

TREINAMENTO DE HABILIDADES SOCIAIS ON-LINE: RELATO DE EXPERIÊNCIA

V Encontro de Iniciação Acadêmica

Marina Ferreira Farias, Beatriz Ferreira dos Santos, Joao Felipe Bastos Franco, Lucas Luan de Brito Cordeiro, Livia Gome Viana-Meireles, Livia Gomes Viana Meireles

As habilidades sociais estão relacionadas à resolução de problemas imediatos da situação, sendo definidas como um conjunto de comportamentos emitidos por um indivíduo que expressa sentimentos, atitudes, desejos ou opiniões de modo adequado em um relacionamento interpessoal. Esse projeto trata-se de um treinamento de habilidades sociais destinado a atletas universitários de Fortaleza, que ocorreu em forma de sessões temáticas online com auxílio de alunos do curso de Educação Física e Psicologia da Universidade Federal do Ceará. As sessões tiveram como base outros treinamentos de habilidades sociais já dispostos na literatura, com destaque a Falcão e Bolsoni-Silva (2016) e Del Prette e Del Prette (2017). A facilitadora do grupo planejou as sessões juntamente com os bolsistas via WhatsApp e reuniões pelo Google Meet, utilizando métodos facilitadores nas interações entre os atletas. Foram realizadas 8 sessões online via google meet, cada sessão possuía uma temática específica, a sequência de cada temática foi organizada levando em conta as principais categorias de habilidades sociais exigidas na vida esportiva. No início foi solicitado que os atletas respondessem um questionário. Ao final das oito sessões os participantes voltaram a responder o questionário de avaliação das habilidades sociais e com base nas respostas foi possível identificar que os atletas obtiveram uma melhora nas respectivas habilidades sociais após o treinamento. É possível afirmar que o treinamento contribuiu tanto na melhora do repertório de habilidades sociais dos atletas, como também para uma formação mais completa dos alunos participantes da extensão, que poderão utilizar o conhecimento das habilidades sociais como uma ferramenta no processo de aprendizagem dos seus futuros alunos/atletas/clientes.

Palavras-chave: HABILIDADES SOCIAIS. TREINAMENTO. ATLETAS.