

IPAM

THE MARKETING SCHOOL

Dinâmica e Animação de Grupo

Desenvolvimento de Competências

Turma G3D

Leandro Diogo da Silva Neves – 4848

Índice

1.	Introdução.....	3
2.	Planeamento de desenvolvimento individual.....	4
2.1	Competências.....	6
2.2	Justificação das escolhas das competências.....	7
2.3	Competências a desenvolver.....	8
3.	Conclusão.....	19

1. Introdução

O seguinte trabalho tem como objectivo avaliar as competências pessoais a desenvolver, respectivas estratégias, recursos a mobilizar.

Ao longo do trabalho irei apresentar a calendarização das datas das competências a desenvolver, de seguida a respectiva justificação e as estratégias a desenvolver. A data das competências a desenvolver começa no dia 1 de Novembro até dia final de Janeiro, visto que provavelmente conseguirei, adquirir/melhorar estas competências nesse período de tempo.

2. Planeamento de desenvolvimento individual

Procedi à escolha utilizando uma escala de 1 a 5 em que 1 é nada desenvolvido e 5 muito desenvolvido.

Competência	Nível de desenvolvimento	Competências a desenvolver
1 Resolução de problemas	4	
2 Pensamento crítico	3	
3 Análise	4	
4 Síntese	3	x
5 Tomada de decisão	4	
6 Liderança	4	
7 Planeamento	3	x
8 Organização	4	
9 Gestão de tempo	3	x
10 Comunicação oral	3	x
11 Comunicação escrita	4	
12 Trabalho em equipa	4	
13 Negociação	4	
14 <i>Networking</i>	4	
15 Ética	4	

16 Empatia	4	
17 Gestão de conflitos	4	
18 Criatividade	4	
19 Inovação	4	
20 Assertividade	4	
21 Proatividade	4	
22 Flexibilidade	4	
23 Determinação	3	
24 Empenho	4	
25 Pesquisa	4	
26 Definição de planos de acção	3	
27 Implementação de planos de acção	3	
28 Utilização de Sistemas de Informação	4	

O facto de ter escolhido estas competências e não por outras, deve – se, sobretudo a minha personalidade e são um problema no meu desenvolvimento individual. A escolha também teve o consentimento de os meus quatro parceiros de grupo.

Não tenho nenhuma nota máxima, nem nota mínima atribuída, pois no geral consigo realizar todas as competências com alguma ou nenhuma dificuldade, e as que tenho mais dificuldades vão ser trabalhadas durante o semestre, como poderá ver durante o trabalho.

2.1 Competências

Competência a desenvolver	Estratégias	Recursos a mobilizar
<p>Planeamento (Dia 1 Novembro a 30 de Janeiro)</p>	<p>- Estruturar as actividades e assuntos importantes da vida académica num mapa do mês de Novembro</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Calendário académico • Calendário Novembro; • Moodle
<p>Gestão de tempo (Dia 8 Novembro a 30 de Janeiro)</p>	<p>- Fazer uma calendarização ideal da minha vida diária, de forma a render mais o meu dia</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Calendário de tarefas diárias com dias e horas e respectivas ocupações • Calendário do Mês de Novembro
<p>Síntese (Dia 11 de Novembro a 31 Janeiro)</p>	<p>- Sintetizar artigos de jornal - Ler livros e sintetizar partes importantes</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Livros de marketing • Jornal de Noticias • Diário de notícias
<p>Comunicação Oral (Dia 4 Novembro a dia 30 de Janeiro)</p>	<p>- Ler livros - Ver/fazer apresentações.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ler livros • Ver e fazer apresentações.

2.2 Justificação das escolhas das competências

Planeamento

É uma capacidade fulcral nos dias de hoje, e na minha vida sinto imensa falta desta capacidade, pois devido a isso, sou surpreendido frequentemente com datas de entregas de trabalho e de testes, por não fazer um planeamento devido do que vai acontecer ao longo dos semestres.

Gestão de tempo:

É um ponto bastante importante, tanto para a minha vida profissional como pessoal, que tenho de melhorar e até mesmo desenvolver. Penso que um bom plano diário poderá ser fundamental para encontrar tempo para fazer o que preciso no dia-a-dia.

Síntese:

A síntese é uma competência muito importante em qualquer trabalho de pesquisa, e penso que ao desenvolver esta capacidade, vou ser muito mais rápido a elaborar trabalhos, e aprendendo a sintetizar melhor consigo ser mais objectivo na minha maneira de me expressar e de me compreenderem.

Comunicação oral:

Hoje em dia, a comunicação oral é uma das ferramentas mais importantes que as pessoas têm à sua disposição. É um ponto em que pretendo melhorar, pois por vezes não me faço entender muito bem, não me explico bem e nas apresentações nem sempre estou com o à-vontade necessário para que da melhor forma.

2.3 Competências a desenvolver

Planeamento

É uma capacidade fulcral nos dias de hoje, e na minha vida sinto imensa falta desta capacidade, pois devido a isso, sou surpreendido frequentemente com datas de entregas de trabalho e de testes, por não fazer um planeamento devido do



que vai acontecer ao longo dos semestres. Como tal, o que me propus fazer para melhorar esta dificuldade, foi a realização de um planeamento do mês de Novembro, onde irei colocar todas as tarefas académicas, como entregas, defesas de trabalhos, exercícios que tenha em aulas, ou situações que eu preveja ser importantes para colocar no planeamento, nos respectivos dias da semana. Assim penso que irei conseguir ter as coisas mais sobre controlo, e não serei surpreendido com datas de entregas.

O que fiz em concreto foi fazer um levantamento no moodle de todas as datas de actividades de Novembro, que se encontram no planeamento de cada disciplina e colocar por ordem num calendário do mesmo mês.

Objetivos S.M.A.R.T

S.M.A.R.T

S (específico) - realizar todas as atividades académicas do mês de Novembro.

M (mensurável) - elaborar um mapa com as datas e trabalhos que tenha que fazer, entregar e apresentar.

A (acionável) - tenho a motivação de alcançar este objetivo.

R (realistas) – tenho todas as condições para realizar este objetivo.

T (temporal) – cumprir todas as atividades académicas até dia 30 de Novembro.

Novembro de 2011

Domingo	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
		1	2	3 – Entrega do trabalho de Promoção	4 – Apresentação do trabalho de plano de Marketing	5 – Trabalhar no Pingo Doce
6 - Trabalhar no Pingo Doce	7 – Entrega do trabalho de Canais	8 – Defesa do trabalho de Canais	9 – Exercício 1 Dinâmica	10	11	12 – Actividade Dinâmica
13 – Férias do Pingo Doce	14	15 - Entrega da actividade Dinâmica	16	17 – Defesa do trabalho de Promoção	18	19 - Trabalhar no Pingo Doce
20- Trabalhar no Pingo Doce	21- Entrega/ Defesa do trabalho de Gestão Financeira	22	23	24	25 – Entrega do trabalho de Plano de Marketing	26 - Trabalhar no Pingo Doce
27- Trabalhar no Pingo Doce	28 - Defesa do trabalho de Gestão Financeira	29	30 – Exercício 2 Dinâmica			

Com a elaboração deste plano, tive uma maior noção das tarefas a desempenhar no mês de Novembro, o que me ajudou imenso na organização do meu tempo, tanto para estudar como realizar os trabalhos. Foi a primeira vez que fiz um quadro deste género, e penso que vou continuar, pois fiquei a perceber a enorme utilidade que tem, dado que dá para gerir melhor o meu tempo, sem nunca ser surpreendido com alguma data de entrega de trabalhos ou mesmo frequência.

Gestão de tempo

É um ponto bastante importante, tanto para a minha vida profissional como pessoal, que tenho de melhorar e até mesmo desenvolver. Penso que um bom plano diário poderá ser fundamental para encontrar tempo para fazer o que preciso no dia-a-dia, visto que tenho dificuldades em gerir o meu tempo e sei que desperdiço muito com actividades menos importantes como estar no computador, mais propriamente na internet, ou a jogar ou a ver filmes, series.



Como tal o que me propus fazer foi espécie de um horário mensal de Novembro, em que coloquei as actividades que realizo de momento, tais como natação, sair com amigos, no entanto, não posso ter mais actividades, como gostava de ter, por causa do meu problema de coluna, mas com isto já consigo conciliar com o tempo que penso necessitar para estudar, tempo de aulas, e aqueles momentos de maior descontração, como ver televisão e estar no computador.

Objetivos S.M.A.R.T

S (específico) – cumprir o horário mensal de Novembro com todas as actividades propostas.

M (mensurável) - elaborar um horário mensal com as actividades que realizo de momento.

A (acionável) - tenho a motivação de alcançar este objetivo.

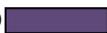
R (realistas) - tenho todas as condições para realizar este objetivo.

I (temporal) – cumprir todas as actividades do horário até dia 30 de Novembro.

Aqui fica o meu horário ideal.

Hora	Dia						
	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	Sábado	Domingo
7:00/8:00	Acordar	Acordar	Acordar	Acordar	Acordar	Acordar	Acordar
9:30/13:00	Aulas	Aulas	Aulas	Aulas	Aulas	Trabalhar	Trabalhar
13:00/14:00	Almoço	Almoço	Almoço	Almoço	Almoço	Trabalhar	Trabalhar
14:00/15:30	Estudar	Estudar	Estudar	Estudar	Estudar	Trabalhar	Trabalhar
16:00/17:00	Computador	Natação	Natação	Computador	Computador	Trabalhar	Trabalhar
17:00/18:00	Estudar	Computador	Estudar	Computador	Estudar	Trabalhar	Trabalhar
18:00/19:30	Computador	Estudar	Computador	TV	TV	Trabalhar	Trabalhar
20:00/21:00	Jantar	Jantar	Jantar	Jantar	Jantar	Jantar	Jantar
21:00/22:00	TV	TV	TV	TV	TV	TV	TV
22:00/23:00							
23:00/00:00	Dormir	Dormir	Dormir	Dormir	Sair	Dormir	Dormir

Legenda:

Acordar  - Aulas  - Almoço  - Estudar 
 Computador  - Natação  - Jantar  - TV 
 Trabalhar  - Sair  - Dormi 

Com a realização deste horário, fiquei com a consciência que por vezes não tenho falta de tempo, mas sim uma má gestão de tempo. O que me estava a acontecer, era que por exemplo chegava das aulas, almoçava, e ia direito ao computador, por vezes até com a ideia de estudar ou trabalhar, mas primeiro ia ler notícias, entrava no facebook, depois como pensava que ainda era cedo, ficava a ver filmes ou series e quando dava por mim, já era tarde e nem tinha estudado, nem feito trabalhos.

Com este calendário diário, tive mais consciência do que teria que fazer, e coloquei o tempo de estudo a seguir ao almoço, com o objectivo de não me perder na internet, de seguida faço uma pequena pausa para ir navegar um pouco, até porque não consigo estudar muito tempo seguido, e depois volto a estudar. Desta forma penso que terei sempre a minha situação

académica sob controlo, e tenho espaço para fazer as minhas actividades mais lúdicas. É de salientar que os tempos para estudar serão alterados se houverem frequências ou defesas de trabalhos.

Outro aspecto importante, é a hora de dormir, durante a semana deito – me por volta das 23h mas ao fim de semana, deito – me mais cedo entre as 22h e as 23h, pois como trabalho, é fundamental deitar – me cedo para recuperar bem para o dia a seguir e até para descansar mais, visto que todos os dias me levanto cedo.

Síntese:

A síntese é uma competência muito importante em qualquer trabalho de pesquisa, ao desenvolver esta capacidade, vou ser mais rápido a elaborar trabalhos, isto é, chego mais facilmente a parte importante, eliminando o que não interessa e com isto, consigo ser mais objectivo na minha maneira de me expressar e de me compreenderem.

Para desenvolver esta competência, irei analisar um artigo publicado no Diário de Noticias, intitulado de “Ainda virá a moda de se pedir um moscatel a sobremesa” e realizei uma síntese dos principais pontos que fazem referencia ao artigo.

Objetivos S.M.A.R.T

S (especifico) – realizar mais sínteses até ao final do ano, para melhorar esta capacidade.

M (mensurável) – ler artigos, livros e jornais e sintetizar as partes mais importantes.

A (acionável) - tenho a noção que consigo alcançar este objetivo.

R (realistas) - tenho todas as condições para realizar este objetivo.

I (temporal) – cumprir esta competência até ao 31 de Dezembro de 2011.

Síntese do Moscatel de Setúbal

- Longo caminho a percorrer para levar até as mesas portuguesas;
- Muitos portugueses desconhecem o vinho;
- “Sai” mais na zona da Grande Lisboa;
- Ganha prémios internacionais;
- Exportam 10% da produção;
- Principais clientes são os nórdicos, norte – americanos e brasileiros;



Promover o vinho junto dos portugueses:

- Estudo com os chefes de cozinha para procurar sobremesas em que o moscatel assente como uma luva;
- Comunicar o produto junto dos restaurantes;
- Bebidas espirituosas em queda, abre as portas a entrada do moscatel;
- Nesta época do ano, comer castanhas assadas, acompanhadas com um moscatel;
- Um produto que tem uma boa imagem e qualidade;

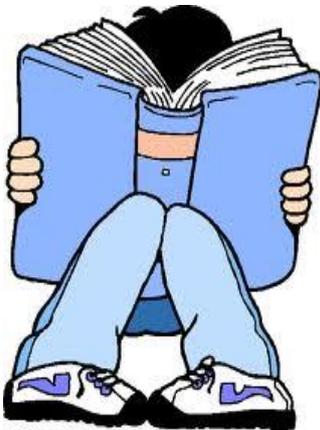
http://www.dn.pt/especiais/interior.aspx?content_id=2113336&especial=Made%20in%20Portugal%20-%20M%EAs%20da%20Alimenta%E7%E3o%20e%20Bebidas&seccao=ECONOMIA

Depois de realizar esta competência, vejo que não é fácil sintetizar, um texto, artigo, pois quando há muita informação torna – se um bocado difícil de exprimir ao máximo a informação importante que contem. Apercebo – me de ter esta capacidade, pois quando leio algum texto, é com o objectivo de retirar a informação mais importante, ou seja, sintetizar as partes mais importantes para transformar em conhecimento.

Penso que consegui atingir o objectivo proposto, apesar de ter consciência que o que fiz por si só não é suficiente para haver uma melhoria significativa desta competência. Para isso, sei que tenho que continuar com esta estratégia de ler artigos e textos para continuar a melhorar.

Comunicação oral

Penso que a minha expressão oral por vezes não é a melhor, por vezes tento explicar alguma coisa, relativa a um trabalho, a matéria da aula ou até a algum acontecimento e não me consigo expressar da melhor maneira e as vezes o que acontece é que as pessoas fiquem confusas. Para melhorar esta competência, irei fazer apresentações, ver apresentações, conferencias na internet ou até mesmo na faculdade para perceber melhor o método que utilizam.



A primeira medida que vou fazer é ler livros, pois ao ler, estamos a melhorar e a enriquecer o nosso vocabulário, ficando com mais instrumentos para nos expressar melhor, conseguimos melhorar a nossa maneira de falar com os outros e articulamos melhor os pensamentos, ao ler certos livros, percebemos melhor a cultura de um país ou até a linguagem utilizada pelo autor.

A segunda medida que vou fazer (e venho a fazer) é visualizar mais apresentações, tanto na faculdade como na internet, pois assim fico com uma ideia do que tenho que fazer quando for para uma apresentação, que aspectos melhorar e o que devo fazer para me manter calmo.



Objetivos S.M.A.R.T

S (específico) – fazer e ver apresentações até final do mês no Novembro.

M (mensurável) - elaborar e ver apresentações e estudar - las bem.

A (acionável) - tenho a motivação de alcançar este objetivo.

R (realistas) - tenho todas as condições para realizar este objetivo.

I (temporal) – cumprir todas as atividades do horário até dia 30 de Novembro.

Em relação a primeira medida é um aspeto que tenho que melhorar e tenho noção que hoje em dia é muito importante ter esta competência bem enriquecida e bem preparada, pois como temos que trabalhar diretamente com pessoas é bom que sejamos compreendidos e que nos façamos entender. Para isso irei ler livros, mas especificamente, livros relacionados com marketing, pois assim para além de fortalecer os meus conhecimentos na minha área, ficarei com um vocabulário mais reforçado e mais técnico o que me ajudará bastante no dia-a-dia.

Sobre a segunda medida, esta já venho a fazer há algum tempo, isto é, desde o décimo ano, que já venho a ter apresentações, mas nada se compara com estes anos na faculdade, pois agora tenho muito mais apresentações do que no ciclo e neste momento são mais importantes, pois preparamos para a vida profissional e não podemos fraquejar neste aspecto. O que tenho em mente para melhorar esta competência, visto que este mês tenho três defesas de trabalhos, como posso ver no planeamento, é que quando tiver uma apresentação, vou estudar bem, resumir o que vou dizer, salientando as partes mais importantes, para não ler na apresentação, manter – me calmo porque é essencial para não perder a concentração e fazer uns slides originais, para quem estiver a ouvir não se aborrecer só com a informação que passamos.

3. Conclusão

Com este planeamento espero conseguir realizar todas as tarefas a que me propus, com o intuito de melhorar as minhas competências e desenvolvê-las para um nível superior.