



# CONTEÚDOS FORMATIVOS

Unidade c) TRABALHO EM EQUIPA

# TRANSVERSAL MODEL FOR MIGRANTS

2018-1-FR01-KA202-048007



Transversal Model for Migrants





## ÍNDICE

<b>TERMOS DE REFERÊNCIA</b>	3
<b>Unidade c) TRABALHO EM EQUIPA</b>	4
Conceitos: Glossário do trabalho em equipa	6
<i>Role play</i> : O poder do estereótipo nos recursos virtuais	7
Formação no Emprego: Equipas Bem-Sucedidas vs. Equipas Malsucedidas	8
Dicas: Como ser bem-sucedido na colaboração e <i>networking</i> virtuais	9





## TERMOS DE REFERÊNCIA

<b>Aptidões (nível 5)</b>	Comporta uma gama abrangente de aptidões cognitivas e práticas necessárias para conceber soluções criativas para problemas abstratos.
<b>Conhecimentos (nível 5)</b>	Conhecimentos abrangentes, especializados, factuais e teóricos numa determinada área de estudos ou de trabalho e consciência dos limites desses conhecimentos.
<b>Dicas</b>	Exortação para colocar as aprendizagens em prática.
<b>QEQ</b>	Quadro Europeu de Qualificações, estruturado em oito níveis, é uma ferramenta de tradução que nos ajuda a entender e a comparar qualificações obtidas em diferentes países, sistemas de ensino e de formação profissional.
<b>QEQ nível 5</b>	QEQ nível 5 são qualificações desenhadas para o aperfeiçoamento de indivíduos que estão já empregados, visando outorgar-lhes competências técnicas, transversais e/ou de gestão avançadas.
<b>Responsabilidade e autonomia (nível 5)</b>	Meios para gerir e supervisionar em contextos de estudo ou de trabalho sujeitos a alterações imprevisíveis, bem como para desenvolver o seu desempenho e o de terceiros.
<b>Resultados de aprendizagem (nível 5)</b>	Descrevem aprendizagens significativas e essenciais a alcançar e que podem ser demonstradas de modo fiável no final da formação. No QEQ os resultados de aprendizagem são descritos em termos de conhecimentos, aptidões, competências, responsabilidade e autonomia.





## Unidade c) TRABALHO EM EQUIPA





UNIDADE c	TRABALHO EM EQUIPA				
DICAS	Compreender e integrar contextos de cooperação, tendo em consideração novas possibilidades de negócio				
DURAÇÃO	6 horas	TIPO DE FORMAÇÃO	Presencial	GRUPO-ALVO	Formadores/ <i>Coaches</i>
SUB-UNIDADE	Depois de concluírem este módulo, formadores e <i>coaches</i> deverão ser capazes de...				
COLABORAÇÃO VIRTUAL	CONHECIMENTOS	APTIDÕES		RESPONSABILIDADE E AUTONOMIA	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>modalidades de colaboração e de comunicação virtual eficazes</li> <li>recursos virtuais que promovem a colaboração</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>explorar técnicas e métodos relevantes que facilitam o processo de colaboração, através de ambientes virtuais</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>agir tendo em conta as necessidades de terceiros para ser bem-sucedido(a) na colaboração virtual</li> </ul>	
RECURSOS FORMATIVOS	<i>Conceitos: Glossário do Trabalho em Equipa</i>	<i>Role play: O poder do estereótipo nos recursos virtuais</i>		<i>Dicas: Como ser bem-sucedido na colaboração e networking virtuais</i>	
DURAÇÃO	30 minutos	90 minutos		60 minutos	
NETWORKING	CONHECIMENTOS	APTIDÕES		RESPONSABILIDADE E AUTONOMIA	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>reconhecer a importância e significado do <i>networking</i> na vida quotidiana</li> <li>o papel das técnicas de <i>networking</i> numa equipa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>usar técnicas de <i>networking</i> para se relacionar com os outros e para lhes permitir sentirem-se confortáveis para expressarem os seus sentimentos e emoções</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>estabelecer laços com os outros, incentivar a comunicação no seio da equipa, bem como a partilha de opiniões e de sentimentos</li> </ul>	
RECURSOS FORMATIVOS	<i>Conceitos: Glossário do Trabalho em Equipa</i>	<i>Formação no Emprego: Equipas Bem-Sucedidas vs. Equipas Malsucedidas</i>		<i>Dicas: Como ser bem-sucedido na colaboração e networking virtuais</i>	
DURAÇÃO	30 minutos	90 minutos		60 minutos	





### Conceitos: Glossário do trabalho em equipa

<b>Processo de Comunicação</b>	Conceito que comporta designadamente a transmissão ou troca de informações, por intermédio da oralidade e da escrita.
<b>Sinais de Comunicação</b>	Palavras, imagens ou comportamentos. Os sinais de comunicação podem ser expressos através da comunicação verbal e/ou não verbal.
<b>Colaboração</b>	Conceito que comporta o trabalho em equipa, visando um objetivo comum e que implica a coordenação eficaz dos membros dessa mesma equipa.
<b>Rede Colaborativa</b>	Conceito que comporta a estrutura, o comportamento e a dinâmica evolutiva de redes compostas por entidades ou indivíduos que colaboram a fim de alcançarem objetivos comuns.
<b>Networking</b>	O propósito do <i>networking</i> consiste em desenvolver contatos profissionais ou sociais, por intermédio da interação com os outros.
<b>Comunicação Não-Verbal</b>	Comporta a partilha de informações sem recurso à comunicação oral ou escrita, nomeadamente através do recurso à linguagem corporal.
<b>Teoria das Redes Sociais</b>	Campo teórico que visa o estudo do papel das relações sociais na transmissão de informações, bem como o impacto da influência pessoal e dos média em termos de mudanças comportamentais.
<b>Team building</b>	Processo que visa transformar um grupo numa equipa coesa. Uma equipa é composta por um grupo de pessoas organizadas, para trabalharem em conjunto de forma interdependente e cooperativa, visando alcançar objetivos comuns. Numa fase inicial, o <i>team building</i> promove a comunicação e colaboração eficazes entre os membros de um grupo.
<b>Aptidões para o trabalho em equipa</b>	Aptidões fundamentais para a dinâmica de uma equipa: <ul style="list-style-type: none"><li>- Capacidade de organização e planeamento para organizar as tarefas do grupo</li><li>- Capacidade para tomar decisões a fim de encontrar soluções eficazes e orientadas para o grupo</li><li>- Capacidade para resolver problemas, com base no consenso dos membros de uma equipa.</li><li>- Capacidade de comunicação para alcançar uma colaboração e comunicação eficazes e eficientes entre os membros de uma equipa</li><li>- Capacidade de persuasão e de influência dos membros de um grupo</li><li>- Capacidade para avaliar e dar <i>feedback</i> relativamente às decisões tomadas no seio de um grupo</li><li>- Capacidade para gerir e resolver conflitos, visando garantir o equilíbrio entre os membros de uma equipa.</li></ul>
<b>Comunicação Verbal</b>	Comporta a partilha de informações através da oralidade e da escrita.
<b>Colaboração Virtual</b>	Metodologia que consiste na colaboração entre os membros de uma equipa, através de tecnologias de comunicação.
<b>Aptidões para a Colaboração Virtual</b>	Aptidões específicas para a comunicação mediada por tecnologia, facilitadoras da comunicação e da colaboração virtuais, no campo profissional ou pessoal.





### Role play: O poder do estereótipo nos recursos virtuais

<b>Introdução</b>	<p>Este exercício visa promover a comunicação virtual eficiente no seio de uma equipa e o entendimento do que significa integrar uma equipa. Além disso, é revelador do modo como o recurso aos meios de comunicação virtual pode afetar a comunicação dos diferentes membros de uma equipa. Através da simulação de um contexto de comunicação virtual, no qual todos os membros da equipa devem colaborar para estabelecer “as suas regras de comunicação virtual”, os participantes terão a oportunidade de reconhecer quais são as suas táticas e mecanismos pessoais no processo de comunicação.</p>
<b>Cenário</b>	<p><u>Passos</u></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Disponha as cadeiras em círculo e peça aos participantes que se sentem de maneira a não terem contato visual uns com os outros. Em seguida, informe os participantes de que o tema em discussão é “a importância de estabelecer regras para a comunicação virtual” e solicite-lhes que iniciem o exercício. Nota: esta atividade motiva os participantes a tentarem comunicar e a criarem as suas próprias regras num ambiente de discussão, no qual não têm contato visual com o outro. Desta forma, é criado um ambiente que simula diversos contextos de comunicação virtual.</li><li>2. A equipa dispõe de 15 minutos para discutir. O formador deverá apenas dizer aos participantes: “Terão de estabelecer regras para uma comunicação virtual eficaz”. Além disso, os participantes deverão dispor de caneta e papel A4. Importante: NÃO DÊ MAIS NENHUMA INSTRUÇÃO. O objetivo consiste em cada dos participantes encontrar seu próprio estilo de comunicação e criar as suas próprias regras, de modo a ter um impacto positivo, a facilitar a resolução de problemas e a colaboração no seio da equipa. É necessário que os participantes criem uma lista onde constem as suas regras de comunicação virtual, que será apresentada ao formador, como resultado da sua colaboração-discussão.</li><li>3. Decorridos os 15 minutos, os participantes devem virar as cadeiras, de modo a poderem ver todos os membros da equipa. Depois, deverão apresentar as “Regras de comunicação virtual”, definidas e acordadas por todos os membros do grupo.</li><li>4. Tópicos para discussão e <i>feedback</i>:<ul style="list-style-type: none"><li>- Como e em que medida esta atividade simula o processo de comunicação virtual?</li><li>- Percebeu os erros de comunicação que cometeu durante a discussão? Que estratégias poderá adotar para evitar esses erros que criam dificuldades no processo de comunicação?</li><li>- Estas regras podem ser aplicadas em contexto profissional? Como?</li></ul></li></ol>
<b>Personagens</b>	<p>Cada participante terá um papel específico no decurso da discussão. A equipa designará um participante para tomar notas, isto é, para criar as “Regras de comunicação virtual”.</p> <p>Portanto, o grupo decidirá quais os papéis a atribuir a cada um dos participantes e como estes irão contribuir para a elaboração das regras.</p>
<b>Questões para Reflexão</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Entendeu qual o seu papel?</li><li>- Acredita que sua participação afetou o fluxo da discussão?</li><li>- Como é que trata os outros?</li><li>- Como é que os outros o afetaram e de que maneira?</li><li>- Considera que é possível aplicar estas técnicas num contexto profissional?</li></ul>





### Formação no Emprego: Equipas Bem-Sucedidas vs. Equipas Malsucedidas

<b>Introdução</b>	O objetivo deste exercício consiste em promover a colaboração e a comunicação entre os membros de uma equipa, fomentando as suas aptidões para o <i>networking</i> .
<b>Tarefa</b>	<p><u>Passos</u></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Divida os participantes e crie 2 equipas.</li><li>2. Leia o primeiro estudo de caso, sobre as características de uma “equipa de sucesso e o impacto do trabalho em rede”: <i>Os membros da equipa sentiam-se individualmente responsáveis em relação aos restantes e acreditavam que o sucesso do projeto dependia do contributo de cada um dos seus membros. Estavam sempre prontos para ajudar os colegas em dificuldades. A equipa debatia proactivamente os problemas enfrentados pelos seus membros, ajudando-os, sempre que necessário.</i></li><li>3. Leia o segundo estudo de caso, desta feita, relativo às características “de uma equipa malsucedida”: <i>Dois dos membros da equipa eram extremamente competitivos, o que obstou ao desenvolvimento de um ambiente de colaboração e à criação de sinergias. Focados apenas nas suas tarefas, estes indivíduos não tinham qualquer iniciativa para ajudar os outros a superar as suas dificuldades. Se algo corria mal, não tentavam sequer apoiar ou ajudar os colegas. Nestas circunstâncias, a coesão e a cooperação no seio da equipa ficaram irremediavelmente comprometidas.</i></li><li>4. Dê 15 minutos a cada uma das equipas para implementarem as seguintes tarefas: Discutir e tomar notas (em suporte de papel, flipchart A3) acerca das características de cada uma das equipas (seus aspetos negativos e positivos). Desenvolver o estudo de caso “da equipa bem-sucedida”, acrescentando elementos acerca da importância do <i>networking</i> para uma comunicação eficaz. Desenvolver o estudo de caso “da equipa malsucedida”, adicionando informações sobre o contributo e impacto de um “mau” <i>networking</i> e comunicação nesse contexto.</li><li>5. Cada equipa deverá apresentar os resultados alcançados após a discussão, debruçando as características de equipas bem-sucedidas e malsucedidas, bem como realçando a importância do <i>networking</i> em contexto de grupo.</li></ol>
<b>Questões para Reflexão</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Quais as principais diferenças entre uma equipa bem-sucedida e uma malsucedida? Qual o impacto do <i>networking</i> neste processo?</li><li>- Como é que o <i>networking</i> pode promover a comunicação e a colaboração entre os membros de uma equipa?</li><li>- Quais os casos em que o <i>networking</i> pode ser usado em contexto profissional, tendo um impacto positivo?</li></ul>
<b>Plano de Ação</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Com base na sua experiência, considera que o <i>networking</i> pode ser um elemento facilitador da resolução de problemas?</li><li>- Dê-nos um exemplo em que o <i>networking</i> tenha afetado a sua vida positiva ou negativamente?</li><li>- Qual a importância e papel do <i>networking</i> na sua vida pessoal e profissional?</li></ul>





**Dicas: Como ser bem-sucedido na colaboração e networking virtuais**

Tente	Evite
<input checked="" type="checkbox"/> Para melhorar as suas aptidões nos campos da comunicação virtual e do <i>networking</i> , assuma uma postura de honestidade e abertura, a fim de criar um clima de confiança	<input checked="" type="checkbox"/> Para melhorar as suas aptidões nos campos da comunicação virtual e do <i>networking</i> , evite a falta de clareza, pois isso pode causar mal-entendidos
<input checked="" type="checkbox"/> Recorra à comunicação não verbal, para se tornar mais claro e compreensível para os outros	<input checked="" type="checkbox"/> Usar linguagem corporal e expressões faciais que expressem emoções negativas.
<input checked="" type="checkbox"/> Faça perguntas e incentive os outros a fazerem o mesmo, deixando claro este rumo é fundamental para gerar um ambiente de partilha e entendimento	<input checked="" type="checkbox"/> Colocar questões sem refletir
<input checked="" type="checkbox"/> Deixe os outros expressarem-se, ouça os seus pensamentos e preocupações	<input checked="" type="checkbox"/> Interromper os outros ou duvidar do que lhe estão a dizer
<input checked="" type="checkbox"/> Tome notas durante as discussões, isso irá ajudá-lo(la) a lembrar-se do que foi dito	<input checked="" type="checkbox"/> Ser excessivamente crítico relativamente aos pedidos e perspetivas dos seus interlocutores
<input checked="" type="checkbox"/> Mostre abertura para ouvir e aprender com os outros, tente aceitar e/ou compreender os seus pontos de vista	<input checked="" type="checkbox"/> Ocupar-se com outra pessoa ou tarefa, enquanto falam consigo, pois poderão achar que não lhes dá a dar a devida atenção
<input checked="" type="checkbox"/> Envolver todos os membros da sua equipa quando tem que tomar decisão que os afetará a todos	<input checked="" type="checkbox"/> Tomar decisões ou levar a cabo iniciativas sem a aprovação dos outros membros do grupo
<input checked="" type="checkbox"/> Aborde os outros, partilhe as suas opiniões e sentimentos, de modo a criar laços com os membros da equipa	<input checked="" type="checkbox"/> Isolar-se ou ser pouco acessível, pois assim é mais difícil estabelecer relações de confiança





# TRANSVERSAL PROJECT FOR MIGRANTS



Erasmus +

O projeto *Transversal Project for Migrants*, 2018-1-FR01-KA202-048007, financiado com o apoio da Comissão Europeia. O presente relatório reflete apenas as opiniões do autor, a Comissão não pode ser responsabilizada por qualquer uso que possa ser feito das informações nele contidas.