



Trabalho em Equipa

Núcleo de Desenvolvimento Académico | 2020/2021

O que é uma
equipa



Grupo vs. Equipa

Grupo

Duas ou mais pessoas que têm uma relação social

Pode não existir identidade coletiva

Interação e comunicação podem não ser estruturadas

Equipa

Duas ou mais pessoas que interagem para alcançar objetivos comuns

Existe uma identidade coletiva

Padrões de interação e comunicação estruturados

Grupo vs. Equipa

Grupo

Líder definido

Tomada de decisão
centralizada

Delegação de responsabilidade

Contributos individuais

Equipa

Liderança partilhada

Tomada de decisão partilhada

Partilha de responsabilidade

Contributos coletivos

Definição de equipa

Identidade coletiva

Metas e objetivos
comuns

Interdependência
nas tarefas

Colaboração

Competências
complementares

Comunicação
estruturada

Como se
forma uma
equipa



Desenvolvimento da equipa

1. Formação

- Primeiro contacto entre os membros
- Identificação das oportunidades e desafios
- Incerteza sobre o funcionamento da equipa

2. Turbulência

- Conflitos/tensão entre os membros
- Tentativa de impor as próprias preferências
- Identificação dos papéis e responsabilidades

3. Normalização

- Resolução dos conflitos anteriores
- Clarificação dos pontos fortes/fracos de cada um
- Consolidação das regras de funcionamento

Desenvolvimento da equipa

4. Rendimento

- Abertura para opiniões distintas das próprias
- Colaboração na execução das tarefas
- Coordenação para alcançar os objetivos

5. Finalização

- Desagregação da equipa

Nota: O processo pode não ser linear; etapas podem ser “saltadas”.

Exemplo: Equipa ineficaz para executar as tarefas pode desagregar-se mais cedo do que o previsto.

Existem vários
papéis numa
equipa



Definição de papéis

As pessoas podem focar-se em diferentes componentes:

Planear

- Analisar as opções
- Sugerir novas ideias e abordagens

Executar

- Operacionalizar as ideias
- Foco na execução das tarefas

Gerir a equipa

- Encorajar a cooperação
- Foco no funcionamento da equipa

Definição de papéis

Fatores envolvidos na definição de papéis:

Dimensão da equipa

Características das
tarefas

Objetivos definidos

Características dos
elementos

Competências dos
elementos

Como
aumentar a
produtividade



Aumentar a produtividade

Começar por planejar a execução do trabalho:

1. Dividir o trabalho em partes
2. Atribuir as tarefas aos elementos
3. Definir a data limite de conclusão das partes

Tarefas	Quem faz?	Até quando?
Tarefa x		
Tarefa y		
Tarefa z		

Aumentar a produtividade

Coordenação eficaz

Definição de objetivos

Motivação para as tarefas

Cumprimento das responsabilidades

Comunicação eficaz e gestão de conflitos

Confiança entre os elementos

Exemplo

Reunião inicial
para dividir o
trabalho



Cada elemento
faz a sua parte



No final juntam as
diversas partes

vs.

Reunião inicial
para organizar o
trabalho



Discussão de
ideias e
monitorização do
progresso



Revisão do
trabalho em
conjunto

Comunicação

Escolher o canal de comunicação preferencial:



E-mail



Redes sociais



Cloud/App

Comunicação

Passiva

Deixo que
desrespeitem os
meus direitos

Assertiva

Respeito os meus
direitos e os dos
outros

Agressiva

Desrespeito os
direitos dos outros

Dar feedback

Falar na 1ª pessoa
(eu)

Expressar ideias e
sentimentos de
forma não
“ameaçadora”

Começar e terminar
com algo positivo

Falar de situações e
não de pessoas

Discurso específico e
descritivo

Ter atenção ao
timing do feedback

Receber feedback

Ouvir com interesse

Escutar ativamente

Ouvir até ao fim

Solicitar exemplos ou esclarecimentos

Aceitar elogios e críticas construtivas

Agradecer

Como contribuir
para a equipa



Contributo individual

Abertura

- Opiniões e pontos de vista diferentes
- Formas de trabalhar diversas

Suporte

- Incentivar os outros
- Colaborar (e evitar competir)

Respeito

- Elementos da equipa
- Ideias e opiniões dos outros

Contributo individual

Responsabilidade

- Realizar as tarefas propostas
- Dar o exemplo

Empenho

- Esforço e disponibilidade para o trabalho
- Adaptação

Humildade

- Admitir os erros
- Reconhecer os pontos fracos e os pontos fortes

Reflexão individual

1. Falo mais do que oiço?
2. Evito falar de assuntos que não domino?
3. Tento impor as minhas ideias e estratégias?
4. Incentivo os meus colegas a partilharem as suas ideias?
5. Aceito opiniões/ideias diferentes das minhas?
6. Ajudo os meus colegas quando precisam?
7. Cumpro com as minhas responsabilidades?

A equipa
funciona
corretamente



Reflexão coletiva

- Estamos todos empenhados em atingir os objetivos.
- Estamos todos envolvidos nas decisões e no planeamento.
- Apoiamo-nos uns aos outros.
- Reconhecemos as boas contribuições dos elementos.
- Gerimos os conflitos de forma construtiva.
- Damos e recebemos feedback construtivo.
- Estamos todos presentes nas reuniões.

Reflexão coletiva

- Certificamo-nos que todos sabem o que têm de fazer.
- Em momentos de pressão, ajudamo-nos uns aos outros.
- Confiamos uns nos outros e no trabalho desenvolvido.
- Permanecemos unidos mesmo quando discordamos.
- Protegemo-nos quando surgem críticas de pessoas externas.
- Sentimo-nos confortáveis e relaxados quando estamos juntos.

Sinergia vs. Negargia

Sinergia

Resultado gerado pela equipa é **superior** ao que seria gerado pelo trabalho individual dos elementos.

$$1 + 1 > 2$$

Negargia

Resultado gerado pela equipa é **inferior** ao que seria gerado pelo trabalho individual dos elementos.

$$1 + 1 < 2$$

O trabalho de
equipa é
importante



Importância

Desenvolvimento de diversas competências, úteis nos contextos:



Pessoal

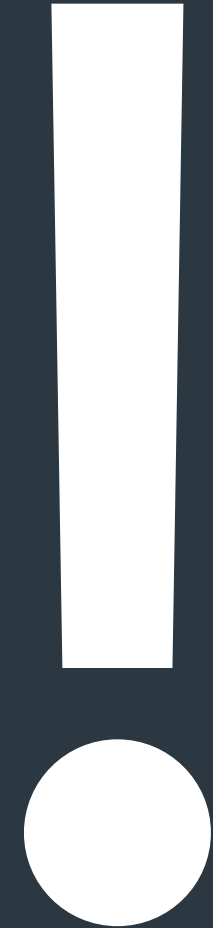


Acadêmico



Profissional

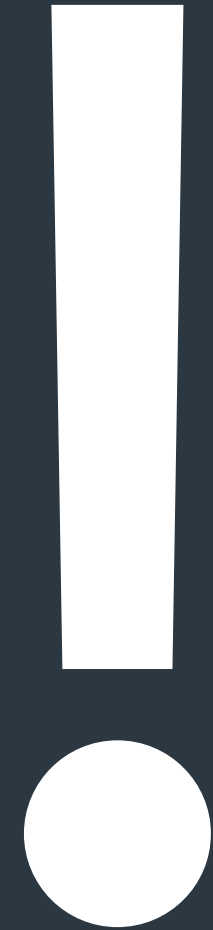
Resumindo



Resumo

1. Definição de equipa
2. Etapas de desenvolvimento de uma equipa
3. Papéis dos vários elementos
4. Estratégias para aumentar a produtividade
5. Contributo e responsabilidade individual
6. Reflexão coletiva sobre o funcionamento da equipa
7. Importância do trabalho em equipa

Descobre mais



Descobre mais

Formats ▾ For Your Organization > Search Keywords

Home / Understanding Team Dynamics / Belbin's Team Roles

🕒 11 MIN READ

Belbin's Team Roles

How Understanding Team Roles Can Improve Team Performance

When a team is performing at its best, you'll usually find that each member has specific responsibilities. Just as importantly, you'll see that every role needed to reach the team's goal is being performed fully and well.

But often, despite clear roles and responsibilities, a team will fall short.

Mindtools


ADMISSIONS ABOUT WATERLOO FACULTIES & ACADEMICS OFFICES & SERVICES SUPPORT WATERLOO

CENTRE FOR TEACHING EXCELLENCE

Centre for Teaching Excellence » Resources » Teaching tips » Teaching Tips: Tips for students »

Teamwork Skills: Being an Effective Group Member

[Audio version of "Teamwork skills: Being an effective group member" tip sheet \(MP3\)](#)



For small groups to function effectively in a course context, students must attend to both the

DATA, DATA, DATA!
FAST FACTS ABOUT C


WE'VE MOVED ONLINE!
**ONLINE WORKSHOP
EVENTS, & CONSULTAT**

University of Waterloo
Centre for Teaching Excellence

Descobre mais

Assessments & feedback [▶](#) Workshops & support [▶](#) Wellbeing

Effective team work



Imperial College London

Material de Apoio

"Solicitei apoio por minha iniciativa, sendo que me foi sugerido que fosse à página do tutorado na Internet e que visse os documentos lá presentes. Esses documentos ajudaram-me muito, uma vez que este ano consegui fazer um ano 'normal', ou seja, fazer 10 disciplinas e com boas notas." Hugo Correia (aluno)

Aprender a Pensar

- [Provavelmente o conceito Matemático mais inútil do Mundo!](#)
- [Entrevista com o Prof. Jorge Buescu](#)
- [A Evolução de Cooperação \(PDF, 1MB\)](#)
- [A estrada fractal para as participações \(PDF, 624KB\)](#)
- [As medalhas de ouro \(PDF, 635KB\)](#)
- [As meninas do padre Kirkman \(PDF, 409KB\)](#)
- [Matemática a arma de construção maciça \(PDF, 369KB\)](#)
- [Matemática a cidade e a vida \(PDF, 701KB\)](#)
- [O campeonato dos cérebros \(PDF, 367KB\)](#)
- [O grupo dos 8 e o surfista prateado \(PDF, 646KB\)](#)
- [O Mandelbolbo os fractais entram na terceira dimensão \(PDF, 757KB\)](#)
- [O número de Deus - ingenium \(PDF, 380KB\)](#)
- [Os incríveis números de Catalan \(PDF, 441KB\)](#)
- [Perder e perder e...ganhar \(PDF, 397KB\)](#)

INÍCIO
NDA
ESTUDANTES
> Tutoria
> Atendimento
> Bolsas de Est
> Formação
< **Material de A**
> Links úteis
> Sugestões
> LEIC Bootcar
DOCENTES E INV
TUTORIA
NDA SEM FRON
HISTÓRICO
EVENTOS
NOTÍCIAS
CONTACTOS

Núcleo de Desenvolvimento Académico

NDA

NÚCLEO DE DESENVOLVIMENTO ACADÉMICO



+351 218419412 (ext. 3412)



nda@tecnico.ulisboa.pt



nda.tecnico.ulisboa.pt



NDA.IST



nda.ist