

FARO

22- 23

FEVEREIRO 2019

SEXTA: 17h00-22h00

SÁBADO: 09h30-17h30



ASSOCIAÇÃO PARA O PLANEAMENTO DA FAMÍLIA



# Workshop COMUNICAR COM CONSCIÊNCIA

*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 duradoras 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 Pessoal da Wakeseed ([www.mariomadrigal.com](http://www.mariomadrigal.com))



**Local: APF Algarve** | Edifício Ninho de Empresas – Centro de Incubação de Faro  
Rua Monsenhor Henrique Ferreira da Silva nº9 | 8005-137 FARO

**Preço:** €75 (2 ou mais inscrições em simultâneo: €65 por participante). Vagas limitadas

**Inscrições:** por ordem de chegada a [formacaoapfalgarve@gmail.com](mailto:formacaoapfalgarve@gmail.com) ou Tel: 289863300