

**TEAMWORK<sup>®</sup>**  
CONSULTORES

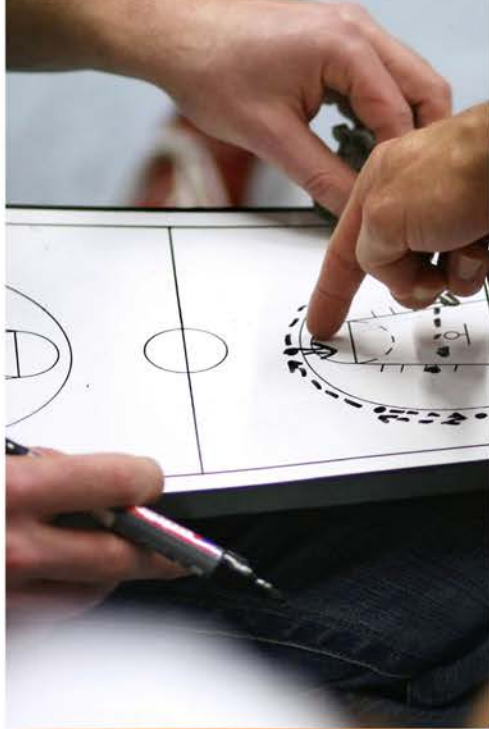


## Quem Somos?

A **TEAM WORK CONSULTORES** é uma empresa portuguesa certificada na consultoria e treino comportamental de pessoas e equipas, fundada em Dezembro de 1997 por Jorge Araújo, ex-treinador de basquetebol.

Com mais de 18 anos de experiência a treinar pessoas e equipas para o alto rendimento, estamos também em Moçambique desde 2006 e Angola desde 2007.

Sob o lema **PENSAR E INTERVIR COMO UM TREINADOR**, aplicamos um verdadeiro treino dirigido às atitudes e comportamentos de Liderança, Trabalho em Equipa e Comunicação, que diariamente fazem a diferença nas organizações.



## Pensar e intervir como um treinador

Ser treinador constitui um enorme desafio e responsabilidade. Pensar e intervir como treinador, é, portanto, algo muito complexo. Não só porque envolve seres humanos mas, principalmente, porque estes, apesar de nascerem motivados e motiváveis, exigem sempre um enorme grau de atenção e acompanhamento.

Gerir, liderar e motivar colaboradores é um processo educativo e formativo, em constante evolução, dinâmico e circunstancial, que requer constantes mudanças e adaptações, consoante os contextos em que os colaboradores e as equipas se inserem.

Ora, se o treinador não é capaz de se gerir a si mesmo, dificilmente o conseguirá em relação aos colaboradores. Tem por isso de **“aprender a fazer, fazendo”**, de forma a ganhar, gradualmente, a experiência que lhe é exigida.

Esse é o compromisso de treino que estabelecemos com todos aqueles que conosco trabalham... o de os colocar a **“pensar e intervir como treinadores”**.

# O que treinamos?

## LIDERANÇA

PENSAR E INTERVIR COMO UM TREINADOR

- LIDERANÇA E GESTÃO DE EQUIPAS
- TREINO DE EQUIPAS DE ALTO RENDIMENTO
- COACHING DO TREINADOR

## RENDIMENTO ORGANIZACIONAL

- DIAGNÓSTICO ORGANIZACIONAL
- ASSESSMENT E AVALIAÇÃO DE POTENCIAL (INDIVIDUAL E A EQUIPAS)
- FEEDBACK 360º

## SEMINÁRIOS WORKSHOPS PALESTRAS MOTIVACIONAIS

- ATITUDES POSITIVAS!
- O TREINADOR NA EMPRESA

## EQUIPAS

O TODO, MAIOR QUE A SOMA DAS PARTES

- TEAMBUILDING
- TRABALHO EM EQUIPA
- TREINO DE VALORES ORGANIZACIONAIS

## COMUNICAÇÃO

SER EMOCIONALMENTE CONVINCENTE

- TREINO DE COMUNICAÇÃO EFICAZ
- TREINO DE APRESENTAÇÃO E EXPRESSIVIDADE
- TREINO DE ASSERTIVIDADE E GESTÃO POSITIVA DE CONFLITOS
- TREINO COMPORTAMENTAL EM ATENDIMENTO

## DESENVOLVIMENTO PESSOAL

O TALENTO TAMBÉM SE TREINA

- TREINO COMPORTAMENTAL EM NEGOCIAÇÃO
- TREINO DE INTELIGÊNCIA EMOCIONAL
- ORGANIZAÇÃO DO TRABALHO E GESTÃO DO TEMPO
- CONDUÇÃO EFICAZ DE REUNIÕES



## Como Treinamos?

Desenvolvemos os nossos programas de treino com base no **Modelo de Aprendizagem Experiencial** de David Kolb, conjugando-o com o Dinamismo do treino desportivo.

Perante esta metodologia, o ciclo de aprendizagem permite reflectir e tirar ilações, aplicar novos conceitos, testá-los em novas situações e viver experiencias concretas.

### ***Aprender a fazer, fazendo***

Acreditamos na aprendizagem por via da reflexão sobre as experiências, sobre os comportamentos eficazes e os erros cometidos.

### ***Tudo se treina, em tudo se melhora***

Podemos sempre melhorar se treinarmos, repetirmos e tivermos feedback especializado.

### ***Crescer na adversidade***

A oportunidade de crescimento e melhoria perante os desafios torna-nos cada vez mais capazes e competentes.

### ***Quem joga são os jogadores...***

... não são os treinadores! Logo, o segredo das grandes equipas é ter jogadores competentes, autónomos, responsáveis, criativos e que façam a diferença.



ÁREAS DE TREINO COMPORTAMENTAL

# Liderança

## Liderança e Gestão de Equipas

**SAIBA COMO:**

- Autodiagnosticar e potenciar os diferentes estilos de liderança ao serviço do momento da equipa.
- Liderar pelo exemplo, percebendo que o líder deve ser um modelo e uma referência.

## Treino de Equipas de Alto Rendimento

**SAIBA COMO:**

- Gerir e motivar a sua equipa, tendo em conta as variáveis que influenciam o seu rendimento.
- Intervir como um Treinador, ensinando, acompanhando e dando feedback regular.

## Coaching do Treinador

**SAIBA COMO:**

- Treinar os seus colaboradores para serem cada vez mais autónomos e responsáveis.
- Conduzir sessões de Coaching one-to-one, com recurso à ferramenta OROA e a perguntas abertas.



## ÁREAS DE TREINO COMPORTAMENTAL

# Equipas

No sentido de criar em cada equipa um “Todo, maior que a soma das partes”, treinamos os processos de grupo e promovemos melhorias a vários níveis do funcionamento organizacional.

## Teambuilding

### SAIBA COMO:

- Criar um contexto de identificação coletiva e orgulho de pertença em que todos “vestem a camisola”.
- Promover o relacionamento interpessoal, conhecimento mútuo e de preocupação com os outros.

## Treino de Trabalho em Equipa

### SAIBA COMO:

- Potenciar o compromisso coletivo com os objectivos e resultados.
- Identificar e desenvolver os fatores críticos de sucesso das equipas.

## Treino de Valores Organizacionais

### SAIBA COMO:

- Promover os Valores da organização junto das pessoas, para as envolver e criar uma maior identificação com a cultura da organização.
- Alinhar e treinar as atitudes e comportamentos que devem fazer parte do dia-a-dia em todas as áreas de intervenção.



## ÁREAS DE TREINO COMPORTAMENTAL

# Comunicação

De modo a melhorar a comunicação e os relacionamentos interpessoais, a Team Work desenvolve treinos para potenciar o impacto comunicacional e a expressividade emocionalmente convincente, com apoio de profissionais que vão desde treinadores, especialistas em comunicação até a atores profissionais de Teatro.

### Treino de Comunicação Eficaz

**SAIBA COMO:**

- Comunicar eficazmente, observando, escutando e adaptando o estilo de linguagem ao interlocutor.
- Desenvolver o impacto da comunicação, garantindo que o que diz é o que é ouvido.

### Treino de Apresentação e Expressividade

**SAIBA COMO:**

- Gerir eficazmente os fatores emocionais através de ferramentas para controlar a ansiedade e otimizar a voz, o olhar e a gestualidade.
- Planificar apresentações públicas, aprendendo a caracterizar uma audiência e a definir a estratégia de abordagem.

### Treino de Assertividade e Gestão Positiva de Conflitos

**SAIBA COMO:**

- Gerir positivamente os conflitos e relacionamentos, adotando uma postura assertiva e empática.
- Adaptar o seu estilo de comunicação ao interlocutor, mostrando-se flexível e orientado para soluções ganhar-ganhar.

### Treino Comportamental em Atendimento

**SAIBA COMO:**

- Potenciar os comportamentos que geram impacto positivo no cliente e a ir de encontro às suas necessidades.
- Colocar-se no lugar do cliente, gerir situações delicadas e reclamações, transformando-as em oportunidades.



## ÁREAS DE TREINO COMPORTAMENTAL

# Desenvolvimento pessoal

Acreditando, é sempre possível melhorar competências, corrigir limitações e potenciar o talento. Promovemos treinos específicos que permitem o desenvolvimento pessoal dos quadros de empresa em temas nos quais entendam que podem promover o seu autoconhecimento e melhorar os seus resultados.

## Treino Comportamental em Negociação

### SAIBA COMO:

- Desenvolver uma preparação negocial cuidada e fundamentada, de forma a negociar de forma mais eficaz.
- Identificar as diferentes fases de uma negociação, para usar os recursos adequados e obter os melhores resultados.

## Treino de Inteligência Emocional

### SAIBA COMO:

- Identificar, compreender e modificar estados emocionais, anímicos e humorais, para os gerir melhor dentro de si e nos nossos relacionamentos com os outros.
- Entender e reagir adequadamente ao seu meio social, gerando empatia e relacionamentos positivos baseados na assertividade e na confiança.

## Organização do Trabalho e Gestão do Tempo

### SAIBA COMO:

- Identificar limitações na organização pessoal, gestão do tempo e prioridade de tarefas.
- Aplicar ferramentas para controlo dos objetivos e otimizar o desempenho pessoal e da equipa.

## Condução Eficaz de Reuniões

### SAIBA COMO:

- Dominar todas as etapas de dinamização de uma reunião, desde a preparação às conclusões.
- Ser capaz de avaliar situações de reunião, apontando pontos positivos, bloqueios ao melhor resultado e aspetos a melhorar.



ÁREAS DE TREINO COMPORTAMENTAL

# Seminários e Workshops

## Seminários

- São sessões dinâmicas de sensibilização a temas decisivos na área comportamental, permitindo criar novas abordagens e explorar a importância do treino e da melhoria contínua para essas áreas.

## Workshops

- São curtas sessões de treino, ativas, inovadoras e com participação em exercícios dirigidos às competências chave.

## Palestras Motivacionais

- São intervenções mobilizadoras da atitude positiva, da motivação, confiança e determinação para enfrentar os desafios mais difíceis e ambiciosos. Todos somos motiváveis e motivados, por isso, uma vez criado o contexto certo, todos podemos enfrentar os maiores desafios!



ÁREAS DE TREINO COMPORTAMENTAL

# Rendimento Organizacional

## Diagnóstico Organizacional

- Consiste num estudo composto por acompanhamento *on job*, entrevistas a chefias e colaboradores, *focus group*, levantamento de necessidades de formação e conhecimento da realidade com vista à implementação de programas de mudança organizacional.

## Assessment e Avaliação de Potencial (Individual e a Equipas)

- Através de profissionais especializados, conjugamos meios de análise qualitativa e quantitativa para aferir o perfil comportamental dos participantes, as suas áreas de força e de melhoria, em contextos de treino comportamental de elevada exigência.

## Feedback 360°

- Permite avaliar o verdadeiro impacto do rendimento individual, por intermédio de um *feedback 360°* à volta do interveniente, isto é, à sua chefia, aos seus pares e aos seus colaboradores, conjugando a informação com a análise da frequência com que determinados comportamentos são percecionados, assim como identificar eventuais *gaps* entre os comportamentos exibidos e os esperados pela organização.



# Quem Treina com a Team Work?

Nos últimos 5 anos, realizamos a nível nacional e internacional (*Angola, Cabo Verde e Moçambique*) um total de **500 Programas**, perfazendo um total de **7.141 horas de formação**, treinando mais de **21.000 formandos**.

Nestes dados são consideradas 3 tipologias de intervenção:

- 1 - Treino/Formação
- 2 - Teambuilding
- 3 - Seminários/Workshops

QUADRO 1 - Atividade TW

Treinos Team Work (2010 - 2014)			
Tipologias de Intervenção	Nº de Ações	Total de Horas	Nº de Participantes
Treino   Formação	374	5.829	5.704
Seminário   Workshop	65	262	8.484
Teambuilding	123	1.050	7.093
<b>Totais</b>	<b>562</b>	<b>7.141</b>	<b>21.281</b>

## Como nos avaliam os nossos clientes?

A satisfação dos nossos clientes ao longo dos anos de **2010 a 2014** fica bem patente em qualquer uma das áreas de análise. Nos dados recolhidos durante os últimos **5 anos** destacamos a **excelente avaliação obtida pelos participantes** dos nossos programas, que numa escala de **1 a 4 valores** avaliam todas as categorias bem perto do máximo da escala.

QUADRO 2 - Avaliação

Avaliação Média dos Participantes (2010 - 2014)				
Avaliação Global	Conteúdos	Metodologia	Consultores	Operações
3,67	3,60	3,57	3,73	3,70

Avaliação Team Work: 1 - Pouco Satisfatório | 2 - Satisfatório | 3 - Bom | 4 - Muito Bom



# Portugal

Quem tem treinado com a TW nos últimos 5 anos?

## Banca e Seguros

BANCO POPULAR  
BANIF  
CAIXA GESTÃO ACTIVOS  
DEUTSCHE BANK  
LIBERTY SEGUROS  
MAPFRE  
OCIDENTAL SEGUROS

## Bens de Consumo

CALZEDONIA  
DANONE  
GRUPO VNC (TIFFOSI)  
IRMÃOS VILA NOVA (SALSA)  
JERÓNIMO MARTINS  
SUMOL COMPAL

## Energia

CEPSA  
EDP  
EFACEC  
GALP

## Ensino

INDEG BUSINESS SCHOOL  
PORTO BUSINESS SCHOOL  
UNIVERSIDADE CATOLICA DO PORTO

UNIVERSIDADE COIMBRA  
UNIVERSIDADE DO PORTO

## Indústria

AMORIM & IRMÃOS  
BOSCH  
C.A.C.I.A. RENAULT  
FICOCABLES  
GRES PANARIA  
INAPA  
J. P. SÁ COUTO  
MAHLE  
OLIVEIRA & IRMÃOS  
SAPEC QUÍMICA  
SIMOLDES  
SNA EUROPE  
SODECIA  
SWEDWOOD  
WOLVERINE  
ZANTIA

## Saúde

APMGF  
ARS ALGARVE  
BIAL  
GRUPO TROFA SAUDE  
SIEMENS

## Serviços

ANA AEROPORTOS  
CESPA  
CHAMARTIN IMOBILIÁRIA  
CTT  
INCM  
TRANSDEV

## Tecnologias de Informação

EXICTOS  
MICROSOFT  
NANIUM  
ROFF  
WIPRO

## Telecomunicações

GRUPO PROEF  
NOS  
PT COMUNICAÇÕES  
PT CONTACT  
PT PRO  
PT SISTEMAS DE INFORMAÇÃO

## Outos setores

FUNDAÇÃO AGA KHAN  
FUTEBOL CLUBE DO PORTO





# Angola

Quem tem treinado com a TW nos últimos 5 anos?

ABANC

AUTO-SUECO ANGOLA (NORS)

BANCO AFRICANO DE INVESTIMENTOS (BAI)

BANCO ATLÂNTICO

BANCO CAIXA GERAL TOTTA DE ANGOLA

BANCO FOMENTO ANGOLA (BFA)

BANCO KEVE

BANCO MILLENNIUM ANGOLA

CLUBE DESPORTIVO 1º DE AGOSTO

GABINETE DE OBRAS ESPECIAIS

GLOBAL SEGUROS

SONANGOL GÁS NATURAL (SONAGÁS)

SONANGOL LOGÍSTICA

SONANGOL - MS TELCOM

SONANGOL REFINAÇÃO (SONAREF)

SONANGOL – REFINARIA DE LUANDA

STANDARD BANK ANGOLA

TOTAL

UNITEL



# A EQUIPA TW



## TREINADORES



### Jorge Araújo

- Foi treinador profissional e selecionador nacional de basquetebol, tendo sido várias vezes campeão nacional e vencedor de outros importantes troféus.
- Fundador e Presidente da Team Work Consultores, conduz seminários de Liderança, Trabalho em Equipa e Comunicação para quadros de empresas com base na sua experiência no treino de equipas de alto rendimento.
- Tem especializações e certificações internacionais nas áreas do Executive Coaching, Coaching Winning Teams e Gestão da Mudança.
- É professor convidado em Pós-Graduações e MBA's e escreveu mais de 20 obras, entre as quais se destacam "O Caminho do Futuro: Treino na Área Comportamental", "A Busca da Excelência", "Pensar e Intervir como um Treinador", "Tudo se Treina", "Treinador me Confesso" e "As Emoções e os Sentimentos também se Treinam?"



### Jorge Henriques

- Foi treinador profissional de basquetebol durante 20 anos em equipas de referência a nível nacional.
- Vice-presidente da Team Work Consultores, possui vasta experiência como Consultor de empresas na área da Liderança e Desenvolvimento de Pessoas e Equipas.
- É Coach certificado pelo ICC e é certificado internacionalmente em Coaching for High Performance e Leadership Style for Managers.



### Fernando Moreira

- É ator, encenador, dramaturgo e artista plástico, com Mestrado nesta área pela Faculdade de Belas Artes da Universidade do Porto.
- Colabora há mais de 20 anos com diversas estruturas teatrais.
- É Consultor especializado nas áreas da Comunicação, Criatividade e Técnicas de Apresentação e Expressividade, sendo consultor da Team Work desde 2002.



### Pedro Silva

- Treinador comportamental com experiência em contextos organizacionais, académicos e desportivos. É Licenciado, Pós-Graduado e Mestrando em Psicologia do Desporto e Exercício, pela Escola Superior de Desporto de Rio Maior, onde se encontra a terminar investigação na área dos processos de grupo e coesão de equipas.
- Iniciou funções na TW através da Equipa de Operações, integrando consequentemente a Equipa de Gestão de Projetos de Treino Comportamental, na conceção e implementação dos programas de treino e respetivo acompanhamento posterior.
- Colabora ainda com equipas desportivas, integrando equipas técnicas com funções de planeamento, execução e avaliação dos processos de treino com destaque para o desenvolvimento de competências psicológicas e treino integrado.



### António Henriques

- Atual Diretor Geral da TW Consultores Moçambique, exerceu anteriormente o cargo de Diretor Comercial e Coordenador no Banco Comercial Português, Millennium BCP, até outubro de 2014.
- Treinador especializado nas áreas da Liderança, Gestão e Dinâmica de Equipas, foi distinguido ao longo da sua carreira com a atribuição de prémios pela performance das equipas que liderou no âmbito da atividade bancária.
- Possui uma grande capacidade de comunicação, espírito de liderança, gosto pelo trabalho em equipa e capacidade de adaptação.
- É de realçar ainda a sua extensa prática de basquetebol, iniciada em 1966, com representações constantes da Seleção Nacional de Portugal.

## TREINADORES



### Jorge Bicho

- É Consultor nas áreas do Desenvolvimento Pessoal, Inteligência Emocional, Técnicas Criativas de Venda e Coaching, com experiência nacional e internacional, colaborando atualmente com a Team Work Consultores.
- Tem certificação internacional em Master Practitioner PNL, Coaching Executivo (pela ICF) e Identity Compass.
- Foi Training Manager da Bayer Health Care e áreas corporativas durante 10 anos.



### Nuno Preto

- É ator, encenador e dramaturgo, com experiência em teatro e cinema.
- É membro fundador da Companhia Mau Artista e faz parte do Teatro da Palmilha Dentada.
- É docente convidado da Escola Superior de Música e Artes do Espetáculo desde 2010 e Consultor da Team Work desde 2005.



### Ana Teresa Ferreira

- É especialista em Gestão de Recursos Humanos, sendo Doutorada em Psicologia do Trabalho e das Organizações pela Universidade do Minho.
- Exerceu funções de Diretora de Recursos Humanos em várias organizações e desenvolveu diferentes projetos de consultoria em entidades públicas e privadas, colaborando atualmente com a Team Work Consultores enquanto consultora.
- É professora auxiliar convidada da Universidade Portucalense Infante D. Henrique e formadora certificada.

## DIREÇÃO GERAL



### Cristina Pimenta

Diretora Geral



### Vítor Sousa

Diretor Geral Adjunto

Mercado Angolano e Cabo-verdiano



### José Henriques

Diretor Comercial

Mercado Nacional

## DIREÇÃO DE SERVIÇOS PARTILHADOS



### Diana Ferreira

Coordenadora

- **Pedro Silva** - Gestor Pedagógico
- **Ana Branco** - Gestora Operacional
- **Ana Gomes** - Gestora de Projetos
- **Nuno Capela** - Coordenador da Equipa de Operações
- **Rui Silva** - Equipa de Operações
- **Fernando Barros** - Equipa de Operações
- **Sérgio Ferreira** - Equipa de Operações



**TEAMWORK<sup>®</sup>**  
CONSULTORES

## Contactos

### SEDE

Rua Damião de Goís, 75  
S/L Sala 2  
4050-225 Porto  
T. +351 225 089 486  
F. +351 225 089 487  
tw@teamwork.pt

## Parceiro Estratégico



### MOÇAMBIQUE

Pestana Rovuma Hotel,  
Rua da Sé, 114 Sala 316 - Maputo  
Móvel (MZ): +258 846 696 255  
ahenriques@teamwork.pt

[www.teamwork.pt](http://www.teamwork.pt)

