



DIRETORIA GERAL DE GESTÃO DE PESSOAS

Escola de Administração Judiciária – ESAJ
Divisão de Ensino e Pesquisa – DIEPE

IMPORTANTE: sempre verifique no site do TJRJ se a versão impressa do documento está atualizada.

ROTEIRO DE *WORKSHOP*

Título: Comunicação Não Violenta

Instrutores:

1º dia

2º dia

3º dia

Público-alvo: servidores e colaboradores que atuam no TJRJ.

Carga horária: 6 (seis) horas - O *Workshop* será realizado em 3 (três) dias com encontros de 2 (duas) horas.

Autorização de Desenvolvimento

Diretor da ESAJ:

Data:

Objetivos do *workshop*

O curso visa ampliar as chances de mitigar conflitos, promovendo maior conexão nas relações entre as pessoas. Busca ampliar a autoconexão e a compreensão da nossa compassividade, promovendo a cultura da paz e a educação cooperativa. Exercita a forma de se expressar honestamente, ofertando e recebendo empatia.



DIRETORIA GERAL DE GESTÃO DE PESSOAS

Escola de Administração Judiciária – ESAJ
Divisão de Ensino e Pesquisa – DIEPE

IMPORTANTE: sempre verifique no site do TJRJ se a versão impressa do documento está atualizada.

DESCRIÇÃO DO CONTEÚDO E DAS ATIVIDADES

Aula 1	<p>Apresentação do instrutor, do curso e dos participantes.</p> <p><u>Conteúdo:</u> conceito de cultura de paz, habilidades colaborativas e pensamento coletivo; o manifesto 2000 e a ONU.</p> <p>Origem e conceito da Comunicação Não Violenta; apresentação da técnica da CNV como uma escolha para o aprimoramento dos relacionamentos nas relações intrapessoais e interpessoais; desenvolvimento de segurança e tranquilidade ao se comunicar, inclusive em diálogos difíceis.</p> <p><u>Atividades:</u> exposição teórica de conceitos; vídeos e debates; dinâmicas em grupo.</p>
---------------	---



DIRETORIA GERAL DE GESTÃO DE PESSOAS

Escola de Administração Judiciária – ESAJ
Divisão de Ensino e Pesquisa – DIEPE

IMPORTANTE: sempre verifique no site do TJRJ se a versão impressa do documento está atualizada.

DESCRIÇÃO DO CONTEÚDO E DAS ATIVIDADES

Aula 2	<p><u>Conteúdo:</u> componentes da Comunicação Não Violenta segundo seu idealizador, Marshall Rosenberg; o exercício da capacidade de observação sem julgamento; expressão de sentimento e necessidades; realização de pedidos: certos, possíveis e realizáveis.</p> <p>Reconhecimento das formas de comunicação empática através dos componentes da CNV; uma mudança de paradigma na forma de se relacionar.</p> <p>Módulo que visa o desenvolvimento das habilidades necessárias ao exercício da CNV: empatia, escuta ativa e compassiva; a assunção de responsabilidade como habilidade necessária à comunicação.</p> <p><u>Atividades:</u> exposição de conceitos; vídeos e debates; dinâmicas em grupo ou dupla.</p>
---------------	---



DIRETORIA GERAL DE GESTÃO DE PESSOAS

Escola de Administração Judiciária – ESAJ
Divisão de Ensino e Pesquisa – DIEPE

IMPORTANTE: sempre verifique no site do TJRJ se a versão impressa do documento está atualizada.

DESCRIÇÃO DO CONTEÚDO E DAS ATIVIDADES

Aula 3	<p>Bloqueios ao exercício da Comunicação Não Violenta – conhecendo as dificuldades e limites da utilização da CNV; o “não” e a raiva.</p> <p>Exercícios práticos visando a capacitação dos servidores/alunos na utilização da Comunicação Não Violenta (CNV) consigo mesmos, nos relacionamentos pessoais e profissionais.</p> <p>Atividades: exposição de conceitos; vídeos e debates.</p>
---------------	---



DIRETORIA GERAL DE GESTÃO DE PESSOAS

Escola de Administração Judiciária – ESAJ
Divisão de Ensino e Pesquisa – DIEPE

IMPORTANTE: sempre verifique no site do TJRJ se a versão impressa do documento está atualizada.

Recursos materiais

Data show e material teórico impresso.

Verificação final e aprovação

Verificação pelo Chefe do SEDAC:

Data:

Aprovação do Diretor da DIEPE:

Data:

Observações: O *Workshop* será realizado em 3 (três) dias com encontros de 2 (duas) horas.