

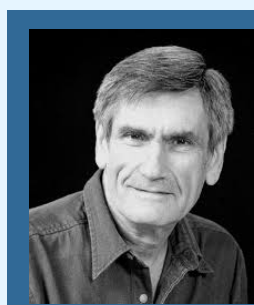
COMUNICAÇÃO NÃO VIOLENTA

CNV

VOCÊ SABIA?

- Cerca de **70%** dos problemas nas empresas são causados por **má comunicação**.
- Aproximadamente **90%** do seu sofrimento é causado por sua **interpretação** sobre uma informação.
- Podemos evitar **conflitos familiares** sem desrespeitar nossas crenças e regras.

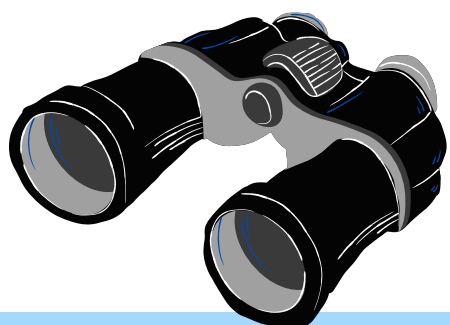
A CNV é uma metodologia de comunicação pacífica que tem como objetivo uma melhor interação entre as pessoas, para evitar conflitos e violência. Foi com ela que muitas pessoas melhoraram seus relacionamentos interpessoais, independente da situação em que elas se encontravam.



Criado por Marshall B. Rosenberg

APLICANDO O MÉTODO NO DIA-A-DIA:

1. OBSERVAÇÃO



O que aconteceu de fato?

2. SENTIMENTO



O que está sentindo?

3. NECESSIDADES



Do que precisa?

4. PEDIDO

POR FAVOR...

Explique suas observações e peça!

POR QUE USAR?

- Diálogos melhores;
- Desenvolvimento da compaixão, empatia e outros sentimentos humanos;
- Melhor convivência entre as pessoas;
- Espírito cooperativo;
- Reflexão antes de agir ou falar;
- Estímulo da interpretação.



Feito por:

Ericka M. da Silva; Gabriel C. Ortega; Jaqueline D. de Oliveira; Jaqueline Vitorina de C. Queiroz; Lohana P. de Cerqueira; Marcela Couto C. Pinto dos Santos.

Fatec Mauá - Logística - Manhã - LPO-001