



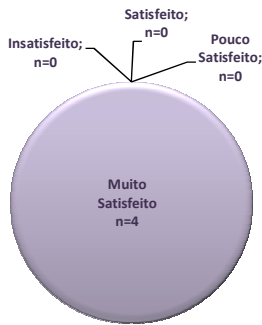
# Workshop De Bom a Excelente

Avaliação Ano Lectivo 2010/2011

No ano lectivo 2010/2011 realizou-se uma edição do Workshop De Bom a Excelente. O Workshop foi dirigido, mas não exclusivo, aos alunos de elevado rendimento académico identificados através das Fichas de Tutor. Os alunos foram contactados via e-mail pelo Programa de Tutorado e convidados a participar. Dos 13 alunos inscritos, participaram efectivamente 5.

O Inquérito de Avaliação entregue na última sessão do Workshop obteve uma taxa de resposta de 80% (n=4), atendendo a que na última Sessão apenas 4 dos 5 alunos estiveram presentes.

75% (n=3) dos inquiridos eram do sexo feminino, 50% (n=2) eram alunos do MEB. 75% (n=3) eram alunos cuja primeira inscrição no IST foi no ano lectivo 2009/2010. A maioria dos alunos tomou conhecimento deste Workshop através do e-mail enviado pelo Programa de Tutorado (n=3), sendo que um destes alunos também foi informado sobre o Workshop pelo seu Tutor.

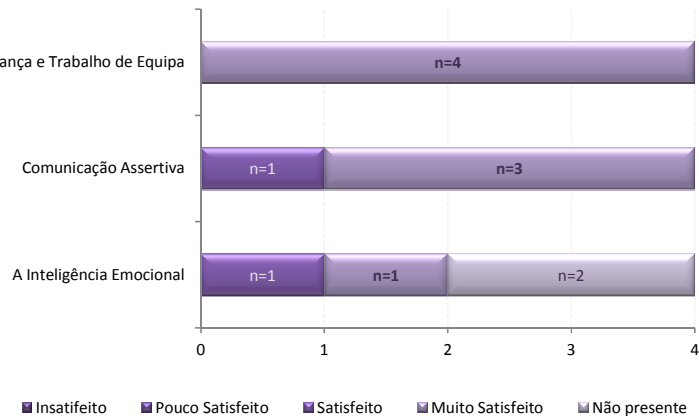


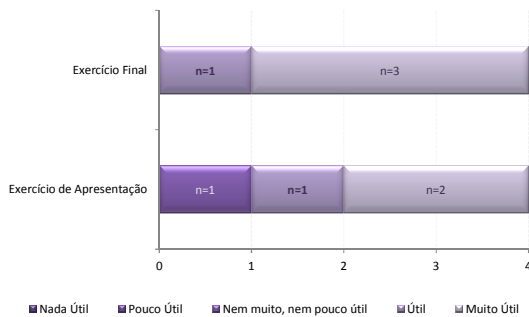
## Nível de Satisfação Geral com o Workshop

100% (n=4) dos alunos inquiridos ficou Muito Satisfeito com o Workshop De Bom a Excelente.

## Nível de Satisfação com as 3 Sessões

A sessão sobre *Liderança e trabalho em Equipa* foi aquela com que os inquiridos demonstraram maioritariamente um nível de satisfação mais elevado, a totalidade (n=4) dos alunos manifestou-se Muito Satisfeito, à qual se seguiu a sessão sobre *Comunicação Assertiva* (n=3).





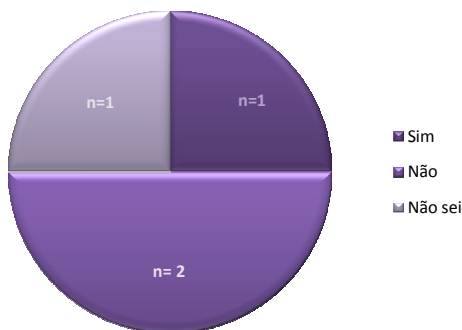
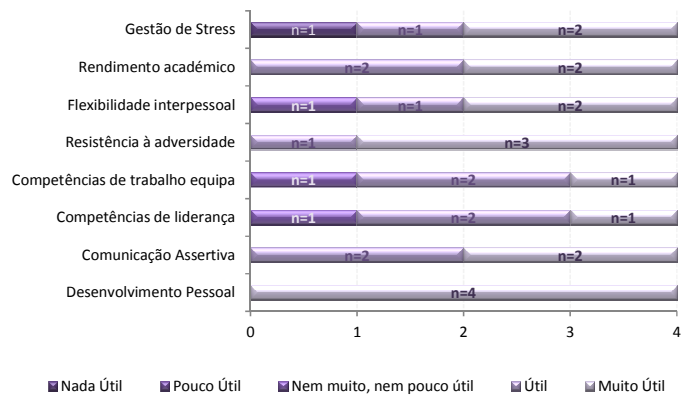
### Utilidade dos Exercícios Práticos do Workshop

Para a maioria (n=3) dos participantes o *Exercício Final* foi Muito Útil. No que respeita ao *Exercício de Apresentação*, um dos alunos considerou-o pouco útil.

### Impacto do Workshop

É sobre o *Desenvolvimento Pessoal* que a totalidade dos participantes considera que o Workshop será Muito Útil, seguindo impacto semelhante para 3 dos alunos sobre a Resistência à Adversidade.

Um dos alunos considerou o workshop pouco útil sobre a capacidade de gerir o stress, e nem muito, nem pouco útil sobre a flexibilidade interpessoal, as competências de trabalho em equipa e as competências de liderança.



### Adequação da duração do Workshop

Dois alunos consideraram que a duração do Workshop não foi a adequada, sugerindo que o mesmo deveria ser composto por mais sessões.

### Conclusões

As opiniões dos alunos participantes no Workshop *De Bom a Excelente* foram bastante positivas, a estrutura das Sessões, os temas abordados e sobretudo a sua utilidade e aplicabilidade à vida quotidiana foram os factores mais elogiados pelos inquiridos. No que respeita a sugestões de melhoria, apenas a registar os pedidos de aumento do número de sessões e do aprofundamento da temática da inteligência emocional.

**A totalidade dos Inquiridos recomendaria a outros alunos de elevado rendimento a participação no De Bom a Excelente.**