

# Coaching Team

Iryna Shvydyuk

## Relatório de Aprendizagens

**Resumo**—A participação na atividade "Coaching Team" revelou-se uma abundante fonte de aprendizagens, contribuindo colossalmente para o meu desenvolvimento pessoal e crescimento enquanto indivíduo. Cada uma das fases que constituem esta atividade permitiu tirar lições únicas que, de certeza, serão imprescindíveis em todos os aspetos da minha vida.

*isto não é um resumo do documento*

**Palavras Chave**—Comunicação, aprendizagens, sentido crítico, trabalho em equipa, iniciativa

## 1 INTRODUÇÃO

No âmbito da cadeira de Portfolio Pessoal IV, que decorre no segundo semestre do ano letivo, foi realizada a atividade "Coaching Team". Os quatro meses que constituíram o período da realização da mesma, foram intensamente preenchidos com momentos de auto-desenvolvimento e aprendizagem.

O fato de ter existido contato com pessoas de faixas etárias, personalidades e vivências diferentes trouxe incalculáveis vantagens a nível de desenvolvimento de competências sociais.

O grande objetivo que eu tinha, enquanto aluna da cadeira, foi alcançado, porém este não foi o único. O presente documento descreve todas as aprendizagens comportamentais que foram desenvolvidas com a atividade e que não poderiam ser obtidas ao longo da formação profissional, ou seja, as que resultam das sensações, das condições, da prática da atividade e, consequentemente, da minha reflexão sobre a mesma.

- Iryna Shvydyuk, nr. 70352,  
E-mail: iryna.shvydyuk@tecnico.ulisboa.pt,
- José Teixeira, nr. 64805,  
E-mail: jose.lino.teixeira@tecnico.ulisboa.pt,
- Cátia Alexandra Bento Almeirão, nr. 69590,  
E-mail: catia.almeirao@tecnico.ulisboa.pt,  
Instituto Superior Técnico, Universidade de Lisboa.

Manuscript received 07 04, 2015.

## 2 LIÇÕES RETIRADAS

Todas as fases que constituíram a atividade realizada, permitiram tirar lições únicas e muito valiosas a todos os níveis, tanto pessoal, como académico, tornando-se imprescindíveis para o crescimento e o desenvolvimento de um ser humano.

### 2.1 Trabalho em Equipa

A competência de trabalho em equipa é uma competência que está constantemente presente no meu dia-a-dia académico. Sendo uma aluna de engenharia, estou habituada a realizar projetos de grupo, contudo a participação na "Coaching Team" permitiu refletir um pouco mais sobre assunto.

Ao longo dos últimos quatro meses, independentemente da quantidade de trabalho que cada um dos elementos da equipa tivesse, tanto a entrega dos artefactos dentro dos deadlines especificados, como o apoio prestado aos alunos era uma preocupação geral. Foi sempre possível dividir tarefas de modo a não haver sobrecarga de algum elemento. Um exemplo vívido consiste na fase de avaliação de relatórios em que estes foram divididos por todos, analisados independentemente e, ao fim de um determinado intervalo de tempo, os resultados dessa análise foram reunidos.

Estes fatos, aparentemente simples e banais, fazem toda a diferença tanto a nível da eficácia do trabalho como a nível pessoal. Quando um elemento de uma equipa tem confiança no

(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	1.0	1.0	0.6	1.0		1.0	1.0	1.0	1.0	0.8	1.0	
(0.4) Fair													
(0.2) Weak													

trabalho dos seus colegas, a consciência de que estão todos a trabalhar para o mesmo fim e não tem medo de exprimir a sua opinião, dúvida e questão, o ambiente de trabalho torna-se mais propício e, conseqüentemente, o resultado final é melhor.

Em suma, posso afirmar que a eficácia do trabalho depende da contribuição harmonizada de cada elemento e a motivação perante o alcance do objetivo comum são uns dos *drivers* mais importantes. Futuramente, de certeza que terei esta conclusão constantemente presente em mente aquando de um trabalho de equipa.

## 2.2 Relações Interpessoais

Durante esta atividade mantive duas dinâmicas relacionadas bastante entre si. A primeira corresponde à ligação com a minha equipa e a segunda à comunicação com os alunos e os representantes das entidades promotoras.

No primeiro caso, o relacionamento foi mais forte, pois os integrantes da equipa são jovens com idades muito próximas da minha. O desafio enfrentado consistia na existência de métodos de trabalho diferentes o que, por vezes, gerava certas discordâncias. Felizmente, com o avançar da atividade, estas foram desaparecendo, pois íamo-nos conhecendo e percebendo a melhor forma de integrar estas diferenças de modo a conseguir um compromisso funcional.

Relativamente ao segundo caso, a comunicação realizada apresentou uma formalidade com a qual, infelizmente, não tinha experiência prévia de modo regular. Apesar deste fato, na minha opinião, consegui superar todas as dificuldades.

Tenho a certeza que o impacto sentido ser-me-á muito útil, não só ao longo da vida profissional, mas também na vida pessoal.

## 3 COMPETÊNCIAS DESENVOLVIDAS

### 3.1 Gestão do Tempo

A boa gestão do tempo é uma competência transversal com várias vertentes importantíssimas que dão lugar a possibilidade de atingir uma vida equilibrada, através de

um balanço saudável entre o contexto pessoal e profissional. É de referir que a vertente desenvolvida ao longo da atividade apresenta algumas diferenças em relação as descritas nos relatórios anteriores.

A carga de trabalho pressuposta para o período de realização dependia das fase da atividade em que nos encontrávamos e, com base nesta, eu senti a necessidade de adaptar ou até reorganizar os meus planos de modo a conseguir entregar os artefactos solicitados dentro do *deadline* especificado, efetuar os trabalhos das outras unidades curriculares e manter o balanço com a minha vida pessoal.

Eu compreendo que, no futuro próximo, terei que enfrentar situações em que o cumprimento de prazos e a gestão da quantidade de trabalho serão cruciais para o meu sucesso e realização profissional e pessoal, no entanto posso afirmar com toda a certeza que o impacto sentido deixou a sua marca e as aprendizagens adquiridas serão tidas em conta.

### 3.2 Independência e Iniciativa

De modo a atingir todos os objetivos propostos dentro do tempo estipulado, num trabalho com este carácter e magnitude, torna-se indispensável sujeitar a mim mesma ao desenvolvimento das capacidades de iniciativa e independência. Este fato notou-se nas situações em que surgia a necessidade urgente de resposta rápida, como é o caso de esclarecimento das dúvidas dos aluno ou problemas com as entidades promotoras, ou de organização referentes ao trabalho atribuído pelo docente da cadeira.

Eu compreendo que estas competências serão muito úteis para o meu futuro, pois, para além de terem permitido tornar-me numa pessoa mais ativa, profissional e contribuído para o melhoramento das capacidades de resolução de problemas, poderão ser aplicados na minha vida.

### 3.3 Comunicação

Desde os tempos mais remotos, a comunicação constitui uma imprescindibilidade, sendo uma ferramenta de integração e desenvolvimento.

Qual? Como pode um leitor obter este Relatório? Onde está a Referência Bibliográfica?

Com o avançar da tecnologia que se tem verificado nas últimas décadas, esta habilidade encontrou novas formas de se manifestar o que, por sua vez, obrigou o ser humano a adotar certas transformações na sua forma de pensar e agir e, mais importantemente, na exposição dos seus desejos.

Como foi descrito no Relatório de Atividades, ser membro da "Coaching Team" implica o acompanhamento, o apoio e o proporcionar aos alunos uma experiência de aprendizagem pessoal e, para o tal, desde a fase mais remota da atividade, foi estabelecido e o contacto com os mesmos e com as entidades promotoras.

Esta interação foi feita recorrendo ao e-mail e, como tal, tornou-se imprescindível ter o cuidado especial para assegurar a inteligibilidade, evitar os enganos e respeitar o estatuto do participante, independentemente da sua faixa etária e/ou ocupação profissional.

Olhando em retrospectiva, posso afirmar que desde a primeira troca de e-mails, encontrei certas dificuldades em elaborar e expor a informação de forma clara e concisa. Felizmente, com o avançar da atividade, este obstáculo foi superado com sucesso.

Na minha opinião, esta experiência foi muito enriquecedora, pois ao longo de toda a minha vida de certeza que surgirão situações em que a exposição das minhas ideias e do meu ponto de vista terá que ser feita recorrendo as soluções tecnológicas. Nesses casos, a capacidade de expressão será crucial.

### 3.4 Sentido Crítico

A capacidade do Homem de desenvolver o seu sentido crítico é fundamental e está, desde os tempos mais remotos, presente na História.

É sempre possível recorrer a definição formal da expressão para tentar compreendê-la, porém só com leitura esta tarefa, na minha opinião, não será possível. É necessário experienciar algo e efetuar uma reflexão sobre o mesmo. Este fato foi possível com a última fase da atividade.

Como foi explicado no Relatório de Atividades, esta consistiu em análise e avaliação dos relatórios dos alunos. Esta foi baseada num conjunto de regras especificado pelo docente da

cadeira. De modo a torná-la justa e permitir que o esforço dos alunos fosse reconhecido, para além das regras, foi necessário efetuar uma comparação entre os relatórios em causa.

Na minha opinião, é neste ato de comparação que se encontra a possibilidade para um aluno de desenvolvimento de sentido crítico, pois tem que se ser objetivo e tomar decisões, baseando-se nos fundamentos sólidos.

## 4 CONCLUSÃO

A minha participação na atividade "Coaching Team" foi, antes de mais, um passo muito importante para o meu crescimento pessoal e desenvolvimento como ser humano.

O fato de estar constantemente em contato com pessoas de faixas etárias, estatutos profissionais e vivências diferentes, fez-me desafiar as minhas capacidades e a minha rotina de trabalho, ou seja, a forma como estava habituada a efetuar algumas atividades. Outro aspeto muito importante foi a perceção da diferença entre o "trabalho de grupo" e "trabalho de equipa" e as implicações que esta diferença representa na dinâmica e eficácia da obtenção do resultado final.

Em suma, posso afirmar que todas as vivências, sensações e dificuldades experienciadas ao longo do período de realização da atividade, me permitiram evoluir pessoalmente, expandir os meus horizontes, descobrir novas vertentes dos assuntos e desenvolver o meu espírito crítico. Toda a experiência em si foi muito positiva e, de certeza, fará de mim melhor pessoa, estudante e futura profissional.

## AGRADECIMENTOS

Gostaria de agradecer ao Professor Rui Cruz por proporcionar oportunidades de aprendizagem, auto-desenvolvimento, crescimento ao nível pessoal e de desenvolvimento de competências comportamentais e de capacidades de expressão escrita e oral como esta.



Sou aluna do primeiro ano de Mestrado em Engenharia Informática e de Computadores no Instituto Superior Técnico. As minhas áreas de especialização são Engenharia de Software, como *major*, e Sistemas de Informação Empresariais, como *minor*. O que me motivou a tomar esta decisão foi principalmente o fato de querer conhecer outra vertente de Informática.

Todos ~~nós sabemos~~ que uma área como esta é um mundo e, na minha opinião, não nos devemos focar apenas num dos seus tópicos, mas sim adquirir novas aprendizagens e desenvolver, sempre que possível, um sentido crítico.

Apesar do preconceito predominante nas pessoas, nós temos outros interesses. Eu pessoalmente gosto muito de estar com os meus amigos, de conhecer sítios e pessoas novas, de literatura, de desporto, de música, de cinema, etc... O mundo está repleto de novas vivências e acho que não vale a pena desperdiçá-las.