



Departamento de Engenharia Informática
(MEIC & METI)

2024/2025

Competências Comunicacionais I

1º semestre (P1)

Atividade em aula

[Tópico: **Introduction and central concepts**]

Semana 1
(10-13 de setembro 2024)

Prof. Cláudia Silva

Enunciado da tarefa

Nesta atividade, irás explorar a tua comunicação interpessoal diária nos vários ambientes que circulas (casa, escola, trabalho). Qual é o valor e a relevância da comunicação no nosso dia-a-dia. Para que serve a comunicação? Quais são os tipos de comunicação existentes? Tu irás explorar este tópico através de uma entrevista e deverá refletir sobre os principais pontos que acreditas que precisam melhorar ou que pretendes melhorar neste curso de competências comunicacionais. O objetivo deste exercício é promover uma introspeção e a identificação de áreas/aspetos específicos que tu desejas aprimorar no que diz respeito às tuas habilidades comunicativas.

Objetivos de aprendizagem:

No final desta tarefa, o/a/x aluno/a/x deverá ser capaz de:

- Definir comunicação;
- Definir o valor da comunicação para a vida pessoal e profissional;
- Identificar áreas/aspetos específicos da comunicação em que deseja desenvolver habilidades;
- Estabelecer metas realistas e práticas para aprimorar a comunicação, e identificar estratégias e ações para alcançar essas metas ao longo do curso;
- Apresentar oralmente os resultados da entrevista ao colega à frente da turma.

Instruções para a realização da tarefa:

- Formem pares:** Vamos trabalhar em duplas. Encontrem um colega para trabalhar durante esta atividade.

2. **Leiam e editem o guião:** Antes de começar a entrevista, leiam o guião e adicionem perguntas que acharem relevantes no âmbito da atividade. Isso ajudará a orientar a discussão e garantir que vocês abordem os pontos relevantes. Certifiquem-se de que ambos tenham a oportunidade de responder a todas as perguntas.
3. **Entrevistem-se um ao outro:** Cada membro da dupla irá entrevistar o outro, e em seguida, troquem de papéis. Essa abordagem permite que ambos tenham a oportunidade de expressar suas reflexões.
4. **Tirem conclusões:** Preparem um google slide com as principais conclusões que tiraram do exercício. (Exemplo: Quais são os principais pontos que necessitam de melhorar e que gostariam de melhorar na vossa comunicação, ao longo da disciplina? E porquê?)
5. **Compartilhem as reflexões com a turma:** Partilhem os pontos em que desejam melhorar e as motivações por trás dessas escolhas e discutam com a turma possíveis estratégias a adotar.
6. **Autoavaliação:** Após a discussão em grupo, façam uma breve autoavaliação. Identifiquem algumas estratégias ou ações que vocês possam implementar para começar a melhorar nesses pontos específicos. Estabeleçam metas realistas e práticas que possam ser trabalhadas ao longo do curso de comunicação.
7. Para receber os pontos associados a esta atividade de sala de aula, deverá assinar a folha de presença e inserir o link do G.slide na folha de excel disponibilizada neste documento.
Link para inserir os links: [Link_Activity1_Slides](#).

Guião da Entrevista:

1. No teu dia-a-dia, como é que te comunicas com os teus colegas do Técnico? Que meios usas? É mais presencial ou por meio de plataformas digitais?
2. Quais são as dificuldades que encontras na tua comunicação com os teus colegas no IST e, eventualmente, com os teus professores?
3. Com quais interlocutores/pessoas, notas que o teu estilo de comunicação muda?
4. Se trabalhas, quais são as dificuldades que encontras na tua comunicação com os teus colegas no ambiente de trabalho?
5. Quando pensas nas diferentes ocasiões do dia-a-dia em que comunicas, por exemplo, num grupo de trabalho ou num almoço com amigos, em que situações tens mais facilidade ou dificuldade de te expressar?
6. No seguimento da pergunta anterior, quais são os aspectos que contribuem para esta facilidade ou dificuldade de comunicar?
7. Quais são as estratégias que tu usas pretendes desenvolver para comunicares melhor nas situações que identificou na pergunta 2?
8. Partilha comigo um momento que ficaste orgulhoso da tua comunicação? Ou, pelo contrário, um momento que consideras que foste prejudicado porque não soubeste comunicar bem?
9. Mudando agora um pouco a perspectiva, quando pensa num bom comunicador quem é que lhe vem à cabeça?
10. Para finalizar, consegue definir um objetivo que ache atingível, do ponto de vista pessoal, que gostaria de ver melhorado até ao fim da disciplina? E porquê esse objetivo?