

# QUESTIONÁRIO TREINO SOCIAL

CÓDIGO PESSOAL: \_\_\_\_\_

DATA DO PREENCHIMENTO: \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

LOCAL: \_\_\_\_\_

CODIGO PESSOAL: Coloque as letras iniciais do seu nome + a data do seu nascimento, exemplo: **Evandro Luiz Silveira / 05/02/1963**  
Código pessoal será: **ELS05021963**



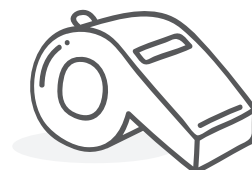
## PARTE 1 - PERGUNTAS GERAIS

1. Quantos anos você tem?

\_\_\_\_\_ (anos completos)

1. Qual é o seu sexo?

Feminino  Masculino  Não quero responder



## PARTE 2 - OPINIÕES SOBRE ALGUMAS SITUAÇÕES

Abaixo são apresentadas algumas frases. Leia cada frase e assinale a opção que melhor descreve você, conforme a resposta abaixo.

Perguntas

### Competências emocionais: Autoconhecimento

|  | De modo nenhum é verdade (--) | Difícilmente é verdade (-) | Moderadamente verdade (+) | Exatamente verdade (++) |
|--|-------------------------------|----------------------------|---------------------------|-------------------------|
| 1. Tenho facilidade de me expressar diante do grupo.                                 |                               |                            |                           |                         |
| 2. Consigo pensar e criar coisas novas diante de um desafio.                         |                               |                            |                           |                         |
| 3. Quando tenho que executar uma tarefa, consigo realizá-la sem influência externa.  |                               |                            |                           |                         |
| 4. Consigo identificar meus sentimentos.   |                               |                            |                           |                         |
| 5. Normalmente, consigo pensar nos pontos positivos e negativos das minhas atitudes. |                               |                            |                           |                         |

### Competências emocionais: Autogerenciamento

|  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|
| 6. Eu me empenho/interesso em participar em todas as aulas.  |  |  |  |  |
| 7. Eu consigo me manter calmo e com foco no jogo mesmo com distrações externas influenciando. ( Ex.: erros de arbitragem, torcida adversária, desrespeito em campo). |  |  |  |  |
| 8. Sei o que quero e como realizar.  |  |  |  |  |
| 9. Sou pontual nos meus compromissos.  |  |  |  |  |

### Competências emocionais: Tomada de decisão

|   |  |  |  |  |
|---|--|--|--|--|
| 10. Consigo expor minhas ideias e opiniões com clareza.                         |  |  |  |  |
| 11. Consigo desenvolver o papel de capitão da equipe incentivando meus colegas. |  |  |  |  |
| 12. Eu me preocupo com os problemas da minha equipe e busco resolvê-los         |  |  |  |  |
| 13. Durante o jogo sou honesto nas minhas ações                                 |  |  |  |  |

