PROGRAMA PEDAGÓGICO

INSTITUIÇÃO DE ENSINO	
RAZÃO SOCIAL:	CURSOS VIRTUAIS LTDA
NOME FANTASIA:	CURSOSVIRTUAIS.NET
CNPJ:	08.179.401/0001-62
REGISTRO ABED:	7734 - CATEGORIA INSTITUCIONAL

CURSO	
NOME:	COMUNICAÇÃO NÃO VIOLENTA - CNV
MODALIDADE:	CAPACITAÇÃO LIVRE OFERTA - EAD

Metodologia: O conteúdo do curso é disponibilizado ao aluno para estudo online em uma interface diagramada de fácil navegação AVA (Ambiente Virtual de Estudos). O acesso ao material é bastante intuitivo e proporciona uma experiência de interatividade no processo de aprendizagem a distância. O curso conta com a realização de atividade avaliativa ao término de cada aula/módulo e também realização da prova final.

Formato: O curso é ofertado de forma assíncrona e conta com atividades complementares síncronas, permitindo que o aluno organize seus estudos conforme sua disponibilidade. Os módulos de aprendizado são liberados de maneira assíncrona e progressiva, sendo necessário concluir cada etapa para avançar à seguinte. Complementarmente, o curso conta com atividade síncrona por meio do suporte em tempo real com o professor, disponível às terças e quintas-feiras, das 15h às 16h, na ferramenta de tira-dúvidas.

Tutoria e formas de interação: Os alunos recebem suporte de uma tutoria especificamente designada. A interação é realizada por meio do da Área do Aluno, no Ambiente Virtual de Estudos (AVA). A tutoria consiste na assistência didática, compartilhamento de informações, troca de experiências visando o melhor aproveitamento dos conteúdos estudados.

Prova final/Certificação: A prova final é quantitativa. A geração do certificado é condicionada à verificação de aproveitamento mínimo de 70% (setenta por cento) na prova final. O curso conta com ferramenta de avaliação de conteúdo (aprendizagem) correspondente à carga horária certificada.

Organização curricular: O curso apresenta organização curricular elaborada a partir de projetos pedagógicos específicos por uma equipe pedagógica multidisciplinar, que acompanha toda a concepção dos conteúdos.

Tecnologia de EAD/e-learning: Após a elaboração dos conteúdos é realizada a migração para o ambiente de estudos na área do aluno, que é um AVA otimizado para nossa plataforma de ensino.

Materiais didáticos: O conteúdo programático é desenvolvido com base em apostilas e outros materiais didáticos atualizados. Além do material de estudo, o aluno conta com diferentes ferramentas de aprendizagem, como grupo de estudos com tutor/professor, tira-dúvidas por inteligência artificial, atividades avaliativas ao longo das aulas e prova final para avaliação do aprendizado.

Interação e suporte administrativo: O curso conta – além do suporte de tutoria - com uma infraestrutura de apoio que prevê a interação entre alunos e professores/tutores; e alunos e equipe de apoio administrativo. Essa interação é garantida por meios eletrônicos e/ou por meio telefônico, conforme o caso. O Ambiente Virtual de Estudos (AVA) utilizado pela CURSOS VIRTUAIS LTDA é uma

plataforma proprietária, desenvolvida e atualizada permanentemente.

Sobre a instituição de ensino: A CURSOS VIRTUAIS LTDA é uma escola de educação à distância. Iniciamos nossas atividades em 2006 e contamos com mais de 500 mil alunos matriculados em diversos cursos. Além disso, somos associados da ABED - Associação Brasileira de Educação a Distância. Legalmente constituída inscrita no CNPJ 08.179.401/0001-62, atua com a idoneidade e credibilidade auxiliando diversos órgãos públicos e empresas privadas, além de milhares de profissionais, servidores públicos, estudantes e professores de todo o país.

ESTRUTURA DO CURSO - COMPONENTES CURRICULARES

NOME DA CAPACITAÇÃO: Comunicação Não Violenta - CNV

BASE LEGAL: CF/88, arts. 206, II, e 209; na LDB 9.394/96, arts. 39, § 2º, I, e 40; e no Decreto 5.154/2004, art. 3, em consonância com a Resolução CNE/CP 1/2021 (MEC), arts. 14 e 37, quanto à formação e aperfeiçoamento profissional.

OBJETIVO DE APRENDIZAGEM: Capacitar o aluno a compreender profundamente os princípios e práticas da CNV, desenvolvendo habilidades de comunicação empática e assertiva. Ao longo do curso, o aluno será incentivado a aprimorar sua capacidade de identificar e expressar necessidades de maneira clara e respeitosa, facilitando o diálogo e a resolução de conflitos de forma construtiva. Além disso, o curso visa fortalecer a competência crítica e analítica do aluno, permitindo-lhe aplicar os conceitos da CNV em contextos diversos, tanto pessoais quanto profissionais.

ATIVIDADES/AULAS:
1) Inteligência Emocional
2) Comunicação Não Violenta : Transformação de conflitos
3) Comunicação Não Violenta (CNV)
4) CNV no dia a dia

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO DETALHADO:
Significado e importância de seu bom desenvolvimento
Conhecer as próprias emoções (autoconhecimento)
Controle das próprias emoções (autocontrole)
Capacidade de motivar a si mesmo (automotivação)
Empatia
Bom relacionamento interpessoal
Inteligência emocional e comunicação
Inteligência emocional e conflitos
Raízes dos Conflitos e a Escuta essencial
Os conflitos vêm e apontam basicamente para 5 dimensões fundantes do humano
A construção da Escuta, obstáculos e potências
A qualidade deste contato humano determina o destino de nossas vidas
Quatro formas de lidar com uma mensagem difícil
Escuta para consertar, corrigir, julgar, consolar
Escuta para acolher (empatia compassiva)
Corpo e Mente de Dor
Espirais da violência e do cuidado (amor)
Diálogo - o mais difícil e precioso
Diálogo - ouvir aberto e afetivo
Uma síntese em Comunicação Não-Violenta

Meditação Metta Bhavana
Como se pode usar o modelo CNV
Algumas necessidades humanas universais
Alguns sentimentos básicos que todos temos
Não-Sentimentos
Uma proposta ético-prática de resolução de conflitos
A comunicação que bloqueia a compaixão
Assumir a responsabilidade pelo que sente e o que faz
Plena expressão dos sentimentos
Lidando com o sentimento dos outros
O que queremos pedir aos demais para enriquecer a nossa vida
A recepção empática ou escuta compassiva
O uso protetor da força
Comunicação é algo importante para nós?
A violência que habita em nós
A natureza compassiva dos seres humanos
Estrutura social de dominação
A comunicação na estrutura de dominação
Palavras são janelas (ou são paredes)
Criação da CNV e o propósito
Personagens importantes na CNV
A punição para o CHACAL
A punição para a GIRAFA
Componentes da CNV
Por que devemos abraçar os conflitos?
Passos para a escuta empática
Refletindo a respeito de autoconexão
O processo de conexão na CNV
Elementos da CNV para criar compaixão e doação
Identificar e expressar os sentimentos
Observar sem avaliar
Os sentimentos são mensageiros de necessidades
Lista de alguns sentimentos
Lista de pseudossentimentos
Identificar e expressar as necessidades
Lista de algumas necessidades humanas
Fazendo pedidos que enriquecem a vida
Eu essencial – Exercício baseado na CNV
Atenção às tempestades melindrosas do CHACAL
Sugestões da GIRAFA para acalmar a tempestade do CHACAL
Um convite – prática, prática, prática
Jardinando a paz
Em casa
No trabalho
No relacionamento
O que você faria?
Normalmente a gente reage assim
Por que isso acontece?
A louça não é bem o problema
Do que a gente precisa para ter uma vida boa?
Escute para compreender, não para responder

Como Dialogar Usando a Comunicação Não Violenta em Quatro Etapas
Aprenda a falar sobre seus sentimentos
CNV e privilégios
Algumas práticas de ação não violenta

BIBLIOGRAFIA:

- **Goleman, Daniel.** *Inteligência emocional*. Objetiva, 2011.
- **Hanh, Thich Nhat.** *Aprendendo a lidar com a raiva*. Sextante, 2001.
- **Pelizzoli, Marcelo L.** *Cultura de paz – restauração e direitos*. Ed. da UFPE, 2010.
- **Pelizzoli, Marcelo L., Sayão, S.C.** *Diálogo, Mediação e Justiça Restaurativa*. Ed. da UFPE, 2012.
- **Rosenberg, Marshall.** *We Can Work It Out*, 1ª ed., PuddleDancer, 2005.
- **Rosenberg, Marshall.** *The Surprising Purpose of Anger*, 1ª ed., PuddleDancer, 2005.
- **Rosenberg, Marshall.** *Comunicação não-violenta*. Ágora, 2006.
- **Tolle, Eckhart.** *O despertar de uma nova consciência*. Sextante, 2007.

DOCUMENTO ASSINADO DIGITALMENTE

CURSOS VIRTUAIS LTDA - CNPJ 08.179.401/0001-62
Assinatura eletrônica qualificada com certificado digital ICP-Brasil

Código: **327**

ASSINATURA ELETRÔNICA QUALIFICADA
ITI Instituto Nacional de Tecnologia da Informação
Conforme MP 2.200-2/01 e Lei 14.063/20
ICP Brasil