

H a b i l i d a d e s



S o c i a i s n a

U n i v e r s i d a d e

Psicóloga Me. Thamires Gouveia



KEY POINTS

O que são Habilidades Sociais?

Relação das HS com a vida

universitária

Como desenvolver?

CONCEITOS



CRITÉRIOS



Alcançar o
objetivo da

interação

Manutenção/
melhora da
autoestima



Equilíbrio de
poder entre os

interlocutores



Respeito dos
direitos humanos

interpessoais



Manutenção/
melhora da
qualidade da



Comportamentos

sociais desejáveis

HABILIDADES

SOCIAIS

Respeito e empatia, expressar
opiniões, discordância e
sentimentos positivos e
negativos, fazer, aceitar e
rejeitar críticas, falar em
público, fazer amizades,
abordar autoridades e etc

COMPETÊNCIA SOCIAL

Comportamentos

sociais indesejáveis

ATIVOS

PASSIVOS

Agredir, coagir,
manipular,
desrespeitar,
enganar

Isolar se,
omitir se,
submeter se

PROBLEMAS E TRANSTORNOS
PSICOLÓGICOS



HABILIDADES SOCIAIS

Manejar conflitos e resolver problemas interpessoais

Fazer e Manter amizade

Expressar solidariedade

Comunicação

Civilidade

Assertivas

Expressar afeto e intimidade

Falar em público

Coordenar grupo

Empáticas

COMUNICAÇÃO

Iniciar e manter
conversação

Fazer e responder
perguntas

Pedir e dar
feedback

Elogiar e
agradecer elogio

Dar opinião

CIVILIDADE

Dizer por favor

Agradecer

Apresentar-se

Cumprimentar

Despedir-se

FAZER E MANTER AMIZADES

Apresentar informações livres

Demonstrar gentileza

Manter contato visual, sem ser invasivo

Convidar/aceitar convites

EXPRESSAR SOLIDARIEDADE

Identificar necessidades no outro

Engajar-se em atividades sociais construtivas

Cooperar

Expressar compaixão

EMPÁTICAS

Manter contato visual

Escutar

Tomar perspectiva

Expressar compreensão

Compartilhar alegria e realização do outro

ASSERTIVAS

Questionar e discordar

Fazer e recusar pedidos

Expressar desagrado

Solicitar mudança de comportamento

Falar com pessoa que expressa papel de autoridade

Manejar críticas

MANEJAR CONFLITOS E RESOLVER
PROBLEMAS INTERPESSOAIS

Exercitar autocontrole

Reconhecer, nomear e
definir o problema

Elaborar alternativas
de comportamento

Propor alternativas de
solução

Escolher, implementar
e avaliar

EXPRESSAR AFETO E
INTIMIDADE

Aproximar-se

Fazer e responder
perguntas

Dar informações
livres

Cultivar o bom
humor

Estabelecer limites
quando necessário

COORDENAR GRUPO

Organizar a atividade

Distribuir tarefas e incentivar a participação de todos

Controlar tempo e foco na tarefa

Expor metas, elogiar, cobrar desempenhos, explicar e pedir explicações

FALAR EM PÚBLICO

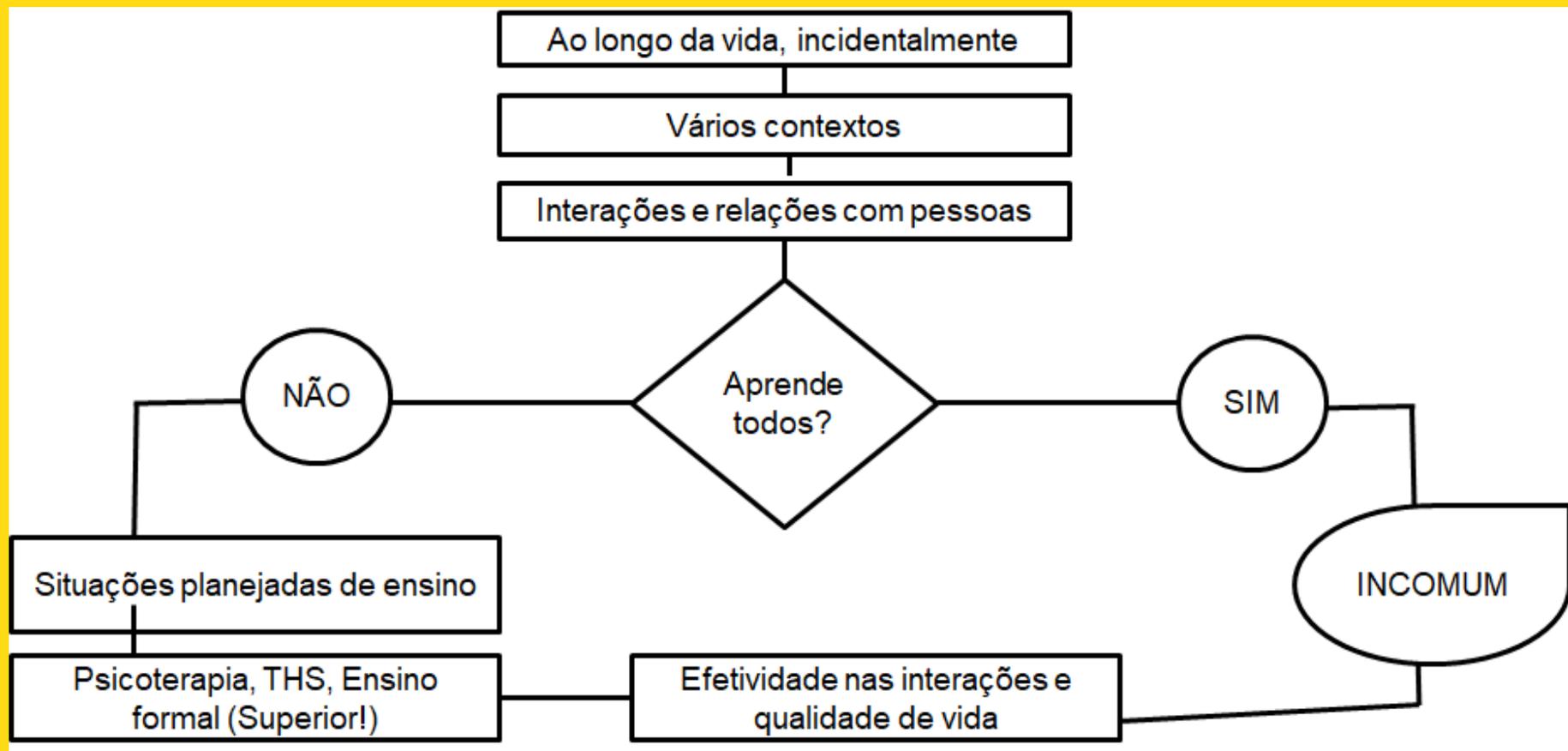
Cumprimentar

Distribuir olhar pela plateia

Usar tom de voz audível

Fazer e responder perguntas, apontar conteúdo de material audiovisual e agradecer

**TODOS DESENVOLVEM
ESSAS HABILIDADES
NATURALMENTE AO**



NÃO.

PORÉM A UNIVERSIDADE É UM

ESPAÇO PROPÍCIO

APRENDIZAGEM DE NOVAS

HABILIDADES.

Diversos autores defendem a necessidade das instituições voltarem sua atenção não somente para o desenvolvimento cognitivo mas para um desenvolvimento _____ que se dá por meio do desenvolvimento sistematizado e planejado de competências **ACADÊMICAS, COGNITIVAS e SOCIAIS**

**COMO DESENVOLVER
ESSAS HABILIDADES
NA UNIVERSIDADE?**





A competência social, assim como as
competências técnicas não se
desenvolvem por meio de currículo oculto.

Necessário ensino sistematizado e
planejado.

INICIATIVAS NO BRASIL



Projeto integrado

- Pesquisas de programa de HS integrado a curso de Engenharia (USP)



Disciplinas teórica-prática no currículo

- Habilidades Sociais e Liderança (EESC-USP)
 - Habilidades Sociais e Competência Social (Psicologia - UFSCAR)
- Infusão curricular (USP Bauru, MBA taubaté)



THS

- PRODIP (USP)
- Oficina Construindo HS na Universidade (UNICAMP)

QUEM APLICA ESSE

INTERVENÇÃO?

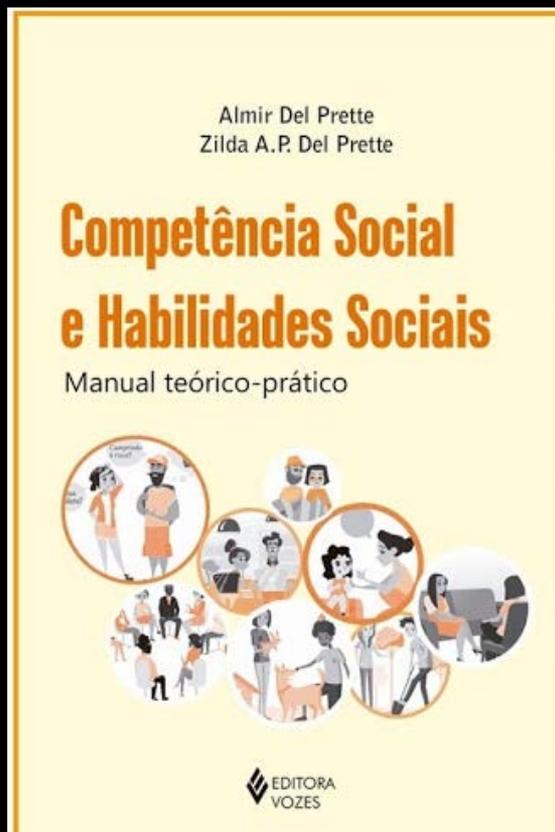
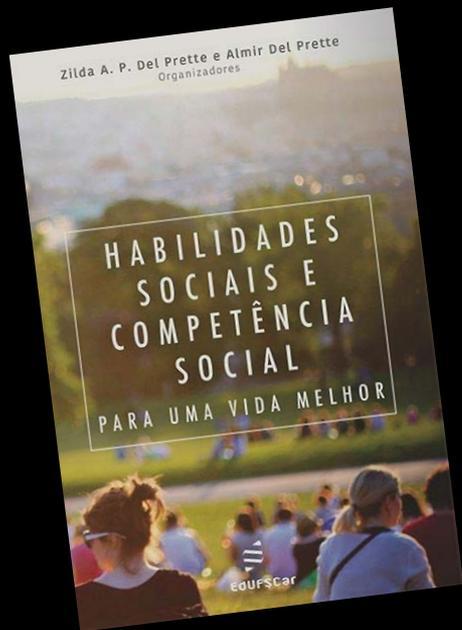
Perfil do facilitador

A congruência entre o que se propõe ensinar e o comportamento do facilitador é um elemento que favorece a aprendizagem. Ou seja, o facilitador deve apresentar um repertório elaborado de HS, tais como as de observação, empatia e dar feedback, por exemplo.

LIVROS QUE PODEM

AJUDAR...





REFERÊNCIAS

- DEL PRETTE, Z. A. P.; DEL PRETTE, A. Competência Social e Habilidades Sociais: Manual teórico-prático. Editora Vozes, 2017.
- DELPRETTE, Z. A. P.; SOARES, A. B. Habilidades sociais e adaptação à universidade: Convergências e divergências dos constructos. *Análise Psicológica*, p. 139 151.2015.
- HOWARD J. A. Why should we care about student expectations? (2005). Em T. E. Miller, B. E. Bender, J. H. Schuh, & Associates (Eds.), *Promoting reasonable expectations: aligning student and institutional thinking about the college experience*. São Francisco: Jossey Bass/National Association of Student Personnel Administrators.
- SOARES, A. B.; LEME, V. R.; NOGUEIRA, C. C.; MAIA, F. A.; LIMA, C. A. Situações interpessoais: o que dizem os estudantes universitários? In: SOARES, A.B.; MOURÃO, L.; MOTA, M.M.P.E. (Org.) *Estudante Universitário Brasileiro: Características cognitivas, habilidades relacionais e transição para o mercado de trabalho*. 1ed. Curitiba: Appris Editora, v. 1, p. 115 126, 2016.
- SOARES B, A.; DEL PRETTE, P, A, Z. Habilidades sociais e adaptação à universidade: Convergências e divergências dos constructos. *Análise Psicológica*, p. 139 151. 2015.
- SOARES, B. A; SANTOS, A. Z.; ANDRADE, C. A.; SOUZA, S. M. Expectativas acadêmicas e habilidades sociais na adaptação à universidade. *Ciências Psicológicas*, Volume 11 Nº 1 Páginas 77 –88, 2017.
- DEL PRETTE, Z. A. P.; DEL PRETTE, A. Desenvolvimento interpessoal: Uma questão pendente no ensino universitário. In E. Mercuri & S. Polydoro (Orgs.), *Estudante universitário: Características e experiências de formação*. p. 105-128. Taubaté: Cabral. 2003.
- FEITOSA, F. B.; MATOS, M. G.; DEL PRETTE, Z. A. P.; DEL PRETTE, A. Desempenho acadêmico e interpessoal em adolescentes portugueses. *Psicologia em Estudo*, 14(2), 259 266, 2009.

REFERÊNCIAS

- BALDEZ, M. A relação entre as habilidades sociais e a adaptação dos estudantes ao ensino superior: m estudo no estado do Rio de Janeiro. Dissertação em Psicologia. Universidade Salgado de Oliveira, 2009.
- CONTRERAS, K.; CABALLERO, C.; PALÁCIO, J.; PÉREZ, A. Factores asociados al fracaso académico en estudiantes universitarios de Barranquilla (Colombia). *Psicología desde el Caribe*, (22), 110-135, 2008.
- GERK, E.; CUNHA, S. Habilidades sociais na adaptação de estudantes ao ensino superior. In M. Bandeira, A. Del Prette, & Z. A. P. Del Prette (Orgs.), *Estudos sobre habilidades sociais e relacionamento interpessoal*. p. 181-198. São Paulo: Casa do Psicólogo. 2006.
- TEIXEIRA, M. A. P.; DIAS, A. G. C.; WOTTRICH H. S.; OLIVEIRA, M. A. Adaptação à universidade em jovens calouros. *Revista Semestral da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional (ABRAPEE)* Volume 12 Número Janeiro/Junho 202, 2008.
- LIMA, C. A.; SOARES, A. B.; SOUZA, M.S. Treinamento de habilidades sociais para universitários em situações consideradas difíceis no contexto acadêmico. *Psicol. clin.* [online]. 2019, vol.31, n.1, pp. 95-121. 2019.
- DEL PRETTE, Z. A. P.; DEL PRETTE, A. (2011) *Habilidades Sociais: Intervenções efetivas em grupos*. São Paulo: Casa do psicólogo.

Muito
obrigada!



thamiresgaspargouveia@hotmail.com