



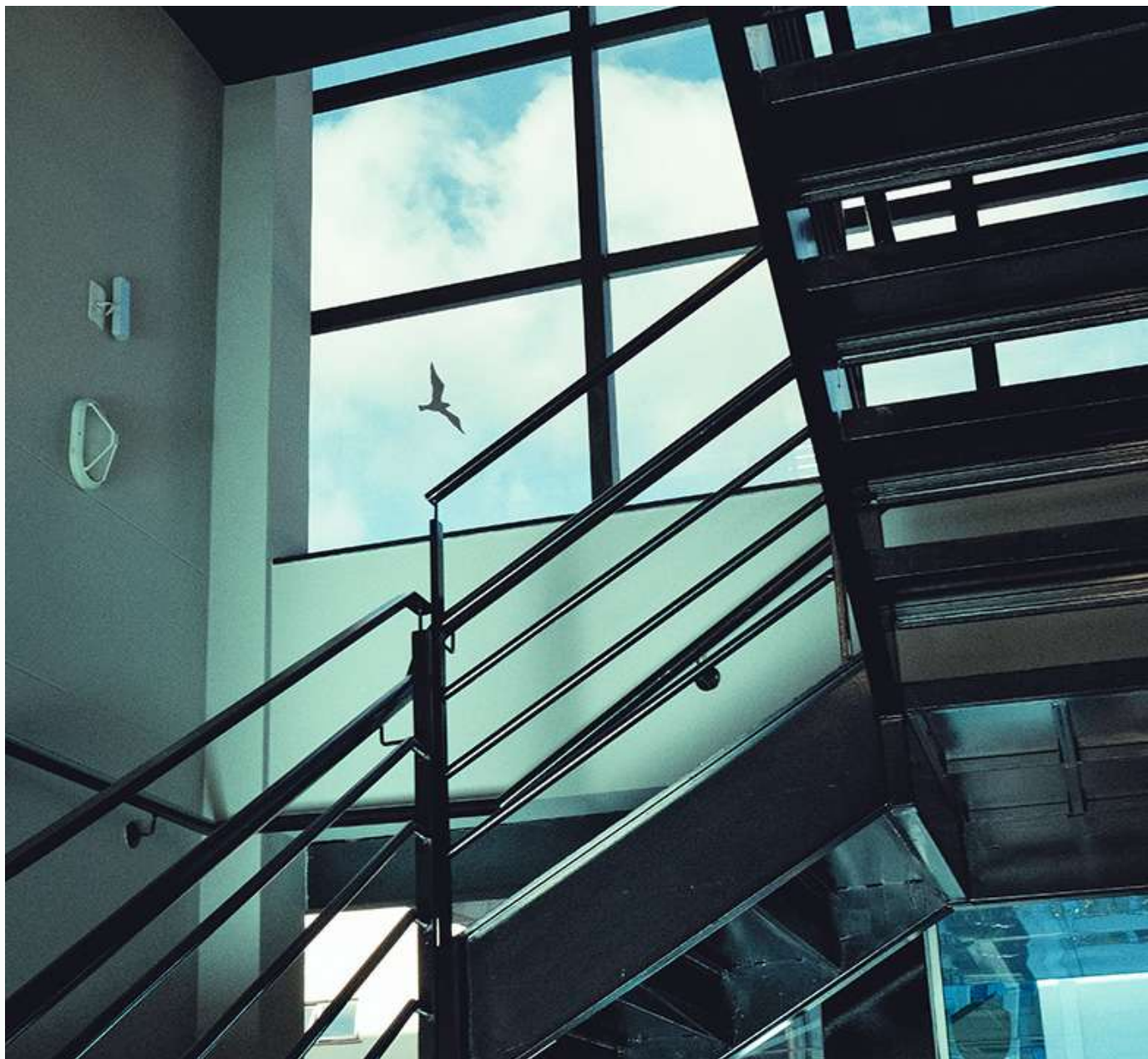
hub de conhecimento
Fritz Müller

COMUNICAÇÃO NÃO VIOLENTA

Com a Professora Patrícia Silveira

Introdução

A Comunicação Não Violenta (CNV), desenvolvida por Marshall Rosenberg, oferece ferramentas para melhorar as relações interpessoais, fortalecer conexões e promover uma comunicação mais clara, autêntica e respeitosa. O curso apresenta os princípios e as práticas da CNV, ajudando os participantes a expressarem sentimentos e necessidades, estabelecerem limites, lidarem com opiniões divergentes e desenvolverem relações mais saudáveis nos contextos pessoal e profissional.





Objetivos

O curso tem como objetivo aprimorar as habilidades de comunicação e relacionamento interpessoal por meio dos princípios da Comunicação Não Violenta (CNV). Os participantes serão estimulados a expressar seus sentimentos, necessidades e opiniões com clareza e respeito, desenvolver a escuta ativa e empática, compreender diferentes perspectivas e lidar com conflitos de maneira construtiva.

A proposta também busca fortalecer vínculos, estabelecer diálogos mais autênticos e realizar pedidos de forma objetiva e eficaz, promovendo relações mais respeitosas e colaborativas no ambiente pessoal e profissional.



Para quem é

Direcionado à capacitação de profissionais que desejam ter uma comunicação mais assertiva e empática nos relacionamentos interpessoais, que buscam maior efetividade na gestão dos conflitos.

Metodologia

O curso utiliza uma abordagem teórico-prática, com atividades interativas que estimulam a participação, a reflexão e o desenvolvimento de habilidades de comunicação. Por meio de aulas dialogadas, discussões em grupo, dinâmicas, exercícios práticos, vídeos, músicas, estudos de caso e simulações de situações cotidianas, os participantes terão a oportunidade de compartilhar experiências, ampliar sua percepção sobre as relações interpessoais e praticar os princípios da Comunicação Não Violenta, aplicando-os de forma consciente e empática nos contextos pessoal e profissional.



O que você vai aprender



- **Fundamentos da Comunicação Não Violenta (CNV)**

Histórico, fundamentos e princípios da CNV.

Os quatro componentes da CNV e suas principais distinções.

Como diferenciar observações de julgamentos.

A relação entre interpretações, sentimentos e comportamentos.

Como reconhecer necessidades por trás de sentimentos e reações.

Como formular pedidos claros, conscientes e possíveis.

Escuta ativa e empática.

Expressão autêntica, clara e respeitosa.

Feedback construtivo com CNV.

O que você vai aprender



- **CNV nas Relações Profissionais e Pessoais**

Estratégias para fortalecer a conexão e a confiança nas relações de trabalho.

Como transformar fofocas, críticas e julgamentos em conversas construtivas.

Como expressar incômodos, opiniões e limites com clareza e respeito.

Como escutar em situações de tensão e lidar com conversas difíceis.

Prevenção e resolução construtiva de conflitos.

Comunicação consciente e colaboração entre equipes e lideranças.

- **Prática e Integração da CNV**

Exercícios práticos a partir de situações reais do ambiente corporativo.

Aplicação das ferramentas da CNV aos desafios cotidianos de comunicação.

Reflexão sobre padrões pessoais de comunicação e suas consequências nas relações.

Planejamento de ações para incorporar a CNV à rotina profissional.

Professora Patrícia Silveira

Apresentadora do Jornal do Almoço (NSC TV Blumenau, afiliada Rede Globo), atua na área de Comunicação desde 2005. É formada em Jornalismo e pós-graduada em Gestão da Comunicação Empresarial. Especialista em Comunicação Não Violenta (CNV) - fez mais de 340 horas de cursos, formações e imersões com algumas das maiores referências do país em CNV, como por exemplo: Yuri Haasz e Sandra Caselato, Carolina Cassiano e Sven Fröhlich, Carolina Nalon, Centro de Mediadores, entre outros. Faz palestras e workshops em empresas, instituições públicas e abertos ao público desde 2022.

Algumas empresas e instituições já atendidas com CNV: NSC TV, Instituto Chico Mendes (ICMBio), Apae, Rede de Educação Adventista, palestra no Dia Municipal da Paz em Florianópolis, entre outros.

Informações do Curso

- **Datas:** 09, 16, 23, 30/03
- **Horário:** 18h às 22h
- **Carga horária:** 16h
- **Local:** Fritz Müller - Blumenau - R. Iguaçu, 151 - Itoupava Seca

Investimento

10x R\$ 197 (cartão de crédito) ou
6x R\$ 328,33 (boleto)

Total: R\$ 1.970,00

Importante: Sua inscrição será confirmada assim que o pagamento da primeira parcela for efetuado.

A abertura da turma depende do número mínimo de inscritos. Se não for alcançado, o valor pago será devolvido integralmente.

Cientes

ALTONA

ANDRITZ

BLUKIT

BN PAPÉIS

BÜHLER

CIA DA MEIA

DIMY

DÖHLER

ELG

FAKINI

FEY

HACO

INCAPE

KARSTEN

KOERICH

LINCE

LUNELLI

REDE COOPER

RUDOLPH

SCHRADER

SEMEX

UNICRED

UNIMED

ZATA



fundacaofritzmuller.com.br
[@fundacaofritzmuller](https://twitter.com/fundacaofritzmuller)

Vale do Itajaí
47 9 9171 1657

Alto Vale, Planalto e Oeste
47 9 9965 9529

Norte
47 9 9632 4774

Sul
48 9 9976 0378

Sede Fritz Müller Blumenau | Rua Iguaçu, 151 - Itoupava Seca