

2020

FACULDADES INTEGRADAS DE CIÊNCIAS HUMANAS,
SAÚDE E EDUCAÇÃO DE GUARULHOS

LIDERANÇA

E-BOOK: DICAS PRÁTICAS



*Harrisya de Lima Oliveira
Marta Regina de Oliveira Póvoas
Thais Gonçalves de Almeida*

E-BOOK TREINAMENTO DE LIDERANÇA

*Estágio Supervisionado em Psicologia Organizacional
Faculdades Integradas de Ciências Humanas, Saúde e Educação de
Guarulhos*



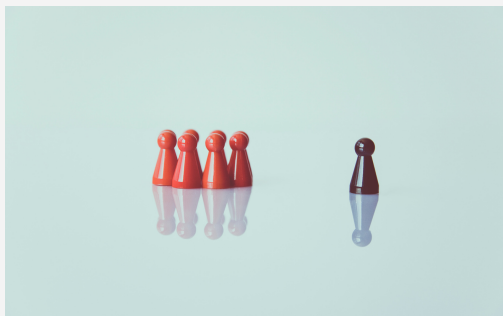
AHHH, A LIDERANÇA...

Quem nunca ouviu falar sobre a importância dela para o sucesso de uma equipe, que atire a primeira pedra...

Porém, na prática, o que de fato significa exercer uma liderança?

Neste e-book traremos um resumo do que foi abordado no treinamento.

Mas, antes de tudo, precisamos definir o que é um Líder:



Um Líder engaja e motiva a equipe para um mesmo propósito, sendo principalmente um agente de mudanças.



Para se tornar um agente de mudanças, um líder deve:



Observar com
sensibilidade o que ocorre
ao seu redor;



Analisar as potencialidades de cada
membro da equipe e pensar em estratégias
para extrair o melhor de cada um;



Além disso, também existem algumas características
fundamentais para um líder desenvolver bem o
relacionamento com a equipe:



I. **autoconfiança:** acreditar na própria capacidade de conduzir a equipe;



II. **articulação:** mostrar através do diálogo que compreende as necessidades de sua equipe, e ao mesmo tempo conseguir compartilhar sua visão de maneira esclarecida;



III. **Sensibilidade ao ambiente:** avaliar de maneira realista as condições físicas e tecnológicas do local, e identificando quais são os recursos necessários para realizar melhorias.



Desse modo, ao possuir a autoconsciência e desenvolver as características necessárias para ser um bom Líder, chega a hora de pensar nas **estratégias**, ou seja, **como agir em meio aos desafios**, e aí chegamos na **Liderança Situacional**:



A **Liderança Situacional** não estabelece um perfil de líder mais ou menos eficiente, mas considera importante:

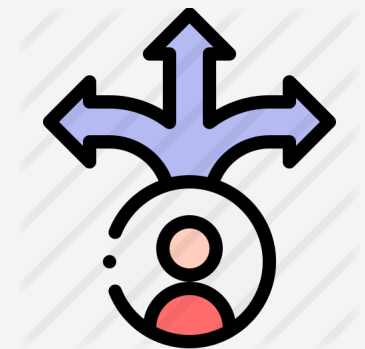
1. A capacidade de **se adaptar à situação**, observando as demandas do grupo, e tomando as decisões mais assertivas.
2. Compreender o **perfil** de cada **funcionário**, o **nível de maturidade** e quais são suas **motivações internas***;



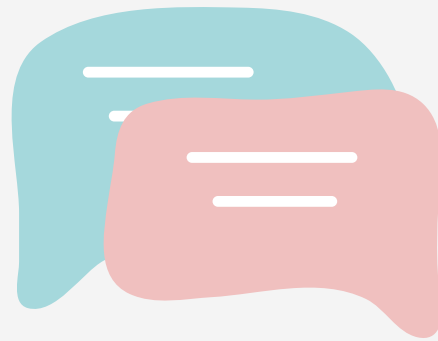
*Aqui devemos lembrar que a motivação é a “força interna” presente em cada um de nós, e que por se tratar de algo subjetivo, cada pessoa possui um tipo de motivação diferente. E embora seja importante estabelecer uma conexão entre as razões internas (automotivação) com o que está ao redor dela (o contexto de trabalho), os membros da equipe não podem se isentar da responsabilidade de estabelecerem para si mesmos suas respectivas motivações.

Sendo assim, na Liderança Situacional, o Líder precisa identificar o momento certo de:

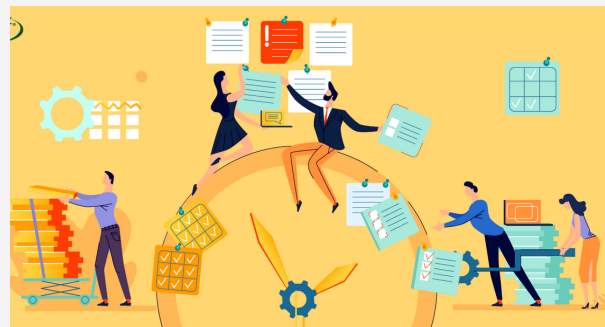
1. **Dar o comando:** tomar as decisões e informar a equipe, se envolvendo e supervisionando as tarefas.



II. **Dialogar:** apresentar as estratégias e dialogar com a equipe antes que a decisão seja implementada.



III. **Delegar:** se envolver menos nas decisões cotidianas pelo fato da equipe saber quais decisões tomarem.



OBS: as estratégias também são baseadas no nível de maturidade da equipe.

○ **nível de maturidade** dos membros de uma equipe são divididos em quatro níveis:

I. **Primeiro nível:** Os membros do time não têm conhecimento, habilidades e disposição para concluir a tarefa.

II. **Segundo nível:** Os membros do grupo estão dispostos e entusiasmados, mas falta a habilidade.

III. **Terceiro nível:** Os membros do grupo têm as habilidades e capacidade para concluir a tarefa, mas não estão dispostos a assumir responsabilidades.

IV. **Quarto nível:** Os membros do grupo são altamente qualificados e dispostos a concluir a tarefa.



Logo abaixo também temos algumas outras estratégias que um Líder pode utilizar de acordo com o contexto em que for analisado:

Argumentação Lógica - utilização de argumentos lógicos para demonstrar que seu pedido ou proposta é importante para realização das tarefas;



Consulta - procurar a participação da equipe ao planejar uma estratégia (dentro dos limites, ou seja, ainda assim, é preciso avaliar detalhadamente);



Inspiração – tentar provocar emoções na equipe com base naquilo que se sabe a respeito das motivações internas que possuem;



Colaboração – Buscar prover assistência ou recursos necessários para realização das tarefas;



Agregação de valor – explicar como o apoio à sua proposta pode beneficiar a equipe, ajudando em seu crescimento profissional;



Elogios - utilizar elogios e lisonjeios antes ou durante a tentativa de influenciar a equipe para realizar seu pedido ou dar apoio às suas propostas. Nesse momento, o feedback pode ser uma das ferramentas;



Buscar Apoio - recrutar ajuda e/ou apoio de alguns membros como meio de influenciar a equipe.



Feedback - A aplicação de um Feedback também é uma estratégia de motivação usada pela liderança, e através dele se permite uma escuta de ambos os lados (liderança e liderados):



E também não podemos nos esquecer da importância do Líder buscar estratégias para gerenciar o estresse causado pelas responsabilidades e pressões. Algumas sugestões são:



Exercícios Físicos

A prática regular de atividade física é importante para melhorar a qualidade de vida e a disposição para realizar as atividades do dia-a-dia;



Alimentação Saudável

A alimentação saudável traz benefícios para a saúde como melhor controle do peso, rendimento do trabalho, aumento da memória e da concentração, fortalecimento do sistema imunológico e prevenção de doenças



Momentos de Lazer

Ao colocar o lazer como uma das partes importantes da sua vida, você consegue ter mais estímulo em relação ao seu cotidiano.



Acompanhamento Psicoterapêutico

As sessões de Psicoterapia ajudam a administrar melhor os seus sentimentos, pois se trata de um espaço para te escutar e ajudar sem julgamentos.

Esse foi um pequeno resumo a respeito do que é e como exercer a Liderança. Esperamos que te ajude de alguma forma, e agradecemos a confiança :)



"Se suas ações inspiram outros a sonhar mais, aprender mais, fazer mais e tornar-se mais, você é um líder."

John Quincy Adams.