



# COMUNICAÇÃO NÃO-VIOLENTA PARA TRABALHOS EM GRUPO



**12 min de leitura**



**2 aulas para aplicação**



**A partir do Ensino Fundamental**



**PRÁTICAS  
EDUCACIONAIS**



As **Práticas Educacionais** são enviadas para você via WhatsApp, então quando produzimos o conteúdo, pensamos em sua leitura no celular!

As referências do texto sempre ficarão no final, para não atrapalhar a leitura.

## QUEM PRODUZ?



Este conteúdo é produto de uma parceria entre a **Pólis**, empresa que ajuda professores e alunos a inovarem dentro da sala de aula e o **Sílabe** uma plataforma online que ajuda professores a planejarem suas aulas.

# O QUE TEREMOS PELA FRENTE?

## Contexto

1. Contextualizando

## Teoria

2. O que é a CNV?

2.1 Mas vamos começar pela fala

2.1.1 Observação

2.1.2 Sentimento

2.1.3 Necessidade

2.1.4 Pedido

2.2 Escuta ativa

## Prática

3. CNV nos trabalhos em grupo

3.1 Exemplo Prático

4. Referências

Conheça nossos trabalhos



# CONTEXTO

**De onde partimos? Onde  
queremos chegar?**

# 1. CONTEXTUALIZANDO



A escola é palco de inúmeros **conflitos**. É normal que haja atritos em ambientes com tantas pessoas convivendo. Mas o caso da escola é especial, pois a maioria das pessoas que a compõe está em processo de autoconstrução, desenvolvimento e descoberta. Isso significa que esse é um dos principais espaços nos quais elas irão **aprender a se relacionar e a resolver os desentendimentos**.

Apesar de nós, equipe escolar, querermos sempre resolver da maneira mais calma e justa os atritos, nem sempre conseguimos. Então, uma forma interessante de aumentar nossa equipe de ajuda é **capacitar os próprios alunos na resolução respeitosa de conflitos**.



Dentre as diversas situações de divergência, uma muito comum na sala de aula é o **desentendimento**, algumas vezes **agressivo**, entre os participantes de um **trabalho em grupo**, causando desordem e atrapalhando a dinâmica da aula.



Foto por: Andros1234/Pixabay

Então, nós tomaremos esse cenário que é comum a tantas disciplinas e o utilizaremos para demonstrar **a comunicação não-violenta na sala de aula**.

Mas esta é apenas uma possibilidade de uso, depois de aplicar esse primeiro exemplo, deixe sua criatividade correr solta e **não esquece de contar pra gente como foi!** Quem sabe você não vira um exemplo das Práticas Educacionais?



# TEORIA

Porque toda prática tem um pé  
na teoria

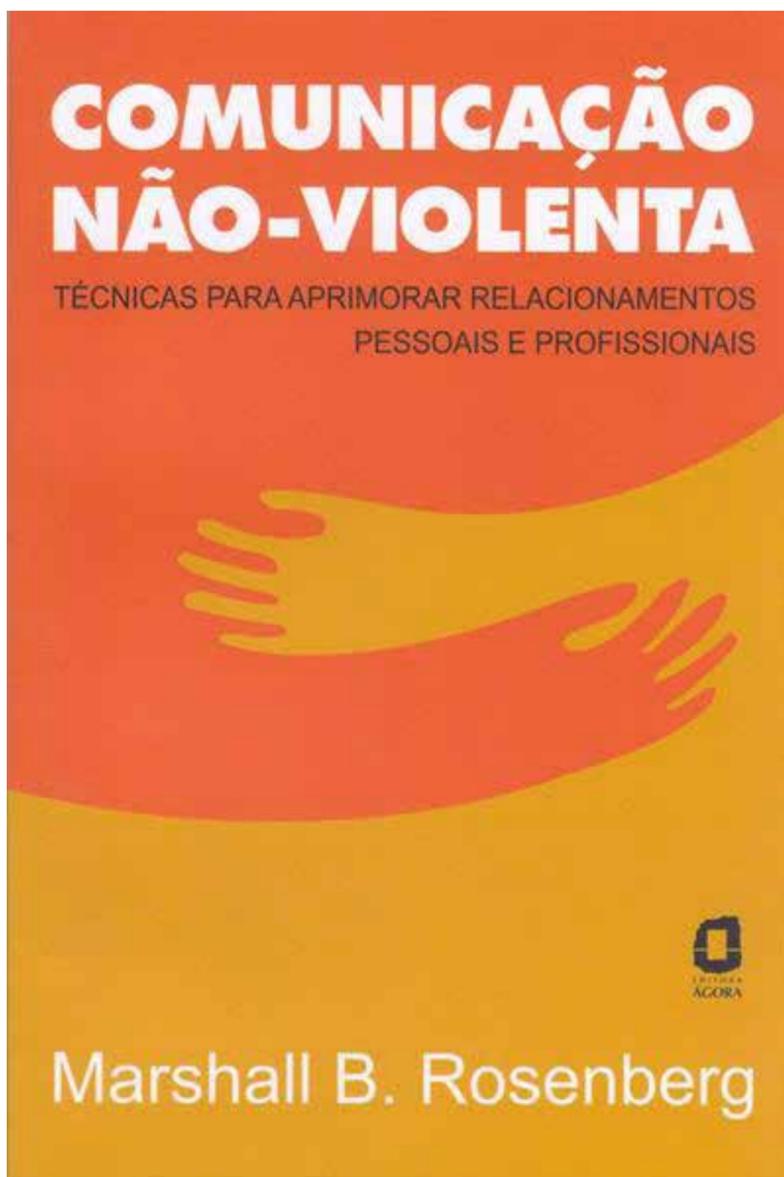
## 2. O QUE É A CNV?

A CNV (Comunicação Não-Violenta) foi desenvolvida por **Marshall Rosenberg** com o objetivo de aumentar a qualidade nas comunicações.



Foto por: Kirk Crippens/Metta Center

Caso você não o conheça, Marshall Rosenberg é doutor em psicologia clínica, mediador internacional e fundador do Centro Internacional de Comunicação Não-Violenta.



Em seu livro  
“**Comunicação não-violenta**: Técnicas para aprimorar relacionamentos pessoais e profissionais”, Marshall explica que a CNV:

*“(...) nos ajuda a nos ligarmos uns aos outros e a nós mesmos, possibilitando que nossa compaixão natural floresça. Ela nos guia no processo de **reformular a maneira pela qual nos expressamos e escutamos os outros**, mediante a concentração em quatro áreas: o que observamos, o que sentimos, do que necessitamos, e o que pedimos para enriquecer nossa vida”.*

Além de uma abordagem de mediação, a CNV, se bem aplicada e com o tempo, consegue proporcionar mudanças na forma como as pessoas se organizam e em questões relacionadas a responsabilidade, **diminuindo a chance de agressões** ou dinâmicas de grupo opressoras.

Você pode estar achando agora que a CNV é impossível de ser aplicada numa escola, mas só para ter uma ideia ela foi usada inicialmente em projetos federais do governo dos EUA **a fim de integrar de forma pacífica escolas** e instituições públicas durante os anos 60. A imagem abaixo ilustra o trabalho que ele se manteve fazendo até os anos 90.

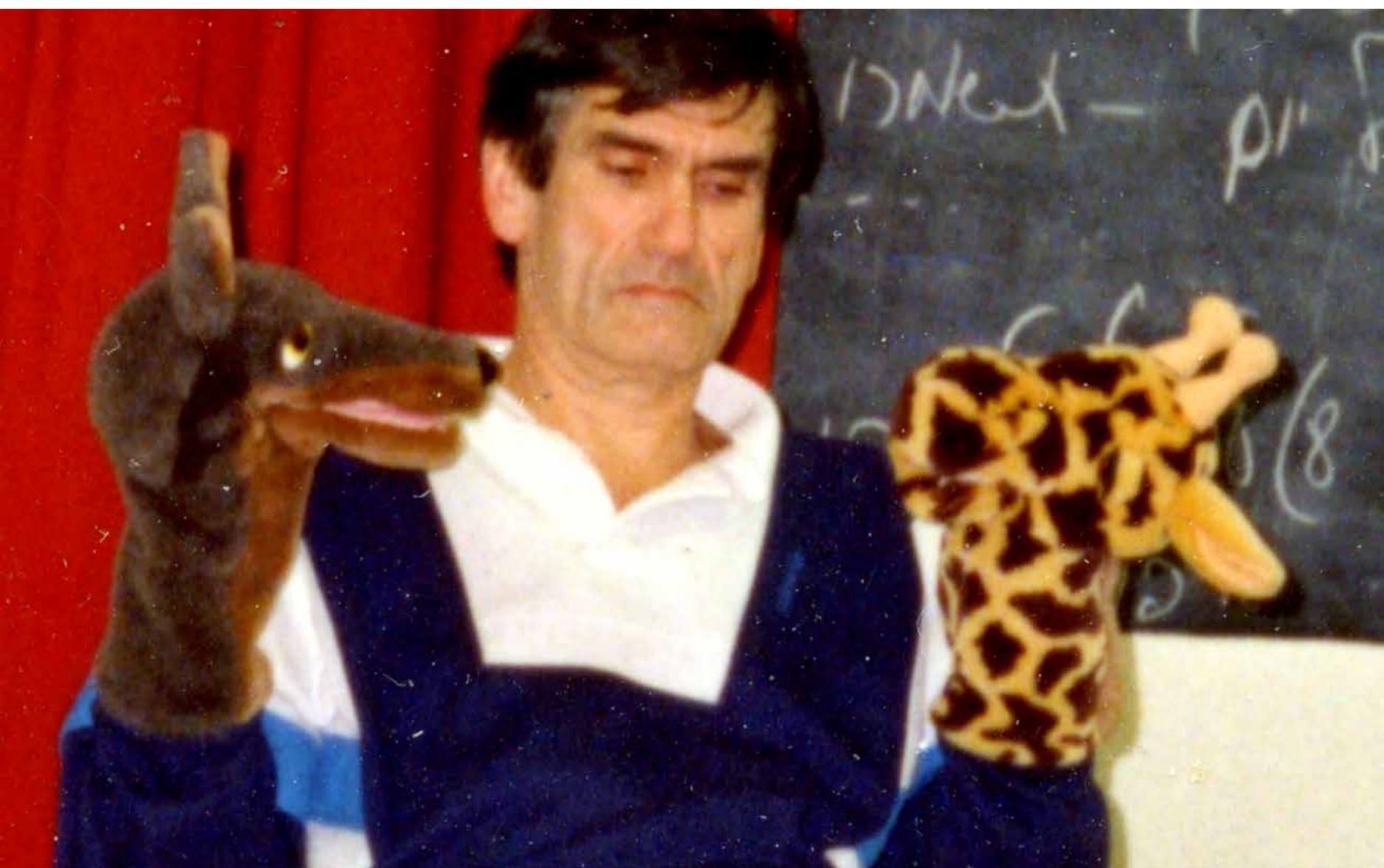


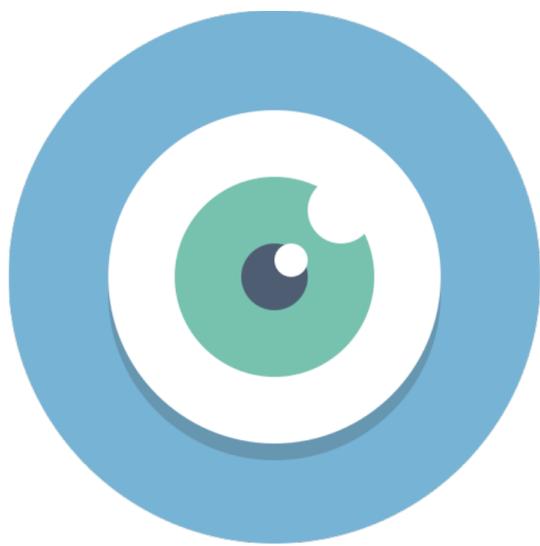
Foto por: Etan J. Tal/Eigenes Werk

Na CNV, **quem fala precisa de ajuda para aprender**, mas algo que às vezes deixamos passar batido é que quem ouve também precisa. Para Rosenberg, **ouvir é uma atitude ativa.**

# 2.1 MAS VAMOS COMEÇAR PELA FALA

Antes do primeiro dia de trabalho em grupo, é necessário um aquecimento para que fique claro para os alunos como será feita a discussão das questões a partir de agora.

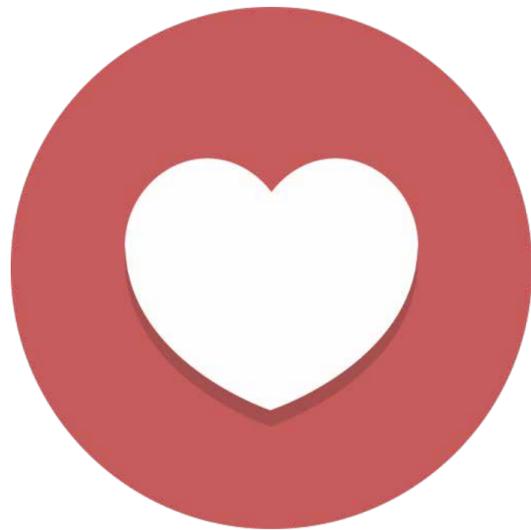
Para isso, usaremos os quatro passos desenvolvidos por Rosenberg: observação, sentimento, necessidade e pedido.



## 2.1.1 OBSERVAÇÃO

**Primeiro o falante descreve a ação sobre a qual discutirá.** Ele precisa ser bem objetivo e se fazer a pergunta “o que uma câmera registraria?”. Evite as palavras “sempre” e “nunca”, elas são

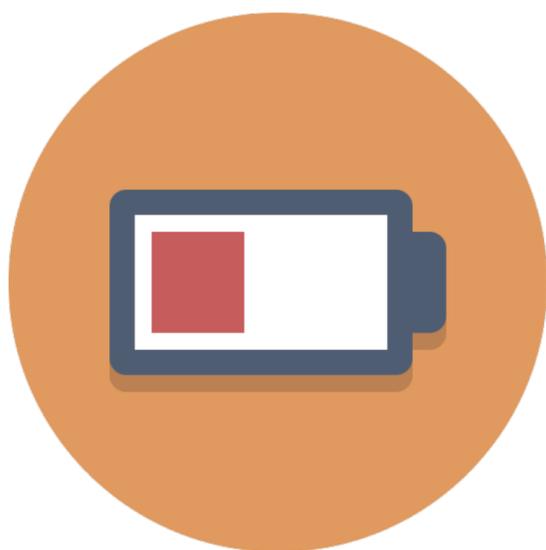
muito subjetivas. Prefira números, como em “É a terceira vez que você não entrega sua parte do trabalho”, no lugar de “Você nunca faz sua parte do trabalho”.



## 2.1.2 SENTIMENTO

**O segundo passo é expressar como você se sente com aquele fato descrito.**

“Eu me sinto ignorado quando isso acontece.”



## 2.1.3 NECESSIDADE

Todo sentimento surge de uma necessidade atendida (ou não), dessa forma **o terceiro passo é sinalizar**

**qual necessidade sua não está sendo atendida quando aquele fato ocorre.**

“Eu sinto a necessidade de organização para que eu não fique sobrecarregado com as tarefas.”



## **2.1.4 PEDIDO**

**E o último passo é fazer um pedido**

“eu gostaria que você fizesse as coisas conforme o combinado e se não puder fazer, pelo menos que avise o grupo para te darmos uma força.” Fácil, né?

Seguir esse esquema simples vai **aumentar a qualidade da sua comunicação** não só na sala de aula mas em todos os outros ambientes que você frequenta.

## 2.2 ESCUTA ATIVA

Lembra quando dissemos que Rosenberg falava que a **escuta deve ser ativa**? Então, chegamos na parte de trabalhá-la.

Quantas vezes enquanto a outra pessoa está falando nós estamos pensando que argumento vamos usar, ou que o modo como a pessoa fala te lembra aquela personagem da novela, ou até “quero tanto ir embora!”?

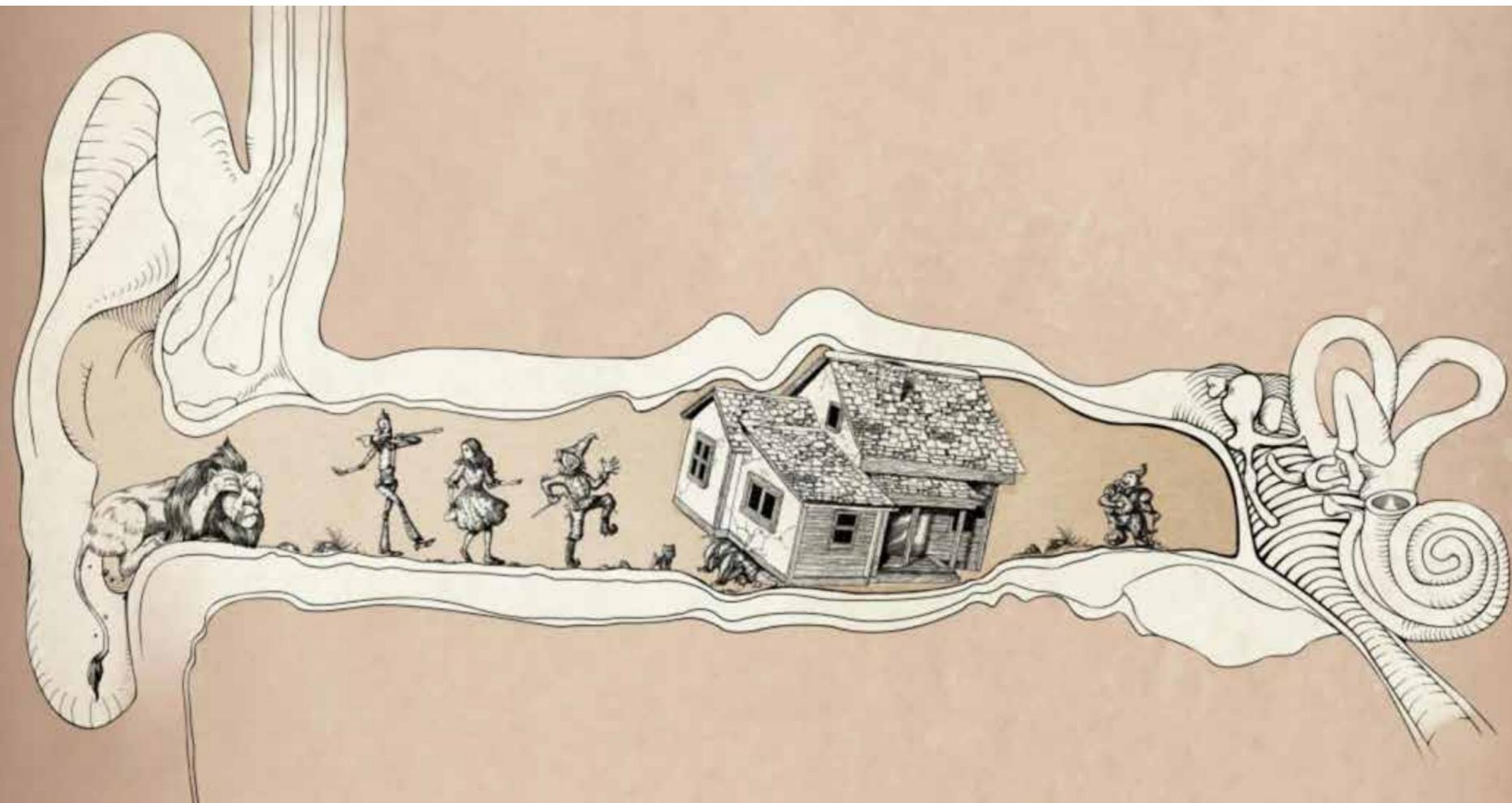


Ilustração por: Edward Ong/Y&R, Malaysia

Então, apesar de nossos ouvidos estarem funcionando nesse momento, **nós não estamos de fato ouvindo.**

Ouvir requer empatia, algo que falaremos em outra edição do Práticas.

Mas o que você precisa saber para pôr esse exercício pra rodar é que enquanto a outra pessoa fala, nós precisamos tentar **abaixar o volume dos nossos pensamentos** para estar presente naquele momento com aquela pessoa.

E para exercitar isso, nós parafraseamos o que a pessoa acabou de nos dizer.

Nós começamos com “Eu entendi que (...)” e **mostramos para a outra pessoa que ela de fato foi ouvida**, que nossos ouvidos não estavam ali só de enfeite :D

Foto por: Edouard Boubat



Na situação do exemplo anterior, teríamos como resposta do outro participante:

- **Eu entendi que** por três vezes eu não entreguei minha parte no trabalho. Entendi também que você se sente ignorado com isso, porque você tem a necessidade de manter a organização do trabalho. E você me pediu para que quando eu não puder fazer a minha parte eu peça ajuda para finalizar. Certo?

- Sim :D

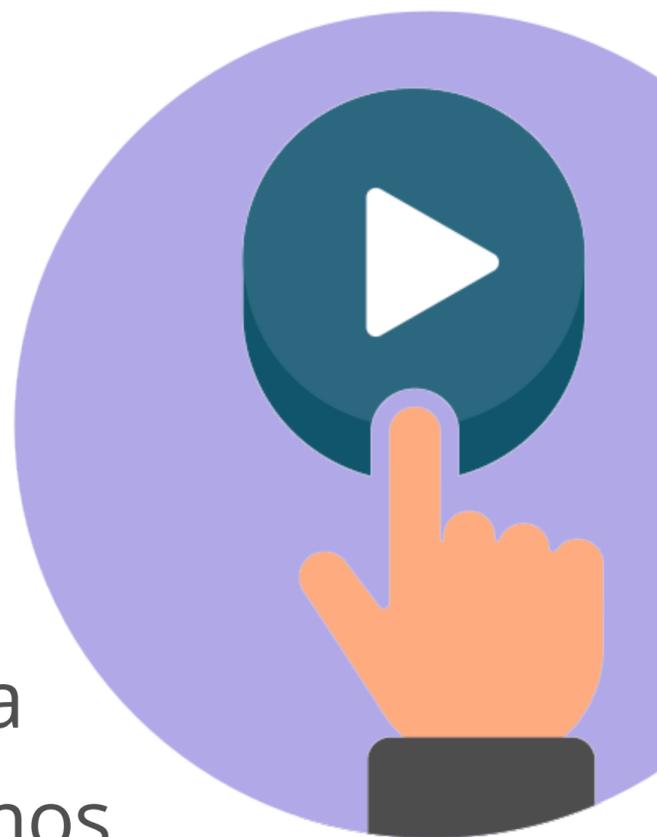


# PRÁTICA

**Não esquece de aplicar e contar  
pra gente como foi!**

# 3. CNV NOS TRABALHOS EM GRUPO

Depois do primeiro exercício, os alunos já estarão mais familiarizados com o processo da fala respeitosa. Já poderemos passar para a **prática durante os trabalhos em grupo.**



Algumas informações deverão ser passadas para os alunos antes do início do trabalho. A primeira é que a partir de agora, **toda vez que surgir uma divergência** de pontos de vista que não esteja sendo resolvida, **o processo da CNV será utilizado.**

A segunda informação é de que o grupo todo deverá ficar atento para perceber a necessidade de recorrer ao exercício. Se dois ou mais alunos entrarem em uma discussão um pouco mais intrincada, eles

mesmos ou os colegas poderão sugerir a CNV para que a comunicação fique mais clara.

## 3.1 EXEMPLO PRÁTICO

Imagine que o trabalho proposto pela professora seja fazer a planta da casa de um dos alunos do grupo.

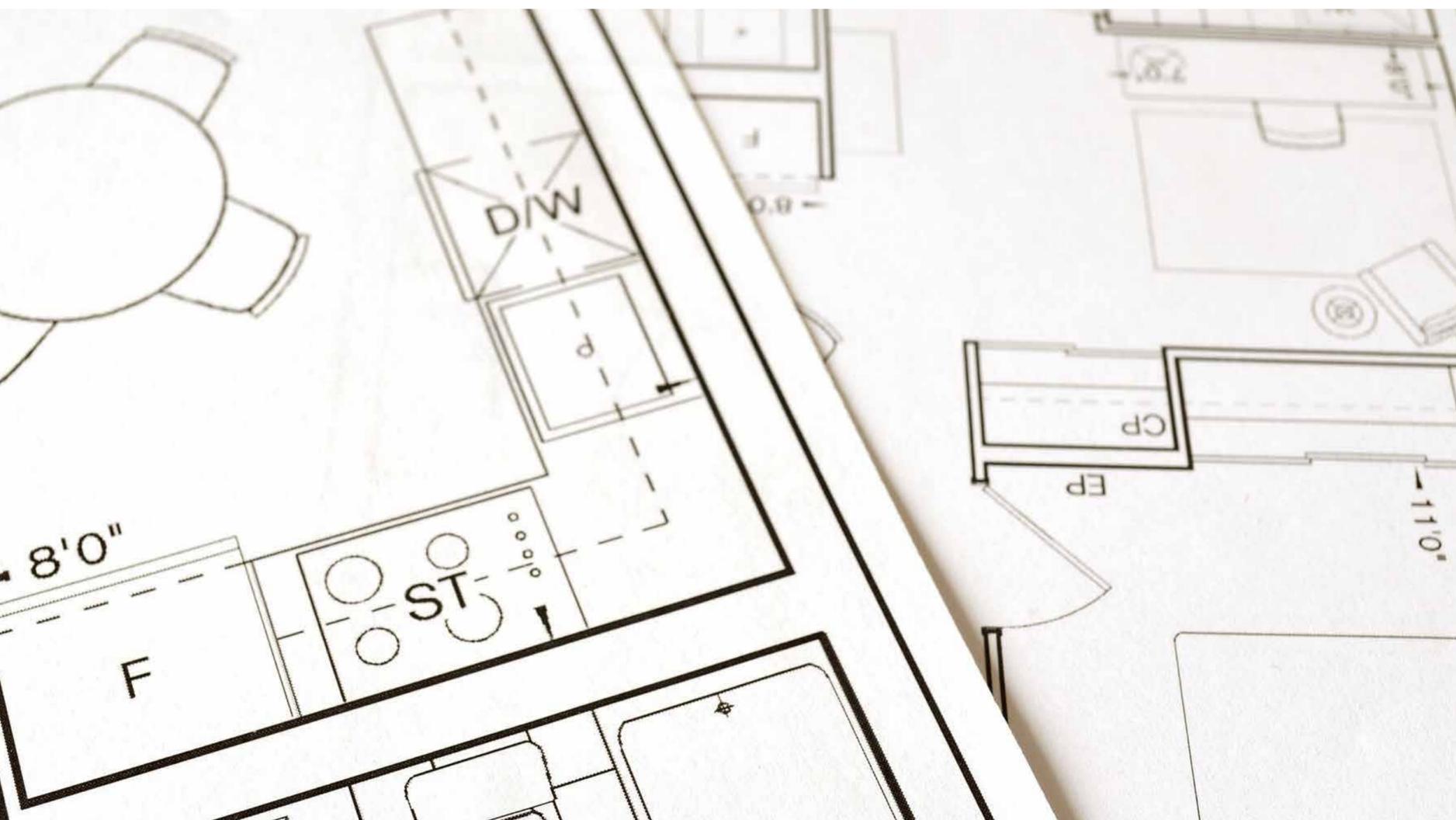
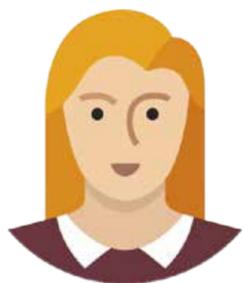


Foto por: ElasticComputeFarm/Pixabay

A primeira decisão a ser tomada pelo grupo deverá ser a planta da casa de quem será a escolhida. Nesse momento, num grupo de quatro alunos, dois deles não abrem mão de terem suas casas

escolhidas. A professora percebe o impasse e faz a intervenção.



**Professora:** meninos, o que vocês acham de tentar resolver com a CNV? Lucas, você começa. Fale diretamente para a Ana.



**Lucas:** Ana, eu quero que a gente faça a minha casa. [observação]

É importante que o aluno entenda as suas motivações, pois muitas vezes nem eles mesmos sabem porque estão disputando algo. A CNV traz essa possibilidade de autoanálise.



**Lucas:** Porque eu sinto vontade de ver a minha casa desenhada numa planta. [sentimento] Eu tenho a necessidade de me sentir parte do trabalho. [necessidade] Então eu peço que você deixe a minha casa ser a escolhida.



**Professora:** Ana, faça a escuta ativa.



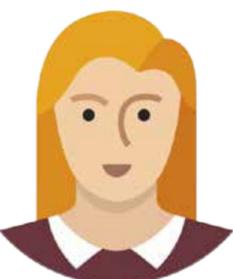
**Ana:** Lucas, eu entendi que você quer que sua casa seja a escolhida porque você sente vontade de ver sua casa desenhada no papel. Você tem necessidade de me sentir parte do trabalho e por isso me pediu para eu deixar sua casa ser escolhida.



**Professora:** Isso. Agora sua vez, Ana.



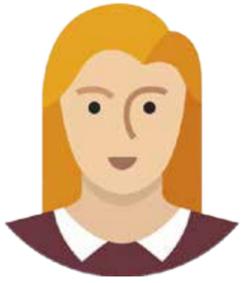
**Ana:** A gente precisa escolher uma casa para fazer a planta. E eu quero que seja a minha. Porque eu tenho a necessidade de ser parte ativa no trabalho. E eu me sinto meio excluída dos trabalhos. Então eu queria que vocês escolhessem a minha casa.



**Professora:** Lucas, faça a escuta ativa.



**Lucas:** Você quer que a gente escolha a sua casa porque você quer fazer parte do trabalho e tem a necessidade de se sentir incluída.



**Professora:** Muito bem, grupo. Agora que vocês já se ouviram, tentem resolver essa situação.

**Pode ser que a situação não se resolva, mas é normal,** nem toda situação será facilmente resolvida. Mas o mais importante é que eles aprendam a falar de forma respeitosa e ouvir enquanto o outro fala.

Esse exemplo se passou numa aula de exatas (matemática), mas poderia ter sido em qualquer uma das outras áreas, porque **a comunicação se refere a questões de relacionamento,** que engloba todas as áreas. Mas **nas próximas Práticas traremos exemplos de todas as áreas.**

Não esquece de contar pra gente por WhatsApp mesmo depois que aplicar!

# 4. REFERÊNCIAS

*O conteúdo produzido pelas práticas, pode ser considerado introdutório para a complexidade de cada tema. Dessa forma, como de costume, deixaremos sempre as referências que utilizarmos aqui nesse cantinho, pra você que gostou e quer cair de cabeça no tema.*

[CNV Brasil - Sobre a Comunicação Não-Violenta](#)

[Porvir - Como devem ser estruturados os processos de escuta nas escolas?](#)

[Livro - Comunicação Não-Violenta de Marshall Rosenberg versão gratuita em pdf](#)

# CONHEÇA NOSSOS TRABALHOS



Os conteúdos trazidos para as Práticas Educacionais são baseados no curso da **Pólis** para professores inovadores.

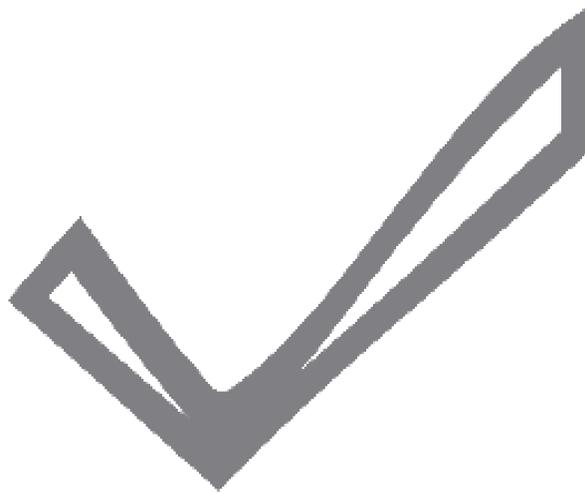
Acesse o site e conheça melhor esse trabalho!



SÍLABE

O **SílabE** é uma plataforma online que já ajudou mais de 10.000 professores a planejarem suas aulas e torná-las mais atrativas para os alunos, além de auxiliar na correção de atividades e provas.





# PRÁTICAS EDUCACIONAIS

**ESPERAMOS QUE TENHA  
GOSTADO DO CONTEÚDO :)**

Não esquece de aplicar e contar  
pra gente por WhatsApp como  
foi!

*A distribuição das Práticas Educacionais é livre desde que gratuita e desde que citada a fonte/autoria.*

[www.praticaseducacionais.com.br](http://www.praticaseducacionais.com.br)