**Nome: Giulia Ventura Favaro**

**1º Desenvolvimento de Sistemas - Cood. Marcos Rogério**

Debora Gaudencio - Pesquisadora e Consultora em Comunicação Não Violenta. Treinadora em Certificação pelo Center for NonViolent Communication – CNVC. Fez aprofundamentos no tema na América Latina, Estados Unidos, Alemanha, África, França, Canadá e Irlanda. Formada em Direito, com pós pela PUC São Paulo e FGV, Mediadora pelo Palas Athena. Co-fundadora da Eight Rede Colaborativa de Diálogos Transformadores, rede na qual vivencia diariamente aprendizados em relação ao futuro do trabalho e colaboração.

A palestrante começa nos mostrando um livro com o mesmo tema chamado” Comunicação Não Violenta”. Debora explica o real significado do livro. “Ter uma comunicação consciente, não quer dizer que você vai falar de forma mais fofinha, quer dizer que teremos uma comunicação autentica.” , ou seja a pessoa irá falar tendo uma consideração pelo outro (o ouvinte), mas não deixará de falar a partir do que é importante pra ela. “Tem a ver com verdade, mas as pessoas, muitas vezes confundem isso com sincericídeo (sinceridade).

Debora falas dos pilares de uma comunicação consciente:

Autoconexão: Segundo Debora “É quando eu paro um momento para me ouvir. Eu preciso me ouvir antes de ouvir as outras pessoas.”

Empatia: É ouvir o próximo sem interrupção, sem querer dar uma resposta ou uma solução, dessa forma criamos uma conexão maior com o outro e afastamos os julgamentos.

Honestidade: “Sem antes eu ouvir a pessoas, eu posso acabar sendo desonesto nos meus julgamentos.”