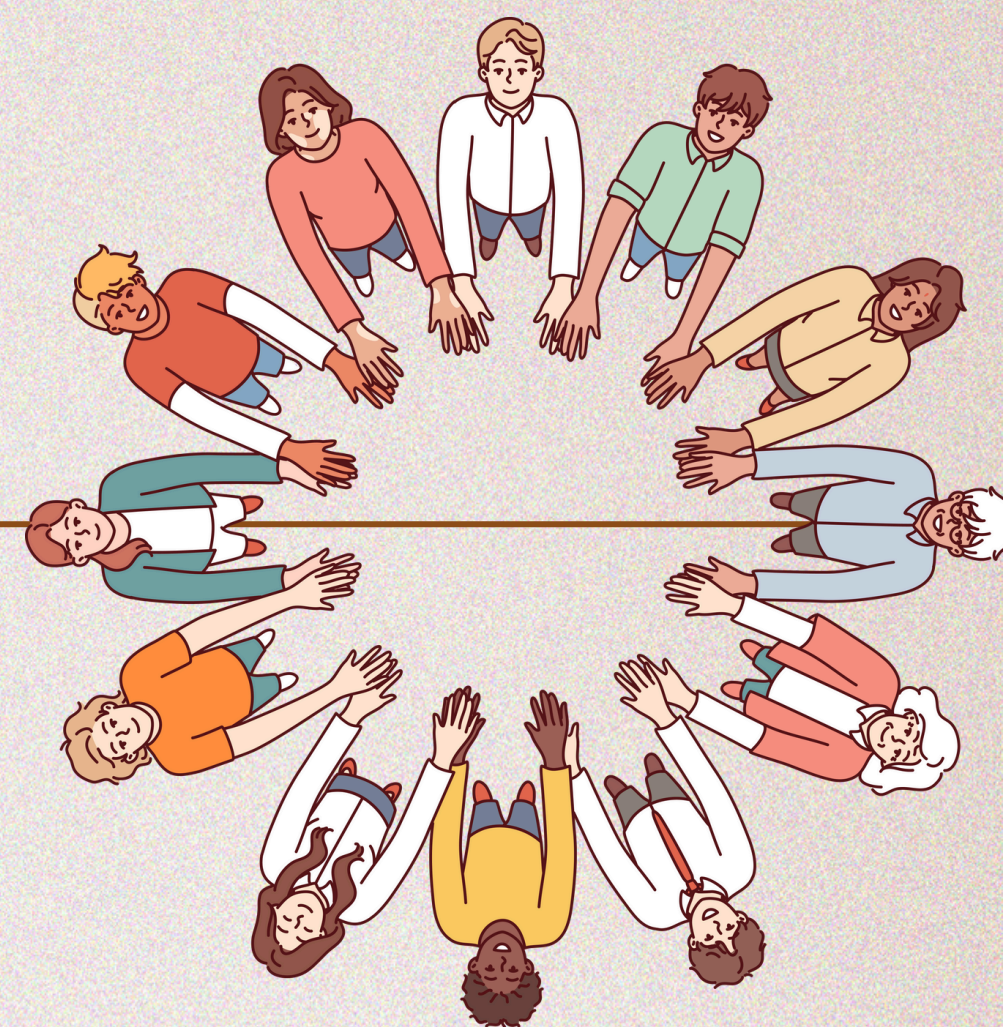


COMUNICAÇÃO NÃO VIOLENTA: A ESCUTA



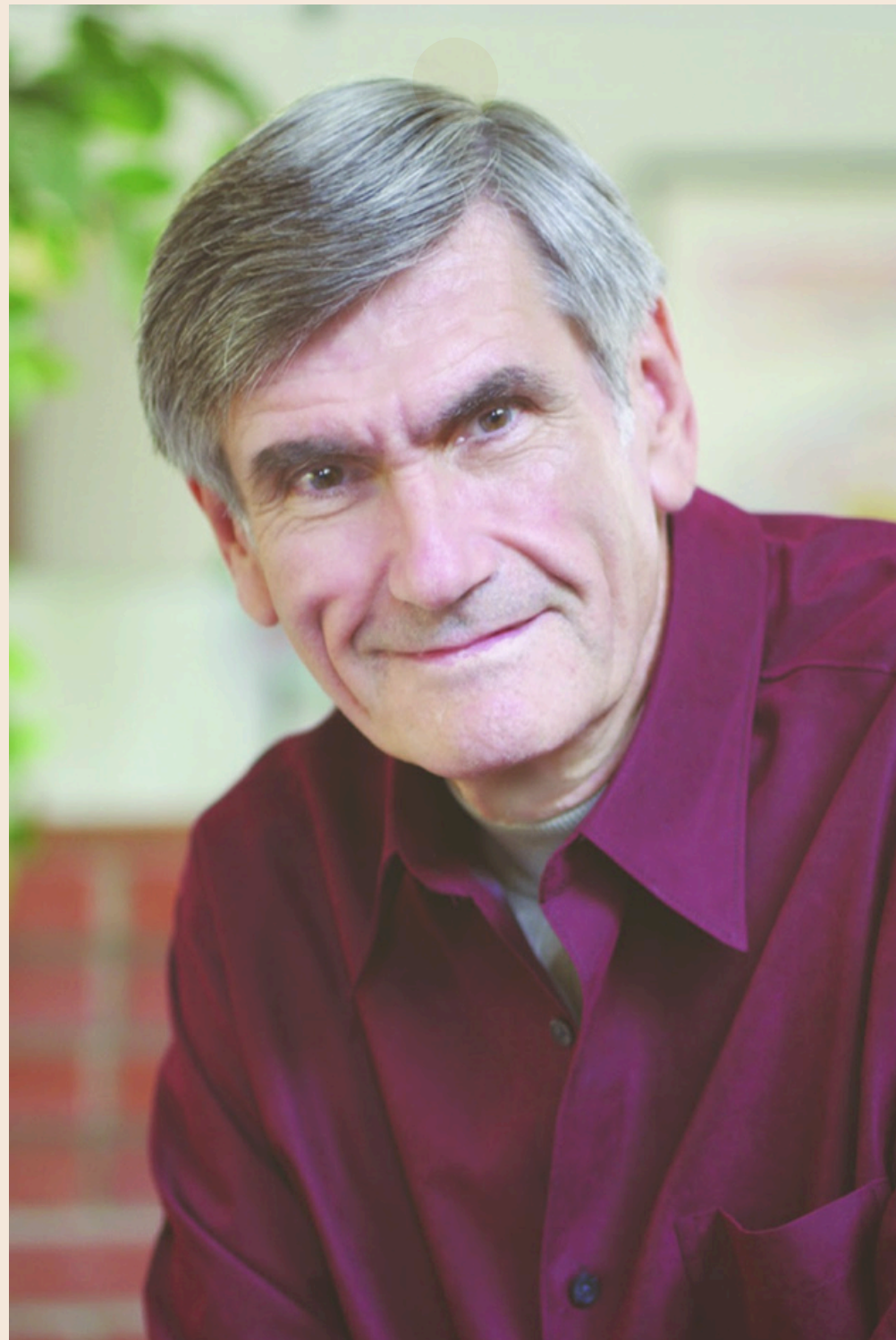
GORETI PEREIRA



**“A PRINCÍPIO ESTRANHA-SE.
DEPOIS, ENTRANHA-SE.”**

FERNANDO PESSOA

MARSHALL ROSENBERG



O QUE NOS DESLIGA DA
NOSSA NATUREZA
COMPASSIVA E O QUE
NOS MANTÉM
COMPASSIVOS AINDA
QUE EXPOSTOS À
VIOLÊNCIA?

**TUDO O QUE NÓS FAZEMOS
É PARA ATENDER UMA
NECESSIDADE NOSSA.**



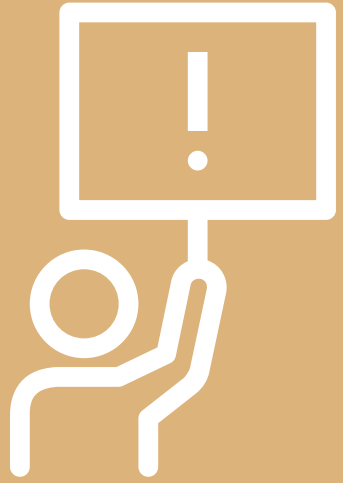
CARENTE

PREGUIÇOSA

EGOÍSTA

RELAXADA

**O JULGAMENTO É
UMA EXPRESSÃO
TRÁGICA DE UMA
NECESSIDADE NÃO
ATENDIDA**





CONCEITO DE CNV

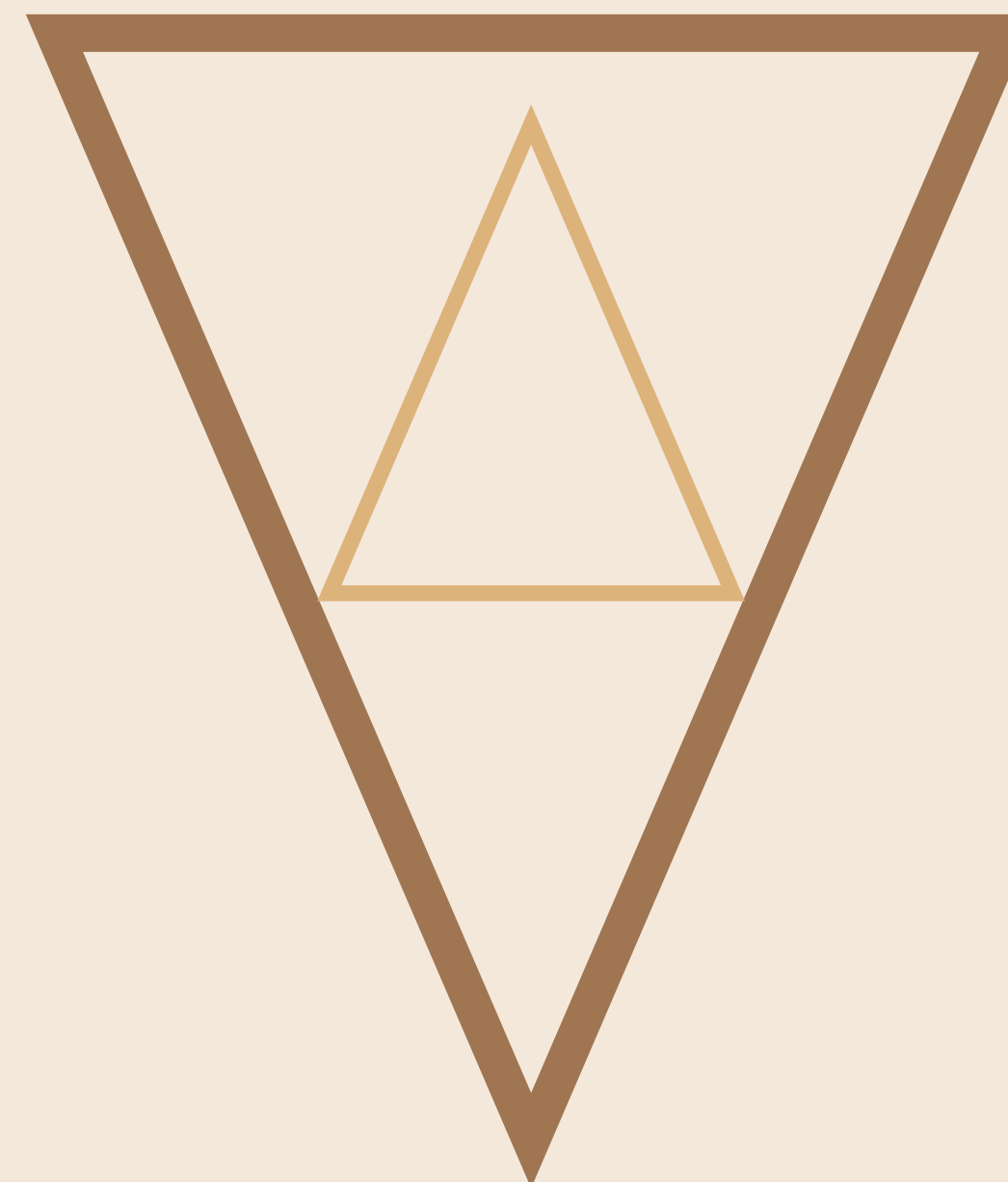
**“É UMA MANEIRA HUMANISTA DE
CONSIDERAR A VIDA. ELA NOS PROPÕE
UM MODO DE PENSAR E FALAR QUE SÓ
TRAZEM BONDADDE, CLAREZA, FORÇA,
CRIATIVIDADE E ALEGRIA EM NOSSAS
EXISTÊNCIAS”**

ANNE VAN SAPPEN

**PILARES DA
COMUNICAÇÃO
NÃO
VIOLENTA**

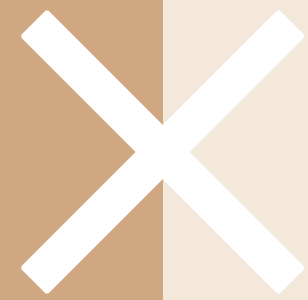
AUTENTICIDADE

EMPATIA



**AUTOCONEXÃO
AUTOCOMPAIXÃO**

IMPACTO



INTENÇÃO

**“A GENTE NUNCA DIZ O QUE QUER
DIZER E NINGUÉM ESCUTA O QUE A
GENTE QUIS DIZER”**

FRANCISCO BOSCO

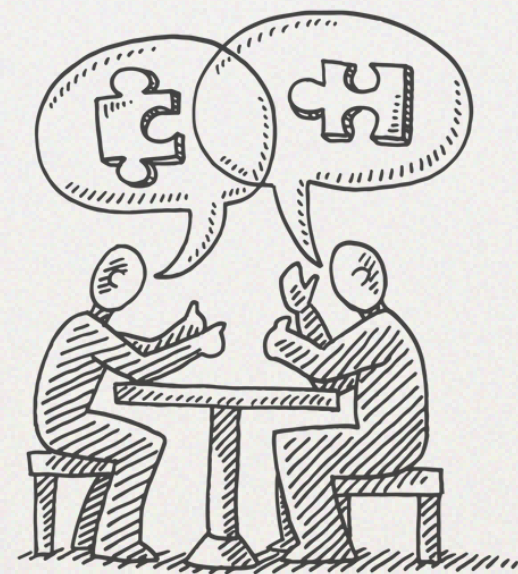


“A COMPREENSÃO MÚTUA ENTRE OS SERES HUMANOS, QUER PRÓXIMOS, QUER ESTRANHOS, É DAQUI PARA FRENTE VITAL PARA QUE AS RELAÇÕES HUMANAS SAIAM DE SEU ESTADO BÁRBARO DE INCOMPREENSÃO”

EDGAR MORIN



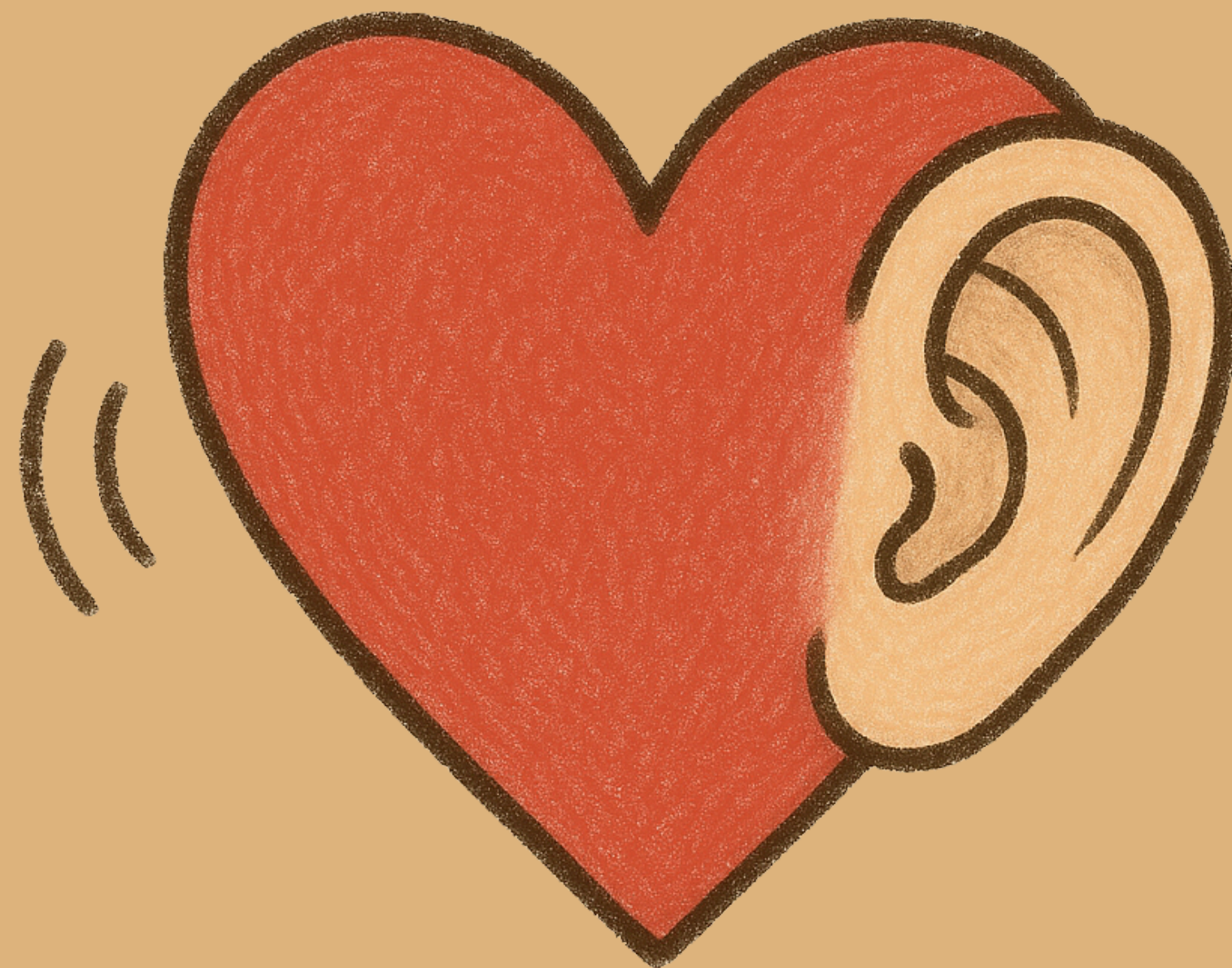
**“É PRECISO ENSINAR
A COMPREENSÃO HUMANA”**



EDGAR MORIN

**“MULTIDÕES SÃO MOVIDAS
POR GRANDES ORADORES,
MAS VIDAS SÃO MUDADAS
POR GRANDES OUVINTES”**

LORD JONATHAN SACKS



An illustration on a solid tan background showing a human brain with its characteristic folds. Two hands, rendered in a light greyish-blue tone, are shown stitching the top of the brain with a thin needle and a red thread. The hands are positioned at the top of the brain, with the left hand holding the needle and the right hand holding the thread. The brain itself is a light tan color with dark brown outlines for its gyri and sulci. The overall style is minimalist and artistic.

**“ATENTA PARA AS SUTILEZAS QUE NÃO SE DÃO EM
PALAVRAS, COMPREENDE O QUE NÃO SE DEIXA CAPTURAR
PELO ENTENDIMENTO”**

RUMI

**“EMPATIA NOS PERMITE PERCEBER
NOSSO MUNDO DE UMA MANEIRA
NOVA E IR EM FRENTE”**

CARL ROGERS

PALAVRAS CHAVE

CORAGEM

DESACELERAR

ACEITAÇÃO

HUMILDADE

CURIOSIDADE

PRESENÇA

PARA
OLHOS
ATENTOS
TUDO É
POESIA

EMPATIA

É SE COLOCAR NO OUTRO?

SERÁ?



EMPATIA NÃO É SE COLOCAR NO LUGAR
DO OUTRO, POIS NUNCA CONSEGUIREMOS
ALCANÇAR SEU LUGAR.
CADA SENTIR É **ÚNICO**.



GORETI PEREIRA

BLOQUEIOS DA EMPATIA



DAR UMA LIÇÃO

JULGAR

PERGUNTAR COM A INTENÇÃO DE INTERROGAR

DAR CONSELHOS

FAZER UMA GRACINHA OU UMA PIADA

MUDAR DE ASSUNTO

CONTAR UMA HISTÓRIA

COMPETIR PELO SOFRIMENTO

POSITIVAR A SITUAÇÃO

NÍVEIS DE EMPATIA



**ESCUTA
SILENCIOSA**



**ESCUTA
EMPÁTICA**



**ESCUTA
ATIVA**



**“NÃO PODEMOS MUDAR O OUTRO, NO ENTANTO, A
MANEIRA COMO NOS COMUNICAMOS MUDA O RUMO
DAS CONVERSAS. AS CONVERSAS, POR SUA VEZ,
NÃO RARAS VEZES MUDAM O RUMO DAS
HISTÓRIAS.”**

GORETI PEREIRA

COMO VOCÊ PODE ME ENCONTRAR?



(051) 999110607



LINKEDIN.COM/IN/GORETI-NPEREIRA



@GORETINPEREIRA



GORETINPEREIRA@HOTMAIL.COM



**EDUCAR
PARA SENTIR**