

CURSO COMUNICAÇÃO NÃO VIOLENTA NA PRÁTICA

Oficinas de Comunicação Não Violenta – CNV para treinar a escuta empática, expressão autêntica e ferramentas para transformar conflitos

Justificativa

O escopo central do projeto baseia-se em estabelecer a prática de habilidades sociais voltadas à cooperação, diálogo e escuta empática, utilizando-se do escopo teórico da Comunicação Não Violenta e técnicas de Mediação de conflitos para promover sensibilização, reflexão e treino sobre as relações interpessoais, padrões de comunicação existentes, tanto na vida profissional quanto pessoal e os impactos disso na qualidade de vida e saúde física e psíquica, objetivando de forma ampla a pacificação social.

A cultura da paz, segundo a Organização das Nações Unidas, pode ser entendida como um conjunto de valores, atitudes, tradições, comportamentos e estilos de vida que são baseados no respeito pleno à vida e na promoção de Direitos Humanos e das liberdades fundamentais, propiciando o fomento da paz entre as pessoas, os grupos e as nações (ONU, 1999).

Os conflitos nunca desaparecem, se transformam; isso porque, geralmente, tentamos intervir sobre o conflito e não sobre os sentimentos das pessoas. Por isso, é recomendável, na presença de um conflito pessoal, intervir sobre si mesmo, transformar-se internamente, então, o conflito se dissolverá (se todas as partes comprometidas fizerem a mesma coisa) (WARAT, 2001, p. 26).

Objetivo Geral

Promover conhecimento teórico e prático sobre *Comunicação Não Violenta*, como utilizá-la nas relações interpessoais e como ferramenta para a solução de conflitos.

Conhecer, treinar e vivenciar como realizar a escuta de forma a atender aos princípios da Comunicação Não Violenta e facilitar diálogos interpessoais, objetiva desta forma motivar soluções de problemas voltados à cooperação e promove um ambiente de trabalho salutar. Os temas relativos a conflitos utilizar-se-ão da abordagem específica em U para estruturar diálogos difíceis a partir das quatro etapas da Comunicação Não Violenta.

Objetivos Específicos

- Conhecer as quatro etapas da Comunicação Não Violenta.
- Conhecer sobre o funcionamento mental ao realizar julgamentos.
- Refletir sobre o impacto de julgamentos e interpretações nos diálogos.
- Reconhecer e nomear emoções e sentimentos.
- Compreender diferentes formas de expressão de sentimentos.
- Aprofundar o entendimento sobre a raiva
- Treinar percepção sobre sentimentos durante a escuta.
- Conhecer a relação entre sentimentos e necessidades.
- Aprender a visualizar necessidades durante diálogos.
- Aprender sobre aspectos objetivos ao realizar pedidos.
- Conhecer metodologia específica que utiliza as quatro etapas da CNV para lidar com conflitos e conversas difíceis

Resultados Esperados

De forma geral, ao final do curso, o participante adquirirá conhecimento acerca de Comunicação Não Violenta e como utilizá-la de forma prática durante as escutas e diálogos, contribuindo para a pacificação social.

Ementa

Comunicação Não Violenta. Etapas de Observação, Sentimentos, Necessidades e Pedidos. Questões conceituais sobre julgamentos, acesso a sentimentos, conexão com necessidades e elaboração de pedidos de forma

objetiva. Utilização dos conceitos e técnicas de Comunicação Não Violenta durante diálogos. Uso das habilidades aprendidas para situações de conflito. Metodologia U.

Público Alvo

O trabalho terá como público-alvo os servidores que lidam com o público diariamente, sendo indiretamente beneficiados os servidores de outras unidades envolvidas.

Conteúdo Programático

Unidade I: Observação e Julgamento

- Etapas da Comunicação Não Violenta
- Diferenças entre observação e julgamentos
- Possibilidades comportamentais e de escuta

Unidade II: Acessando Sentimentos

- Diferença entre sentimentos e pensamentos
- A relação entre o corpo e o sentir
- Diversas formas de expressar emoções e nomear sentimentos
- Lidando com a raiva

Unidade III: Necessidades

- Conceito e relação entre necessidade e sentimentos
- Compreensão acerca das necessidades no panorama dos conflitos
- Necessidades atuais e necessidades antigas

Unidade IV: Pedidos e Solução de conflitos

- Diferenças entre pedidos e exigências
- Aspectos importantes ao realizar pedidos
- Como utilizar as etapas para ouvir um conflito
- Ferramentas para cada momento da escuta
- Treino da metodologia em U

Instrutora

ISABELA CRISTINA PALUDO - Psicóloga e Mediadora de Conflitos no Tribunal de Justiça de Rondônia (TJRO). Graduação em Psicologia pela Universidade Federal de Rondônia (2009). Especialização em Psicologia Jurídica. Especialização em Terapia Familiar Sistêmica. Formação em Mediação Organizacional. Formação em Mediação Familiar. Formação em Mediação Judicial. Mestra em Direitos Humanos e Desenvolvimento da Justiça - DHJUS - Universidade Federal de Rondônia Atualmente é Analista judiciário - psicóloga e mediadora do Tribunal de Justiça do Estado de Rondônia, Chefe da Seção de Mediação, Conciliação e Terapia Familiar do Serviço de Apoio psicossocial às Varas de família de Porto Velho-RO.(**LATTES**).

Informações e inscrições:

Data: 1º, 8, 15 e 22 de julho de 2023

Horário: 8:00 às 12:00

Cidade: Porto Velho - RO

Local: HOTEL ECOS CLASSIC – Rua Paulo Leal, 611- Centro.

Incluso: Pasta em couro ecológico, Apostila, Caneta com marca texto, Bloco de Anotações, Certificado e Coffee Break .

Carga Horária: 16 h/a.

Investimento: R\$ 1.980,00

Contato: 0800 724 7720 ou 67 3348 3300

E-mail: contato@supercia.com.br

Dados para Empenho:

Supercia Capacitação e Marketing EIRELI.

CNPJ: 11.128.083/0001-15

Av. Eduardo Elias Zahran, 420 - Jardim Paulista – Campo Grande - MS - 79050-000

Certidões Negativas: <http://www.supercia.com.br/certidoes>

Dados Bancários:

Banco do Brasil: Ag. 2936-X c/c: 132867-0

Importante:

Política de cancelamento ou adiamento de inscrições de cursos:

Por Iniciativa da **SUPER CURSOS**: o curso poderá ser cancelado ou adiado por falta de quórum ou outras razões, com 24 horas de antecedência da data prevista para seu início.

Por Iniciativa do Participante: O cancelamento deverá ser solicitado até 72 horas de antecedência do início do curso, após este prazo não haverá devolução do valor pago. Há possibilidade de substituição do participante.