



PORTFOLIO 2017

Ana Guise Leite
Formadora desde 1998

“Se tratarmos as pessoas tal como as vemos,
elas tornam-se piores do que são
mas se as tratarmos como elas podem ser,
elas tornam-se o que realmente podem ser.»

Goethe (1749-1832)



Atitude
é
tudo =
DESCENTRADA
COGNITIVA

Ana Guise Leite

Portfólio da Formadora

Formadora sénior dedicada 100% à formação comportamental desde 1998

- . Co-Fundadora Mousetrick

Especialidade de Formação: Resiliência

- . Formadora do INA

Professora de Liderança a nível de Pós-Graduação

- . CEAGP (Curso Estudos Avançados em Função Pública)

Metodologia de trabalho em sala: «*no Terreno*»

- . Exemplos práticos de dinâmicas de grupo

- . Testemunhos de Formandos

Clientes diversificados

Exemplo de Publicações

- . Autora do Livro “Manual de Relações Interpessoais e

Comunicação”

- . Autora de Exercícios de Aplicação

Em 2017, decidi co-fundar o Mousetrick.





O que me proponho fazer no âmbito do projeto Mousetrick?

Conceber soluções criativas e engenhosas de formação para mudar mentalidades das equipas e líderes face à pressão dos avanços tecnológicos e ritmo elevado de mudança a que estão sujeitas hoje as organizações a nível global.

A inovação traz desafios.
No Mousetrick, quero ajudar as equipas e líderes
a estar em boa forma.



A intervenção que defendo é estrategicamente dirigida à percepção e, ao contrário das abordagens convencionais de formação, eu prefiro partir da **percepção vivida pelos intervenientes** e optar por implementar uma **abordagem integrada a nível cognitivo, afetivo e comportamental**.



Trabalho para trazer uma nova e fresca perspectiva às equipas e líderes ... sob a forma de formação em mudança de mentalidades.

No Mousetrick, juntamente com o meu colega Rui Antunes, igualmente co-fundador, representamos um coletivo de Formadores séniores, todos dedicados 100% à formação e com formação de base em Psicologia.



Chegar ao seu destino, sem intermediários.
No Mousetrick, os clientes lidam exclusivamente com os formadores.



Ajudar as equipas a relaxar mesmo debaixo de pressão.

A resiliência é a minha «área de especialidade».

na



DIREÇÃO-GERAL DA QUALIFICAÇÃO
DOS TRABALHADORES EM FUNÇÕES PÚBLICAS

5 minutos so Resiliência em Contextos Desafian

com a formadora **Ana Luisa Guise**

Uma formanda conta como foi...

- Foi para mim puro deleite todos, mas mesmo todos, os minutos na formação “DESENVOLVER RESILIÊNCIA EM CONTEXTOS DESAFIANTES”. Deveu-se não só ao conteúdo da ação, muito relevante para mim, como também à Formadora, Doutora Ana Guise Leite, que sem dúvida, é excecional e especial, quer na forma de apresentar os conteúdos como na forma assertiva, meiga e empática em que nos envolve a todos. (...)

**Ema Gil, assistente técnica em Organismo Público /
Setembro 2017**

E ainda este formando

- A experiência que passei foi bastante positiva. Em sala gostei do ambiente proporcionado pela moderadora, a dedicação e experiência demonstrada (...)
- Com a carência de funcionários públicos , as pessoas são cada vez mais pressionadas a acumular diversos trabalhos ao mesmo tempo, caindo com facilidade em situações de grande pressão.

Pedro Dias, Assistente Operacional / Setembro 2017



Explora esta imagem
com a LAYAR!

PROJETA A TUA CARREIRA NA ADMINISTRAÇÃO PÚBLICA

CEAGP | CURSO DE ESTUDOS
2015/16 | AVANÇADOS EM
GESTÃO PÚBLICA



**Se és licenciado,
GARANTE O TEU INGRESSO
NA ADMINISTRAÇÃO PÚBLICA
através do CEAGP!**

200
Vagas



A nível académico, tenho a oportunidade de incorporar o corpo docente do CEAGP, enquanto responsável pelo módulo Liderança.

É uma ocasião para trabalhar com grupos especialmente estimulantes, trocar reflexões e fazer evoluir os meus métodos de trabalho.

Prazo de candidatura: Concorre nos 10 dias úteis após publicação em Diário da República. Mantém-te informado!

Locais de realização: Lisboa e Porto

Informações

Site: ceagp.ina.pt

Tel: 21 446 54 00

E-mail: ceagp@ina.pt

ina



DIREÇÃO-GERAL DA QUALIFICAÇÃO
DOS TRABALHADORES EM FUNÇÕES PÚBLICAS

Mais qualificação **Melhor serviço público**



Descarrega gratuitamente
a App Layar para iOS / Android



Aponta para
esta imagem



Descobre o
conteúdo interativo

Estabelecimento de Pontos de Raciocínio entre modelos de liderança atuais e outras fontes

(trabalho final de Dissertação no CEAGP, que avaliei em janeiro 2017)

- Jesus chamou-os e disse-lhes: “Vós sabeis que os governantes das nações as dominam, e as pessoas importantes exercem poder sobre elas. Não será assim entre vós. Pelo contrário, quem quiser tornar-se importante entre vós deverá ser servo, e quem quiser ser o primeiro deverá ser escravo; como o Filho do Homem, que não veio para ser servido mas para servir e dar a sua vida como resgate por todos.”

Mateus 20:25-28



Hoje em dia será que o «Velho» é necessariamente idoso?

Ou será que esta criança já pode estar desatualizada em relação ao bebé...?

Este é um exemplo do tipo de «desafios» que lanço aos meus formandos...

Nas palavras de uma formanda...

- O curso dado pela Ana é um curso que nos faz pensar não só nas nossas acções e interacções com o outro mas também, e principalmente, faz-nos pensar nas acções com o nosso eu. A Ana tem a capacidade de nos transmitir exemplos e estratégias que nos fazem pensar "fora da nossa caixa".

Inês Leal, Eng^a Civil / Setembro 2017



Gosto de registrar histórias partilhadas pelos meus formandos.
... E transformá-los em casos práticos para próximos grupos!

Exemplo de **Caso Prático** a partir de um testemunho:

«Os nossos comerciais queixavam-se que não tinham melhores resultados pois não tinham os recursos necessários.

Fizemos o esforço financeiro para dar a todos smartphones, mas ainda ontem estive a ver alguns a trabalhar, e faziam tudo igual ao "antigamente" ... Quando lhes perguntei porquê, disseram-me que "não se conseguem entender com os novos telemóveis, que só servem para complicar!"

Discuta em grupo qual a melhor solução de liderança para esta situação.

Nas palavras de uma formanda...

- Gostei imenso da formação com a Ana. Não só do ponto de vista de formador/ formando, mas também em termos pessoais. A Ana tem uma energia fantástica e métodos de trabalho muito interessantes, o que nos ajuda a aprender, a participar na formação e apreender os conteúdos.

Carla Nobre, Gestora / Setembro 2017

Já pensou como um vulgar e simples rolo de papel
higiênico pode dar origem a uma dinâmica de grupo?



Basta pedir a cada participante para registrar a sua ideia no rolo, enrolar e passar ao próximo. Se, no final, as ideias não agradarem, ainda há muito rolo para mais ideias...

Conclusão a tirar com o grupo: Não vale pena apegarmo-nos muito às ideias, nem levá-las demasiado a sério. Podemos sempre mudar de ideias.

Gosto de soluções simples e eficientes.
...E de encontrar novas perspectivas para as realidades do dia-a-dia.



Sabia que somos todos como o Perú?

Gosto de partilhar a história seguinte com os meus formandos.

Eis a história do Perú que partilho com os meus formandos:

Em tempos, li um romance do Erico Veríssimo (“Clarissa”) onde se dizia que, se se quiser circunscrever o espaço de um Perú, não é preciso prendê-lo; basta desenhar uma roda de giz à sua volta e ele assume-a como uma barreira física efetiva .

...E não é que nós todos também nos deixamos prender “dentro” de convenções, rotinas e hábitos aprendidos, que assumimos como intransponíveis?

Gosto de ajudar os meus formandos a sair da sua zona de conforto..

Uma formanda conta como foi...

- Foi também muito bom constatar que, ao longo do meu percurso profissional e pessoal, tenho por vezes saído da minha zona de conforto e apesar disso ficar “à tona”! como tão bem nos tem ensinado. Pois, agora percebo muito melhor!
- Após a formação consegui, sem sentir vergonha, partilhar com colegas que desde há 6 anos (tenho agora 55), pratico a modalidade de bodyboard, que tanto prazer me dá!

**Ema Gil, assistente técnica em Organismo Público /
Setembro 2017**

Uma formanda conta como foi...

- Os dois cursos que participei, um sobre como desenvolver resiliência em contextos desafiantes e outro sobre assertividade foram um investimento que fiz em mim mesma porque senti que mais do que um conhecimento técnico existia necessidade de adquirir conhecimentos de desenvolvimento pessoal. Fiquei muito surpreendida com ambos os cursos, porque superaram as minhas expectativas iniciais já que, me deram uma nova segurança profissional, dando-me ferramentas de interacção e sobretudo uma estratégia profissional que ainda hoje uso. Recomendo estes dois cursos a todas as pessoas que sintam que o seu percurso profissional precisa de uma mudança.
- O meu agradecimento à Ana pelas ferramentas que me deu que já me ajudaram a superar muitos desafios!

Luísa Ferreira, Dirigente / Setembro 2017

- Ao longo do meu percurso, tenho tido a sorte de poder trabalhar com clientes no setor público e privado, de grande e pequena dimensão, e das áreas de negócio mais variadas, que me souberam enriquecer os horizontes.

Seguem-se exemplos...

Lista de Clientes

- **AMI**
- **ASSOCIAÇÃO DE MULHERES EMPRESÁRIAS**
- **AUDI**
- **AXA- Portugal**
- **CELTAS E IBEROS**
- **CEFAE**
- **CENTRO DE FORMAÇÃO DE PROFESSORES DE LOURES, VFX E AÇORES**
- **CRUZ VERMELHA**
- **EDP, Valor**
- **EMEL**
- **ESCOLA SUPERIOR AGRÁRIA DE ELVAS, VISEU E BRAGANÇA**
- **FACULDADE DE MEDICINA VETERINÁRIA DE LISBOA E PORTO**
- **UNIVERSIDADE LUSÓFONA**
- **FONOTEL**
- **FOR-MAR**
- **FUNDAÇÃO PARA A DIVULGAÇÃO DAS TECNOLOGIAS DE INFORMAÇÃO/**
- **INSTITUTO PORTUGUÊS DA JUVENTUDE**
- **GABINETE DE APOIO AOS NOVOS EMPRESÁRIOS DO COMÉRCIO**
- **GRUPO AMORIM**

Lista de Clientes

- **HOSPITAL DO BARREIRO**
- **HOSPITAL DE SANTA MARIA**
- **INA- DIREÇÃO GERAL DA QUALIFICAÇÃO DOS TRABALHADORES**
- **IEFP- INSTITUTO DE EMPREGO E FORMAÇÃO PROFISSIONAL**
- **JERÓMIMO MARTINS**
- **MAGNÓLIA CAFFE**
- **MARL – MERCADO ABASTECEDOR DA REGIÃO DE LISBOA**
- **MAZDA**
- **McDONALDS**
- **MOTA-ENGIL**
- **MINISTÉRIO DA ECONOMIA E DO TRABALHO**
- **POUSADAS DA JUVENTUDE (MOVIJOVEM)**
- **ROYAL CANIN**
- **SKÖDA**
- **VOLKSWAGEN**
- **WELLA**
- **SANTA CASA DA MISERICÓRDIA**
- **SERVASSISTE**
- **SOFARINEX**
- **SSAP- SERVIÇOS SOCIAIS DA ADMINISTRAÇÃO PÚBLICA**

- A nível das publicações, destaco o convite que me foi feito em 2008 para ser autora de um Manual de Formação da Linha Editorial do CECO A...



Relações Interpessoais e Comunicação

Ana Guise Leite

Clique em cima da imagem para
aceder ao Manual de Relações
Interpessoais e Comunicação, da
minha autoria, editado pelo
CECOA em 2008.



Clique em cima da imagem para
aceder ao Exercício #1, que
complementa o Manual de
Relações Interpessoais e
Comunicação.

**RELAÇÕES INTERPESSOAIS
E COMUNICAÇÃO**

A DANÇA DOS EXTRATERRESTRES



Clique em cima da imagem para
aceder ao Exercício #2, que
complementa o Manual de
Relações Interpessoais e
Comunicação.

**RELAÇÕES INTERPESSOAIS
E COMUNICAÇÃO**

**A HISTÓRIA DAS
2 IRMÃS E DA CINDERELA**

Fazendo minhas as palavras de um prestigiado colega,

«O meu percurso profissional é um resultado da humanidade daqueles para quem trabalho.

Obrigada a todos.

- Ana Guise Leite, setembro 2017