

ENCONTRO NACIONAL DO  
MOVIMENTO FAMILIAR CRISTÃO

# 21º ENA

Rio Grande-RS  
Julho de 2022

## Comunicação Não Violenta: Por uma cultura de paz nas relações familiares

Muriel



# COMUNICAÇÃO NÃO VIOLENTA

## PLANO DE ATIVIDADES DA OFICINA

**Nome da oficina:** Comunicação Não Violenta: Por uma cultura de paz nas relações familiares.

**Duração:** 2h15

### OBJETIVO GERAL:

Contribuir para o aprimoramento da comunicação e consequentemente apoiar a construção de relações familiares mais saudáveis dos participantes do 21º Encontro Nacional do Movimento Familiar Cristão.

### OBJETIVO ESPECÍFICO:

Possibilitar uma reflexão sobre a forma como expressamos nossos sentimentos e necessidades nas nossas relações familiares, compreender de forma prática que podemos escolher a forma como vamos nos comunicar e escutar. Desenvolver a empatia, conexão, autenticidade e compassividade nas nossas relações intrapessoais e interpessoais.

### DESENVOLVIMENTO DA OFICINA:

Apresentação do tema aos participantes, por intermédio de slides, com perguntas reflexivas e dinâmicas ao longo da exposição do tema. Ao final, vamos criar estratégias que podem nos apoiar a levar o que descobrimos na oficina para a casa.

### MATERIAIS UTILIZADOS OU RECURSOS:

Projektor de slides, computador, bexiga, palito de dente, 100 fls A4, 30 canetas, 1 bloco papel A1, 1 caneta pilot.

### Referência de Bibliografia:

Comunicação não-violenta : técnicas para aprimorar relacionamentos pessoais e profissionais / Marshall B. Rosenberg ; [tradução Mário Vilela] – São Paulo: Ágora, 2006