



## *Interagir, Educar e Motivar a partir da Comunicação Consciente*

A forma como comunicamos faz toda a diferença na intervenção com quem trabalhamos, na interação com quem nos relacionamos e pode ser facilitadora ou geradora de conflitos.

Comunicação Consciente, também conhecida por comunicação Não-Violenta, é uma metodologia que permite transformar padrões de pensamento que conduzem a discussões, mal entendidos, conflitos e criar relacionamentos interpessoais baseados no respeito mútuo e cooperação.

O método é aplicável a centenas de situações que exigem clareza na comunicação - em empresas e instituições, escolas, em contexto familiar e até em graves conflitos políticos.

Os princípios da comunicação consciente estão a ser aplicados com sucesso em escolas, empresas, prisões, hospitais, comunidades, zonas de conflito e numerosas situações por todo o mundo.

A educação em crianças e jovens, é o primeiro degrau de um longo caminho educativo com um peso decisivo no sucesso escolar e social dos jovens, bem como na sua formação enquanto cidadãos.

### **Objetivos gerais**

- Conhecer os princípios e componente da Comunicação Não Violenta(CNV) de Marshall Rosenberg;
- Reconhecer a importância de aplicar a CNV em diversos contextos (profissional, familiar, social);
- Desenvolver estratégias de aplicação prática da CNV em contextos diversificados.

### **Conteúdos**

- Conceito e pressuposto da Comunicação Não Violenta (CNV) de Marshall Rosenberg;
- Vantagens do uso da CNV;
- Elementos que bloqueiam a comunicação consciente;
- As 4 componentes da CNV das duas vertentes: expressar-se honestamente e receber com empatia.

### **Metodologia**

- Exposição oral, diálogo e debate de ideias;
- Visionamento de vídeos pedagógicos;
- Realização de atividades pedagógicas;
- Treino de situações através de role play/simulação para treino de competências.

## **Formador(a)** Sónia Araújo

Breve nota curricular: Especialista em Psicologia Clínica e da Saúde, Psicologia da Educação, Psicologia Comunitária e Sexologia. Pedagoga licenciada em Ciências da Educação. Pós-Graduada em Parentalidade e Educação Positiva. Formação em avaliação e intervenção com crianças e adolescentes. Treino avançado em inteligência emocional.

## **Destinatários**

Técnicos que trabalham com crianças e jovens( em contexto institucional, ATL ,Jardim de infância, infantário, ou outro), técnicos de CPCJ's, técnicos que intervêm com famílias, educadores, professores e todos os interessados em aprender a usar a comunicação consciente de forma a aumentar a motivação e mudança.

## **Local**

Centro D. Abílio Vaz das Neves (Rua D.Abílio Vaz das Neves, N°44 5340-248 Macedo de Cavaleiros)

## **Data e horário**

10 de fevereiro de 2020(09h30-13h00/14h00-17h30) - Duração de 7h

## **Inscrições**

Gratuitas para os associados da EAPN e 15 € para os restantes inscritos. Deverão ser formalizadas até ao próximo dia 6 de Fevereiro, através do preenchimento do formulário de inscrição.

## **Critérios de seleção**

Ordem de receção das inscrições

