

Participação na Actividade de Coach Team

Francisco Falcão Amaral Caixeiro

Relatório de Aprendizagens

Resumo—No âmbito da unidade curricular de Portfólio Pessoal A integrei a actividade de Coach Team. Este relatório visa explicar sucintamente as diversas aprendizagens pessoais, de carácter não técnico, obtidas durante todo o processo de Coaching. Esta actividade reuniu um grupo de três alunos com o principal foco suportar e mentorar outros alunos.

isto não é um resumo do documento

Palavras Chave—(responsabilidade, organização, acompanhamento, comunicação, trabalho de equipa, gestão de tempo).

1 INTRODUÇÃO

ESTE relatório de aprendizagens tem como objectivo apresentar uma reflexão sobre as competências que adquiri/melhorei durante a actividade realizada no âmbito da cadeira de Portfólio Pessoal A, onde fiz parte de um grupo em conjunto com o Luís Freixinho e o Rúben Santos. Esta actividade consistiu na criação de grupos de trabalho de dois/três alunos com o objectivo de auxiliar e motivar os colegas ao longo da execução das actividades onde foram colocados após a candidatura às mesmas.

Sendo um semestre um curto espaço de tempo, penso que, foi possível adquirir competências não técnicas essenciais para o meu futuro quer a nível pessoal, quer a nível profissional.

[Estrutura do documento]

2 COMPETÊNCIAS

Nesta secção irei explicar detalhadamente as capacidades que adquiri/melhorei com a

realização da actividade como Coach.

Para qualquer carreira que sigamos as competências transversais irão estar sempre presentes, e como tal, devem ser trabalhadas de forma a permitir uma melhor adaptação a nível profissional. As competências trabalhadas durante a execução desta actividade foram as seguintes:

- Responsabilidade;
- Trabalho de equipa.
- Organização e Gestão de tempo;
- Comunicação;

2.1 Responsabilidade

Uma das competências mais importantes, a meu ver, é a responsabilidade, competência sem a qual nenhum profissional pode entrar no mercado de trabalho.

Como coach, penso que, a responsabilidade foi uma competência bastante desenvolvida uma vez que os coachees, colegas pelos quais estávamos responsáveis, dependiam de nós para facilitarmos todo o processo desde a candidatura à actividade até à conclusão da mesma. Sendo que o sucesso deles estava directamente relacionado com o nosso empenho e dedicação em ajudá-los, senti que não poderia falhar com nada do que eles precisassem.

Desta forma desenvolvi o meu sentido de responsabilidade perante a ajuda e suporte prestados aos coachees e também como membro de uma equipa onde sabíamos que podíamos contar uns com os outros e de tudo

- Francisco Caixeiro, ist176563 ,
E-mail: francisco.caixeiro@tecnico.ulisboa.pt,
Instituto Superior Técnico, Universidade de Lisboa.
- Luís Freixinho , ist176386 ,
E-mail: lricardofreix@gmail.com,
Instituto Superior Técnico, Universidade de Lisboa.
- Ruben Santos, ist423201,
E-mail: ruben.d.santos@tecnico.ulisboa.pt,
Instituto Superior Técnico, Universidade de Lisboa.

Manuscrito entregue a 15 de Julho, 2015.

(1.0) Excellent	LEARNINGS						DOCUMENT						
(0.8) Very Good	Context × 2	Skills × 1	Reflect × 4	Summ × .5	Concl × .5	SCORE	Struct × .25	Ortog × .25	Exec × 4	Form × .25	Titles × .5	File × .5	SCORE
(0.6) Good	1.0	0.8	0.8	0.6	0.7		0.8	0.8	0.8	1.0	1.0	1.0	
(0.4) Fair													
(0.2) Weak													

fizemos para completar as nossas tarefas e objectivos.

2.2 Trabalho de equipa

O trabalho de equipa é a base de alguns cursos, como o de Engenharia de Telecomunicações e Informática ou o de Engenharia Informática e de Computadores, onde é necessário realizar mais do que dois projectos por semestre. Deparamo-nos com a necessidade de trabalhar com diversas pessoas que não conhecemos e por isso é preciso fazer uma divisão de trabalho que vise a eficiência e coerência para que o projecto seja realizado com maior facilidade. Para que o trabalho de equipa seja fluido é necessário haver comunicação e organização, outras duas capacidades importantes.

Após ser inserido numa Coach Team, foi necessário debater com os meus colegas como iríamos comunicar/funcionar acerca de quais as plataformas a usar e qual a melhor forma para nos contactar-mos ao longo de todo o semestre.

Após um debate inicial, conseguimos obter a forma mais rápida e eficiente para satisfazer as necessidades dos coachees, contando com a ajuda do professor Rui Cruz, que esteve sempre bastante disponível para responder a todas as questões.

2.3 Organização e Gestão de tempo

No decorrer do semestre, estando inscrito a sete cadeiras e ainda trabalhar a part-time foi algo que nunca tinha experienciado antes. Este excesso de carga horária obrigou-me a uma grande necessidade de planear e gerir o meu tempo. Enquanto coach, a organização dentro da equipa facilitou-me bastante em termos de gestão de tempo. Para haver uma boa gestão de tempo é necessário haver planeamento e organização.

Usámos a plataforma "Trello" que facilitou a comunicação entre todos os membros da equipa, através da possibilidade de criar tarefas e permitir que qualquer um pudesse efectua-la, avisando os outros de que a estava a realizar.

Assim todos conseguimos realizar as tarefas que nos estavam atribuídas sem quaisquer problemas.

2.4 Comunicação

A comunicação dividiu-se em dois pontos:

- Coachees;
- Equipa.

Quanto aos coachees a comunicação esteve presente sempre que éramos abordados pelos mesmos com questões relativamente às suas actividades ou até algumas regras da cadeira de Portfólio. Antes de responder a um coachee procurei debater a questão com a minha equipa com o intuito de responder o mais correctamente possível.

Entre a equipa foi essencial para que pudéssemos satisfazer as necessidades dos coachees assim que possível.

3 CONCLUSÃO

Inicialmente estava reticente quanto a entrar na actividade como membro de uma coach team. Logo na primeira actividade, que foi recebida em cima da hora, fiquei surpreso pelo deadline ser tão curto e questionei-me logo se queria continuar nesta actividade. Este problema, sendo um caso único, foi resolvido facilmente falando com o professor Rui Cruz.

Penso que tomei a decisão correcta em manter-me na actividade pois aprendi imenso e pude desenvolver diversas competências não-técnicas com grande uso para o meu futuro quer profissional quer pessoal.

Como coach foi bom estar numa equipa e sentir que os coachees recorriam a nós para dar-mos as nossas opiniões e ajudá-los no que eles precisavam, facilitando assim no desenvolvimento da sua actividade.

No passado já tinha realizado uma actividade semelhante como mentor no NAPE e pude aplicar/melhorar capacidades anteriormente aprendidas.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a toda a minha equipa de Coach, pois mostraram-se sempre disponíveis para esclarecer qualquer dúvida que surgisse. Foi com a ajuda deles que foi possível organizar-me e gerir o tempo com uma carga horária maior do que o normal durante este semestre.

*Levdo apenas a conclusão
como foi a experiência
o quanto aprendido?*

Também agradeço aos coachees com os quais também aprendi a superar alguns erros de comunicação.

É imprescindível o agradecimento ao Professor Rui Cruz, que não só deu a oportunidade de experienciar esta actividade, como também garantiu um enorme apoio e ajuda durante o semestre. Foi com o seu suporte que foi possível que toda esta actividade se desenrolasse, da minha parte para com o coachees, de forma mais fluida e correcta.



Francisco Caixeiro é finalista da Licenciatura em Engenharia de Telecomunicações e Informática pelo Instituto Superior Técnico. Integrou recentemente um projecto da startup Interarma, dedicada ao desenvolvimento de jogos. Francisco Caixeiro ingressará, em Setembro, no Mestrado em Engenharia de Telecomunicações e Informática no

Instituto Superior Técnico.