



COVILHÃ 15 e 16 DE JUNHO

SEXTA: 17h30-21h30 | SÁBADO: 09h00-18h00



Workshop de **COMUNICAÇÃO NÃO VIOLENTA**

O poder do coração pacífico

Aprender a comunicar é uma arte que envolve uma elevada autoconsciência das próprias necessidades e valores pessoais, assim como treino na observação das necessidades e valores pessoais dos outros. Grande parte do conflito humano tem na origem essa falta de consciência e de treino. Nesta formação vamos treinar técnicas assertivas de expressão que promovem a aproximação humana perante as diferenças.

Objetivos do workshop

- ✓ Aprender as bases do modelo de **COMUNICAÇÃO NÃO VIOLENTA**, de Marshall Rosenberg.
- ✓ Estabelecer **bases de comunicação assertiva douradoras** em grupos humanos.
- ✓ **Criar hábitos de autoconsciência emocional** e de assunção de necessidades.
- ✓ **Entender estratégias de comunicação que não funcionam** e aprender a comunicar de uma forma inteligente
- ✓ **Assumir o conflito** e entendê-lo como oportunidade de fortalecimento da relação entre as partes.
- ✓ Aplicar a CNV ao serviço do próprio **Desenvolvimento Pessoal**

Facilitador: Mário Madrigal – Coordenador Núcleo Desenvolvimento Humano da Wakeseed (www.mariomadrigal.com)

Local: Ananda Room – Rua Comendador Campos de Melo nº40, 3º - COVILHÃ

Preço: €70. 2 ou mais inscrições em simultâneo: €60 por participante. Vagas limitadas

Workshop Solidário

**25% DAS RECEITAS DESTES WORKSHOPS VÃO DIRETAMENTE PARA A MELHORA DAS CONDIÇÕES BÁSICAS DE DUAS ESCOLAS NA ÍNDIA apoiadas pela AMURT:
Chandannagar School – West Bengal e Talcher School – Orissa**

Informações e inscrições: covilha@anandamarga.pt | Tel: 960 062 138