim, este trabalho fez parte das atividades do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência do governo Federal e contou com financiamento da CAPES para sua realização.

Palavras chave: Habilidades de Vida. Intervenções Grupais com Adolescentes. PIBID.

TEACHING LIFE SKILL IN A GROUP OF ADOLESCENTS IN THE EIGHT GRADE OF A PUBLIC SCHOOL IN ALEGRE-ES

ABSTRACT: For Cannon (1999), interventions with adolescents can have better results when there is the interrelationship between the affective, cognitive and social aspects. Therefore projects with this group will be more efficient when associated with education for life skills suggested by the World Health Organization (WHO, 1997). This project aimed to work the life skills with a group of teenagers, students from eight grade in a public school in Alegre-ES. through ten meetings in the classroom. The intervention was a replication of Minto *et al* (2006) experience through group dynamics and maintained dialogue with students about the proposed themes for the day. The approach to the students was carried out through the teaching staff of the school who took a collaborative approach to the project, participating, including several meetings. The report of the students showed that this experience provided welfare improvements and perception of negative behaviors that presented before the intervention and because of personal changes promoted by reflections, are turning into healthy behaviors. Finally, this work was part of the activities of the Institutional Scholarship Program Introduction to Teaching from the federal government and received funding from CAPES for its realization.

Keywords: Life Skills. Group Interventions with Adolescents. PIBID.

¹Mestre em Economia pela UFES, Graduanda do 8º período de Psicologia, Bacharelado e Licenciatura da Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Alegre. fernandacossate@gmail.com

²Psicóloga, Mestre em Educação pela UFSJ – MG, Professora do curso de Psicologia na Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Alegre – ES. adrianamferreira@gmail.com

INTRODUÇÃO

Em 1997, a Organização Mundial da Saúde lançou o relatório “*Life Skills Education in Schools*” - Educação de Habilidades de Vida nas Escolas – (tradução nossa). O relatório é resultado do Programa em Saúde Mental da referida Organização. O objetivo da proposta é a promoção de competências psicossociais, que são as habilidades para lidar efetivamente com as demandas e as mudanças vivenciadas diariamente. Ou seja, habilidades pessoais que resultam na manutenção de um estado de bem-estar e por comportamentos adaptativos e positivos na interação com o seu meio e com a sua cultura. (WHO, 1997, p. 01).

De acordo com a WHO (1997), as competências psicossociais exercem grande importância na promoção da saúde em seu aspecto mais amplo, ou seja, em termos físicos, mentais e de bem-estar social, em especial a possibilidade de lidar com problemas ocorridos em virtude de comportamentos mal adaptativos e incapacidade em lidar com estresses e pressões em decorrência das vicissitudes da vida.

Para Fallas & Vargas (citado em GORAYEB, 2002, p. 215) várias habilidades de vida são importantes na medida em que auxiliam os indivíduos a terem comportamentos benéficos à sua própria saúde, já que podem auxiliar na utilização dos conhecimentos em ações positivas.

É importante salientar, no entanto, que as habilidades de vida também serão determinadas inevitavelmente por fatores sociais e culturais, já que alguns comportamentos serão mais estimulados em um país e menos em outro, dependendo das relações estabelecidas. O relatório da WHO (1997) traz como exemplo o contato visual que poderá ser estimulado em meninos de uma determinada sociedade, mas não em meninas. Mesmo assim, as habilidades de vida definidas pela Organização Mundial da Saúde foram determinadas em termos gerais de modo que possam ser ensinadas e pensadas em uma grande variedade de países e com relevância na maioria das culturas.

As habilidades de vida definidas pelo WHO são:

- Tomada de Decisão

Habilidade de vida que permite a análise de uma situação em que é possível identificar os benefícios e as consequências e risco, mensurando-os de forma a permitir a escolha de uma alternativa que leve ao sucesso (MINTO *et al*, 2006); portanto, nos permite lidar de forma construtiva com as decisões acerca da nossa vida, contribuindo para a promoção de saúde de

peças mais jovens na medida em que se depara com várias possibilidades de modo a mensurar os efeitos de suas decisões (WHO, 1997, p. 2).

- Resolução de Problemas

É a habilidade em lidar de forma construtiva em situações adversas, utilizando-se de recursos do meio e de suas capacidades pessoais (MINTO *et al*, 2006); Problemas importantes que não são resolvidos podem causar mental e por consequência ser acompanhados de todos os problemas físicos decorrentes deste estado (WHO, 1997, p. 2).

- Pensamento Criativo

O Pensamento Criativo pode contribuir tanto para o auxílio de tomadas de decisões quanto para a resolução de problemas na medida em que estimula a capacidade de exploração de diversas alternativas disponíveis, permitindo que a pessoa avalie várias possibilidades e consequências de suas ações ou não ações, permitindo olhar além da própria experiência direta e possibilitando respostas mais adaptativas e flexíveis para situações cotidianas da vida (WHO, 1997, p. 2).

- Pensamento Crítico

O Pensamento Crítico nos consente analisar as situações e informações de forma mais objetiva e ampla, permitindo-nos avaliar e reconhecer fatores que influenciam nossas atitudes e comportamentos, em especial, nossos valores, a pressão de colegas e da mídia (WHO, 1997, P. 2).

- Comunicação Eficaz

A Comunicação Eficaz é a habilidade de se expressar verbal ou não verbalmente de forma apropriada à cultura e de forma assertiva, permitindo que as outras pessoas saibam de nossos desejos, anseios, necessidades e medos. Significa ser capaz de solicitar conselhos e ajudas em momentos que forem necessários (WHO, 1997, p. 2).

- Relacionamento Interpessoal

O Relacionamento Interpessoal é a habilidade que auxilia a manutenção de relacionamentos positivos e com boas interações. Ajuda no bem-estar pessoal na medida em que permite relacionamentos de forma amigável, de modo a manter boas interações com as pessoas que estão próximas, em especial, familiares, que são importantes para a manutenção da saúde

mental (WHO, 1997, p. 2). Também auxilia na construção, manutenção e término de relacionamentos de forma saudável.

- Auto-conhecimento

A habilidade Auto-conhecimento permite o próprio reconhecimento, admitindo a noção de suas características, o que possibilita lidar com diversos aspectos como habilidades e limitações (MINTO *et al*, 2006). Por meio do Auto-conhecimento será mais fácil a identificação de pontos fortes ou fracos, desejos e aversões, de modo a permitir um melhor reconhecimento de sentimentos como estresse e pressões externas que podem influenciar nas atitudes (WHO, 1997, p. 2).

- Empatia

Empatia é a habilidade que permite sentir e compreender a vida do outro, mesmo que não se tenha vivido as mesmas situações. A empatia pode nos ajudar a entender e a aceitar os demais, melhorando as interações sociais, em especial ao lidar com diferenças étnicas e de diversidade cultural. Além disso a empatia encoraja comportamentos de assistência, tolerância e cuidados com pessoas, por exemplo com AIDS e Transtornos Mentais que podem ser estigmatizadas e isoladas por pessoas das quais requerem cuidados (WHO, 1997, p. 2).

- Lidar com os sentimentos

É a habilidade que possibilita o reconhecimento de nossas próprias emoções e de outras pessoas que possam de certa forma influenciar nossas reações e comportamentos. Desta forma será possível responder apropriadamente às emoções sentidas, já que sentimentos intensos como raiva, medo ou tristeza podem prejudicar a saúde.

- Lidar com estresse

De acordo com Straub (2014), estresse é “qualquer evento ou situação que desencadeie adaptações nos modos de enfrentamento” (p. 77) e faz parte da vida de todos. Em algumas situações o estresse exigirá uma sobrecarga nos recursos de enfrentamento. Desta forma pode ser fator desencadeante de diversos problemas de saúde. Por isso é importante a habilidade de seu reconhecimento, bem como de aprendizagem de formas apropriadas de aliviá-lo, e aí está incluído o aprendizado de como relaxar suas próprias tensões (WHO, 1997, p. 3).

A Organização Mundial da Saúde (1997) recomenda o ensino das habilidades de vida, em especial para a juventude, por meio de programas desenvolvidos em diferentes ambientes

através de métodos dinâmicos e de vivência. O relatório recomenda o ensino por meio de trabalhos com pequenos grupos, *brainstorming*, jogos, debates, entre outros; e, apesar de poder ser ensinado tanto por meio de organizações não-governamentais, grupos religiosos, entre outros, a referida Organização elenca algumas vantagens com relação ao ensino das habilidades de vida serem ensinados na escola, são elas (WHO, 1997, p. 6):

- O papel da escola na socialização dos jovens ;
- O acesso a crianças e adolescentes em grande escala;
- A eficiência econômica (com a utilização da infra-estrutura existente);
- Professores experientes já existentes;
- Alta credibilidade com os pais e membros da comunidade;
- Possibilidades de avaliação de curto e longo prazo.

A Organização Mundial da Saúde (1997) salienta a relevância do ensino de habilidades de vida e seus benefícios e conclui que esta prática deveria ser disponibilizada a todas as crianças e adolescentes nas escolas. Em especial, ainda na juventude, esse aprendizado pode gerar excelentes resultados na medida em que contribui para a saúde positivamente, por meio do desenvolvimento de relações interpessoais positivas, e para o bem estar mental no momento em que a maioria dos comportamentos negativos e prejudiciais não foram estabelecidos.

O ensino de habilidades de vida é uma intervenção em nível primário no tratamento à saúde, de acordo com o WHO (1997), e pode ser eficiente na prevenção ao abuso de álcool e gravidez precoce. Minto *et al* (2006) afirmam que, segundo Burt (1988), os programas de atenção destinados ao público adolescente com frequência estão mais destinados a buscar soluções para problemas específicos, como combate à AIDS e a doenças sexualmente transmissíveis, utilização de preservativos e condutas problemáticas específicas; no entanto, a abordagem com este público pode ser mais efetiva se for considerada uma visão mais abrangente do ser humano, envolvendo aspectos afetivos, cognitivos e sociais.

Bandeira *et al* (2006) realizaram um estudo em que correlacionaram habilidades sociais e variáveis sociodemográficas. Nele observou-se que existe a necessidade de maior atenção ao tema para crianças de nível sociodemográfico baixo, de escola pública e cujos pais apresentam baixa escolaridade. Observou-se, ainda, que o nível de habilidades sociais apresentadas pelas crianças variou em relação às características demográficas e sociais, sendo que quanto maior a escolaridade dos pais e o nível socioeconômico, maiores foram os escores

das habilidades sociais das crianças, ao passo que para aquelas que apresentaram menores escores, os pais apresentavam menor escolaridade e nível socioeconômico mais baixo.

MÉTODO

A intervenção fez parte do Programa Institucional de Bolsa de Iniciação à Docência (PIBID) da Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Alegre, subprojeto Psicologia, e ocorreu nos meses de julho a setembro do ano de 2015, em uma turma da oitava série do ensino fundamental de uma escola pública na cidade de Alegre, Espírito Santo, durante o horário de aula dos alunos. Foram dez encontros de 50 minutos realizados dentro da sala de aula. Foram utilizadas técnicas de dinâmicas de grupos, debates, confecção em conjunto de histórias, diálogos e reflexões acerca de uma “situação-problema”.

A intervenção foi realizada com base na metodologia implementada por Minto *et al* (2006); portanto, muitas dinâmicas de grupos e métodos de trabalho foram baseados no referido trabalho. Em virtude das especificidades dos aspectos sociais que permeiam as questões culturais e econômicas, as técnicas foram adaptadas de modo a refletir melhor a realidade do público atendido.

A intervenção foi realizada por uma aluna bolsista do PIBID, acadêmica de psicologia e orientada por uma psicóloga docente. Houve participação ativa da direção e da equipe pedagógica da escola onde a intervenção aconteceu e em alguns encontros, inclusive, a pedagoga participou das dinâmicas de grupo, o que contribuiu sobremaneira para a aproximação dos alunos com a equipe pedagógica da escola.

O Quadro 1 apresenta a disposição de datas e técnicas utilizadas para o ensino das habilidades de vida.

Quadro 1: Disposição de datas e dinâmicas de grupo utilizadas

Dia	Tema	Dinâmica
22/07/2015	Autoconhecimento	“Caixa de objetos”
23/07/2015	Relacionamento interpessoal	“Passeio de barco”
24/07/2015	Empatia	“O que você faria”
31/07/2015	Lidar com os sentimentos	“Crenças e sentimentos”

05/08/2015	Lidar com o estresse	“Pular corda”
07/08/2015	Comunicação eficaz	“Pinos mágicos”
21/08/2015	Pensamento crítico	“Debate folclore”
28/08/2015	Pensamento criativo	“Confecção de história”
18/09/2015	Tomada de decisão	Resolução de situação-problema
25/09/2015	Resolução de problemas	“Carta-problema”

As dinâmicas utilizadas foram as seguintes:

- “Caixa de objetos” – Foram dispostos diversos objetos de acordo com a realidade dos adolescentes atendidos dentro de uma maleta, e cada um escolhia um objeto e falava o porquê da escolha e um pouco de suas características pessoais.
- “Passeio de barco” – Foram apresentados cartazes com fotos de pessoas com várias características e cada um deveria escolher apenas duas pessoas para um passeio de barco. Em seguida, cada um deveria explicar a escolha. A técnica foi finalizada com um debate acerca dos estereótipos e preconceitos.
- “O que você faria” – Foi apresentada uma situação hipotética em que cada um teria recebido um prêmio de R\$ 30 milhões na loteria. Foram distribuídas folhas de papel para que cada um escrevesse o que o colega ao lado faria com esse dinheiro. Logo em seguida, procedemos a um debate comparando as ideias.
- “Crenças e sentimentos” – Após um breve momento de relaxamento, foi solicitado aos alunos que imaginassem tendo sido chamados à diretoria; em seguida deveriam relatar o que sentiam. Com base neste sentimento procedemos a desmistificação de sentimentos de medo e apreensão, mostrando como as expectativas influenciam na forma como podemos reagir às situações.
- “Pular corda” – Por meio da brincadeira de pular corda, algumas situações estressantes foram apresentadas aos alunos que deveriam analisar como reagiriam. Após um período de descanso, deveriam relatar se agiriam de forma diversa.
- “Pinos mágicos” – A dinâmica consistia em dispor os alunos em duplas, de modo que um estivesse de costas para o outro. Distribuía-se em seguida a mesma quantidade de pinos, nas mesmas cores. Um dos participantes deveria montar os pinos com a forma que lhe aprouvesse enquanto passava as informações para o colega que, sem ver, tentava replicar de acordo com a orientação oral que lhe era passada. Após a

conclusão, dado o comando, eles se viravam de frente uma para o outro e verificavam se havia semelhança. Em seguida viabilizava-se um debate acerca do resultado.

- “Debate folclore” – Foi apresentada uma situação problema que foi criada pela estagiária em que personagens do folclore brasileiro discutiam sobre um incêndio na mata, um jogando a responsabilidade sobre o outro. Após lida a história a turma foi dividida em dois grupos em que um acusava e o outro defendia um personagem. Após um tempo, o grupo de acusação deveria defender e o que inicialmente defendia deveria acusar. Logo em seguida procedia-se à discussão acerca da dinâmica.
- “Confecção de história” – Foi solicitada à turma a criação de uma história. Para isso cada um deveria dizer aleatoriamente trechos da narrativa conforme viesse à cabeça. Cada um foi contando uma parte e criando novos personagens. No final a história foi lida e houve uma discussão sobre o que os alunos sentiram antes e após a criação da história.
- “Resolução de situação-problema” – Foi apresentada aos alunos uma situação-problema de uma pessoa em dificuldade financeira; eles eram estimulados a dar soluções para o caso. Podiam discutir entre eles para achar uma solução. Após as discussões, todas as soluções eram anotadas e analisadas em conjunto, e em conjunto os alunos deveriam tomar uma decisão acerca do que deveria ser feito pelo personagem.
- “Carta-problema” – Os alunos foram orientados a agir como consultores de revistas que respondem aos questionamentos de leitores. Várias situações eram apresentadas e eles deveriam dar as respostas aos questionamentos. Logo em seguida todas as respostas foram analisadas e discutidas.

RESULTADOS

O ensino de habilidades de vida em uma escola pública municipal de Alegre foi implementado nos períodos de julho a setembro de 2015 e logo nos primeiros encontros aconteceram alguns resultados importantes. As características apresentadas aos estagiários pelos professores da turma eram de alunos desinteressados e com péssimo comportamento. No contato direto com a turma foi observado pela estagiária que se trata de alunos com poucas condições financeiras e que vivem em situação de pobreza fato que lhes limita o acesso a alguns bens de consumo. Utilizavam palavreado de baixo escalão, com muitas palavras obscenas, e eram muito violentos no trato entre eles. Havia um quadro dentro da sala

de aula preenchido com figuras pornográficas e palavrões. Sempre que estavam com raiva um do outro, faziam alguma caricatura ofensiva e com xingamentos onde colocavam o nome do colega a quem a violência era dirigida; relataram que o quadro era chamado de “O quadro do Preconceito”. Brigavam o tempo todo de forma desrespeitosa e ignorando as figuras de autoridade na sala como professores. Ao mesmo tempo, esse comportamento parecia uma forma de mecanismo de defesa para se protegerem dos preconceitos que também lhes eram dirigidos.

Na segunda semana de intervenção, os próprios alunos tiveram como iniciativa o gesto de apagar o “Quadro do Preconceito”, quando questionados o porquê de o fazerem, relataram que o projeto estava fazendo com que refletissem acerca de suas próprias vidas e que chegaram a conclusão de que não mereciam estudar com aquele quadro. Relataram que mesmo com suas divergências e inimizades apagaram todos juntos, e assim o quadro permaneceu limpo até o final da intervenção.

A abordagem aos alunos foi realizada por intermédio da equipe pedagógica da escola, que assumiu uma postura de colaboração com o projeto, participando, inclusive, de alguns encontros. Este fato contribuiu de forma efetiva para que a implementação da intervenção ocorresse, já que facilitou a exposição das dificuldades para a diretoria da escola de modo que as soluções para os problemas encontrados foram discutidos em conjunto garantindo a continuidade do projeto.

Alguns desafios encontrados foram:

- Realização de encontros no contra-turno foi a maior dificuldade, uma vez que, no início do projeto, havia baixa participação dos alunos.

Para tanto, o apoio da diretoria da escola foi fundamental para a manutenção do projeto, uma vez que estimulou a participação dos alunos ao permitir que o projeto fosse realizado durante o período de atividades escolares e dentro do horário regular. Muitos alunos relataram dificuldade para participar do projeto se fosse realizado no contra-turno, uma vez que em função de sua realidade sócio econômico tinham dificuldades de retornar a escola.

- Parceria com a disciplina de artes para que o projeto pudesse ocorrer durante o período de aula; este fato demandou adaptação das dinâmicas ao conteúdo a ser trabalhado na disciplina sobre o folclore brasileiro.

A parceria com a disciplina de artes ao mesmo tempo em que representou a garantia da continuidade do projeto também foi um grande desafio, já que muitas das dinâmicas previamente planejadas precisaram ser alteradas ou adaptadas para que os alunos continuassem a ter o conteúdo da disciplina sem prejuízo das discussões. Entretanto, este

desafio foi superado e permitiu que as discussões promovidas evoluíssem de forma dinâmica e lúdica.

Ao longo dos encontros, pode-se observar que a postura dos alunos foi se tornando mais empática e eles conseguiam desenvolver sua capacidade de transmitir suas opiniões e desejos com maior empatia e criticidade. Quando voltavam a se tratar de forma rude, um chamava a atenção do outro, explicando que estavam aprendendo que deveriam se comunicar de forma diferente.

No último dia de intervenção, um dos alunos relatou que seu comportamento mudou muito, e que sua mãe, inclusive, estava elogiando sua nova postura. Ao ser questionado o que efetivamente mudou, o rapaz relatou que ele estava conseguindo expor suas opiniões de forma menos agressiva e sentia-se mais maduro na medida em que buscava compreender as motivações de outrem antes de sentir-se ofendido diante de situações conflituosas. Ele relatou, ainda, que atribuía essa mudança de comportamento ao projeto de ensino de habilidades de vida e reforçou a importância de que fossem oportunizados mais momentos como este ao longo do ano escolar.

A fala deste aluno corrobora a sugestão da WHO (1997), de ensino de habilidades de vida durante a vivência escolar, e demonstra o quão importante se torna este tipo de atividade como forma de prevenção de situações de risco, na medida em que, ao permitir o acesso a estas informações, a criança ou o adolescente mude seu repertório de reações às diversas situações de conflito pelas quais passará ao longo da vida.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O projeto de educação para habilidades de vida apresentou eficácia no alcance dos objetivos propostos, na medida em que promoveu um ambiente seguro em que os adolescentes pudessem expor suas ideias, sentimentos e pensamentos, sem nenhum tipo de julgamento ou preconceito. Por meio desses momentos de reflexão puderam compreender alguns sentimentos imbricados em suas relações sociais que faziam com que emitissem comportamentos negativos que acabavam por prejudicá-los.

O apoio da equipe pedagógica e da direção da escola foram aspectos fundamentais para manutenção do projeto, na medida em que foi dada a oportunidade de exposição das dificuldades encontradas e as soluções foram buscadas em conjunto garantindo aos adolescentes o atendimento semanal.

Entretanto, é importante a compreensão de que este projeto foi uma intervenção isolada e não faz parte da rotina escolar; para melhores resultados, é importante que outro projeto dê continuidade à vivência destas habilidades de modo que os alunos possam vivenciar tudo o que foi trabalhado. Em especial, seria fundamental que a escola programasse o ensino de habilidades de vida na rotina escolar, dando continuidade ao aprendizado dos alunos e envolvendo todos os professores em um projeto mais amplo em que toda a escola fosse contemplada e beneficiada. Assim, resultados mais perenes poderiam ser obtidos beneficiando os alunos em seu desenvolvimento de modo a garantir relacionamentos mais saudáveis e duradouros, evitando, portanto, comportamentos conflituosos e negativos.

REFERÊNCIAS

- Bandeira, M., Rocha, S. S., Freitas, L. C., Del Prette, Z. A. P., & Del Prette, A. (2006). Habilidades sociais e variáveis sociodemográficas em estudantes do ensino fundamental. *Psicologia em estudo*, 11(3), 541-549.
- Cannon, L. R. C., Serra, A. S. L., Pereira, A. A., Júnior, S., Magalhães, M. D. L., Mota, M. D. S. F. T., & Pinheiro, R. M. V. D. R. (1999). Saúde e desenvolvimento da juventude brasileira: construindo uma agenda nacional. In *Saúde e desenvolvimento da juventude brasileira: construindo uma agenda nacional*. Brasil. Ministério da Saúde.
- Gorayeb, R. (2002). O ensino de habilidades de vida em escolas no Brasil. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 3(2), 213-217.
- Minto, E. C., Pedro, C. P., Netto, J. R. D. C., Bugliani, M. A. P., & Gorayeb, R. (2006). Ensino de habilidades de vida na escola: uma experiência com adolescentes. *Psicologia em Estudo*, 11(3), 561-568.
- Straub, R. O. (2014). *Psicologia da saúde: uma abordagem biopsicossocial*. Artmed Editora.
- World Health Organization. (1999). Life skills education for children and adolescents in schools. Geneva, 1997.