

COMUNICAÇÃO COM CONSCIÊNCIA

Neurociência, Escuta e
Comportamento para
Relacionamentos Humanizados.

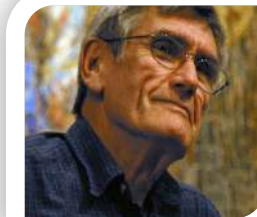
PROPOSTA TÉCNICA
4 horas



LCM
treinamento

CONSIDERAÇÕES INICIAIS

*“A expressão Comunicação Não-Violenta, foi utilizada pelo psicólogo **Marshall Rosenberg** em seu livro homônimo, como uma abordagem da comunicação, que compreende as habilidades de falar e ouvir, estabelecendo uma conexão consigo e com os outros.*



OBJETIVOS PRINCIPAIS

- Aprimorar nos participantes a forma de interagir e se comunicar, por meio de um conjunto de novas ferramentas de expressão autêntica e escuta empática.
- Proporcionar conhecimento dos Pilares da CNV facilitando desta forma a prevenção de conflitos, agregando valor ao processo de comunicação na empresa.
- Inspirar a construção de um ambiente seguro para que a comunicação possa fluir no dia a dia com eficiência e eficácia.
- Aprimorar a linguagem da CNV com potencial para modificar a sua forma de se relacionar com os outros e consigo mesmo.

METODOLOGIA

A **LCM** utiliza uma metodologia fundamentalmente interativa buscando conduzir e intensificar o processo de desenvolvimento e aprendizagem dos participantes. O treinamento será estruturado a partir de Técnicas e Ferramentas de Condução de Grupo e serão aplicadas atividades e recursos **diversificados** tais como:

Dinâmicas – Vídeos – Atividades – Exposição Conceitual

Carga horária: 4 horas

COMUNICAÇÃO CONSCIENTE: uso da linguagem de forma **intencional e responsável**

- Preconceitos, crenças e automatismos.
- A linguagem que isenta de responsabilidade.
- Crenças limitantes e vieses inconscientes: como influenciam comportamentos, decisões e relacionamentos.

CONEXÃO EMOCIONAL

- O Poder da **Empatia**: a base nas necessidades humanas e na empatia.
- Cuidados com a **miopia do espelhamento**: “ver o outro a partir dele e não de si mesmo.”
- Autoconhecimento e a conexão generosa consigo mesmo.

ESCUTA ATIVA : o poder da presença

- Impacto da escuta ativa na comunicação. Você é um bom ouvinte?
- Técnicas para melhorar a capacidade de ouvir e compreender os outros.

CNV-Comunicação Não Violenta

- Significado e propósito da CNV.
- Identificando formas violentas de comunicação:
 - julgamentos moralizadores, comparações, transferência e negação de responsabilidade, aconselhamento, sequestro da fala.

OS 4 PILARES DA CNV

- **Observação**: sem avaliar e distinguindo observações de avaliações.
- **Sentimentos**: identificar e expressar sentimentos quando necessidades estão/ou não sendo atendidas.
- **Necessidade**: na raiz dos sentimentos.
- **Ações**: fazendo pedidos específicos que enriquecerão nossa vida.

COMUNICAÇÃO E PREVENÇÃO DE CONFLITOS

- O que é o conflito? Por que o Conflito assusta?
- Visão tradicional x visão contemporânea: **inevitáveis e gerenciáveis**.
- O Poder das perguntas: Ferramenta para abertura de diálogo e de desconstrução de mal-entendidos.
- Neurociência da confiança: como estimular um ambiente onde as pessoas possam falar sem medo.
- Mentalidade da Escassez x Mentalidade da Abundância: como interpretamos recursos, oportunidades e relações.



Estamos à disposição
para maiores esclarecimentos

Tel: (21) 98212-5554

Adriana M. Schorr

Relacionamento com o Cliente

Obrigada!