

Acompanhamento de actividades de Portfólio Pessoal III, no contexto de uma equipa de *coaching*

Miguel Correia Guerra

Relatório de Aprendizagens

Resumo—Durante este semestre o papel desempenhado enquanto coach e membro de uma equipa permitiu-me crescer enquanto pessoa. Após um início mais complicado, marcado por receios iniciais e falta de confiança, tudo se encaixou perfeitamente e melhorei muitos dos meus pontos fracos. O tipo de trabalho necessário enquanto coach fez com que me focasse mais em ser mais organizado, ao mesmo tempo que melhorei as minhas capacidades de comunicação e escrita. Por outro lado, estando integrado numa equipa permitiu-me ter discussões acerca de decisões que precisaram ser tomadas permitindo uma maior dinâmica de trabalho. No geral, foi uma experiência enriquecedora que certamente me marcou e que não me importaria de repetir no próximo semestre.

Palavras Chave—Equipa, união, organização, comunicação, reunião, experiência.

1 INTRODUÇÃO

A longo deste semestre estive integrado numa equipa de coaching [1], o que para mim constituía todo um novo mundo de possibilidades, pois embora já tivesse ouvido falar do conceito por alto, na prática não sabia o que significava ser coach. Como mais tarde vim a aperceber-me, a teoria e a prática são muito diferentes. A descrição de coaching é algo vaga, pelo que não há uma fórmula ou método infalível para se ser um bom coach. É algo que tem de ser descoberto com o tempo e a experiência. Felizmente assim que comecei tudo começou a entrar nos eixos e pude contribuir de forma produtiva para a equipa.

2 MOTIVAÇÃO

Quando formei a equipa de coaching juntamente com o José, não havia dúvida de que era aquilo que queria. A oportunidade de poder

de alguma forma ajudar os meus colegas e acompanhá-los ao longo do semestre era uma experiência que não queria perder. De certa forma, posso dizer que aquilo que realmente me motivou foi o desafio e o querer fazer parte de algo maior e com significado. No entanto, nunca imaginaria o quanto marcante iria ser esta experiência.

3 OBSTÁCULOS

Uma das soft skills mais importantes em qualquer equipa é a comunicação, pois é através dela que procuramos sempre resolver todos e quaisquer problemas que possam surgir. Juntamente com o facto de não ser muito comunicativo, também tinha um problema em organizar-me e manter uma boa gestão de tempo. Vi esta actividade como uma maneira de ultrapassar tudo isso, pois iria ter de melhorar em todos os aspectos de modo a poder ajudar os outros. Quando comecei, estava um pouco receoso de me chegar a frente e expressar as minhas ideias e dúvidas, pois por vezes achava que eram demasiado simples e um desperdício de tempo. No entanto, toda a abordagem feita em relação ao coaching ajudou-me a remover essa

• Miguel Correia Guerra, nr. 69770,
E-mail: miguel.guerra@tecnico.ulisboa.pt, Instituto Superior Técnico, Universidade de Lisboa.

Manuscrito submetido a 2 de Fevereiro de 2015.

Template errado!

	ACTIVITY					DOCUMENT						
	Objectives x2	Options x1	Execution x4	S+C x1	SCORE	Structure x0.25	Ortogr. x0.25	Gramm. x0.25	Format x0.25	Title x0.5	Filename x0.5	SCORE
(1.0) Excelent												
(0.8) Very Good												
(0.6) Good												
(0.4) Fair												
(0.2) Weak												
	2	1	4	1	8	0.25	0.25	0.25	0.5	0.5	0.5	2

barreira, principalmente a reunião inicial com as equipas.

3.1 Reunião inicial

A primeira reunião convocada pelo professor Rui Cruz, teve para mim um grande impacto no que toca à maneira de trabalhar em equipa. Foi uma reunião num tom mais informal, mas sempre sério, onde se esclareceram dúvidas e expuseram possíveis problemas e dificuldades de ser coach. Senti que fazia parte de uma equipa muito maior do que imaginava, com o peso da responsabilidade nos meus ombros e isso fazia-me feliz.

4 APRENDER E MELHORAR

Dado este ponto de partida, foi deitar mãos à obra. Comecei por me organizar melhor, fazendo uma melhor gestão do meu tempo e procurando verificar o meu email sempre que possível pois nunca se sabe quando alguém pode estar a precisar de ajuda. Para tal mantive uma agenda comigo, onde colocava as deadlines de tudo o que tinha para fazer durante a semana e procurei dividir o tempo tanto para estudar como para trabalhar nos projectos e na equipa de coaching. A minha capacidade de escrita, tanto formal como informal, também melhorou bastante, em grande parte devido à experiência adquirida a redigir e-mails tanto para os coachees como para diversas entidades com vista a agilizar o processo de integração em actividades.



4.1 Em equipa

Mas tudo isto nunca poderia ter sido feito sozinho, e pude sempre contar com a ajuda do meu colega com quem debatia a melhor abordagem a tomar, e embora por vezes discordássemos, acabávamos sempre por chegar a um consenso. Por outro lado tive sempre o professor Rui Cruz, que esteve sempre prontamente disponível para responder a qualquer dúvida que tivesse. As diversas trocas de palavras entre mim e alguns coachees, permitiram-me ter uma nova perspectiva dos problemas de diferentes pessoas, aprendendo através da

experiência como lidar com os diferentes casos. É óbvio que com isto também eu mudei enquanto pessoa, procurando conectar-me com os coachees, obtendo feedback para verificar se tudo estava a correr como suposto e se haveria algo que precisassem. Isto fez com que os visse de uma maneira diferente, de uma maneira mais pessoal, o que levou a que dedicasse mais tempo em equipa com o meu colega para que pudéssemos de ajudar da melhor forma possível.

5 FIM DO SEMESTRE

Chegados ao fim do semestre começaram a surgir as primeiras dúvidas acerca da construção de relatórios, e foi aí que senti que tudo o que fiz valeu a pena. Cheguei mesmo a falar pessoalmente com alguns coachees que me contactaram, simplesmente porque queriam uma opinião honesta acerca dos relatórios. Este grau de confiança, fez-me sentir mais confiante comigo mesmo e com o trabalho desempenhado ao longo deste semestre, provando assim que trabalho e dedicação trazem óptimos resultados.

6 CONCLUSÃO

Quando se começa a trabalhar numa equipa tudo parece mais difícil do que realmente é. É uma enorme responsabilidade orientar os outros, e as soft skills constituem a parte mais importante dessa tarefa. Comecei como um "miúdo", mas saio desta experiência um homem. Considero que tudo o que fiz e tudo que aprendi, desde o comunicar ao escrever, são uma parte importante daquilo que sou e quero ser. Sinto que me tornei mais responsável e confiante em mim mesmo, e espero num futuro próximo poder por em prática tudo o que aprendi enquanto coach, e quem sabe até ajudar alguém a ultrapassar os mesmos problemas.

AGRADECIMENTOS

Gostaria de agradecer ao professor Rui Cruz, pela oportunidade de participar nesta experiência e pelo apoio prestado ao longo do semestre, ajudando sempre que possível com

qualquer problema. Deixo também um agradecimento aos coachees, pois sem eles a minha actividade não teria sido uma experiência tão interessante e enriquecedora. Por último, agradeço ao meu colega José Rebelo, pela sua paciência e excelente desempenho enquanto membro da coaching team 5.

REFERÊNCIAS

[1] "Wikipedia." [Online]., <http://pt.wikipedia.org/wiki/Coaching>.



Miguel Guerra Estudante de Engenharia Informática e de Computadores no **IST!** (IST!).