



COM AFETO... PARA AFETAR e INSPIRAR!

Comunicação AFETIVA para ser EFETIVO!

A Inteligência Positiva e a Comunicação Não-Violenta para afetar o mundo com AFETO.

Com AFETO o mundo é melhor!

Eu AFETO o mundo. O mundo me AFETA.

Com AFETO o mundo é melhor!



MOACIR RAUBER

Instagram: [@mjrauber](#)

E-mail: mjrauber@gmail.com

Home: www.olhemaisumavez.com.br

Blog: www.facetas.com.br

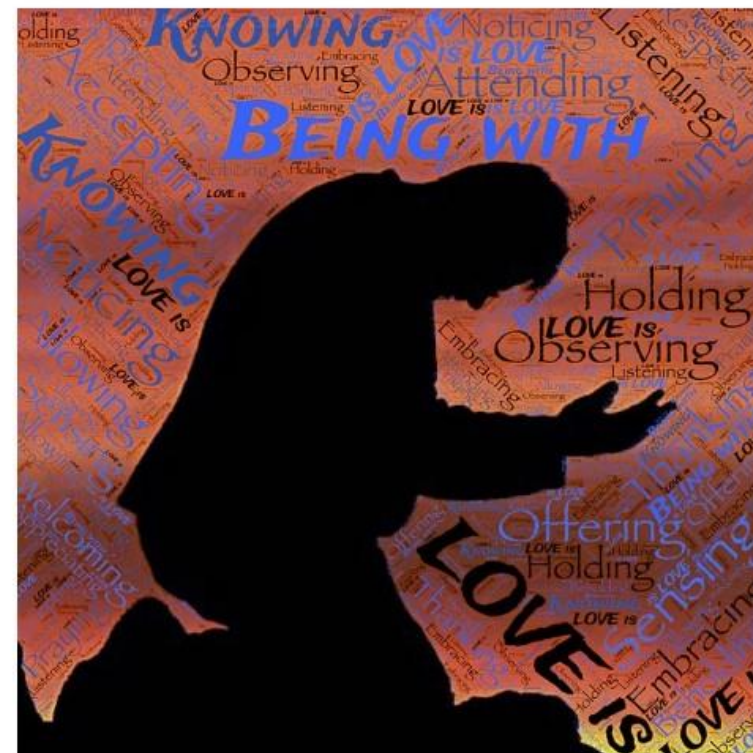
*Não ocupeis a mente com bobagens e
não percais o tempo em vão. (Buda)*

*Aquele que deseja fazer bem o seu trabalho
deve começar por afiar os seus
instrumentos.
(Confúcio)*

FACETAS

O PODER DO SILÊNCIO E A
MAGIA DA PAUSA PRESENTES
NA COMUNICAÇÃO AFETIVA!

11 DE NOVEMBRO DE 2022 MOACIR RAUBER DEIXE UM
COMENTÁRIO EDITAR



O Poder do Silêncio e a Magia da Pausa presentes na Comunicação
AFETIVA!

Quem é você humano? Que tipo de observador é você?

Eu sou um

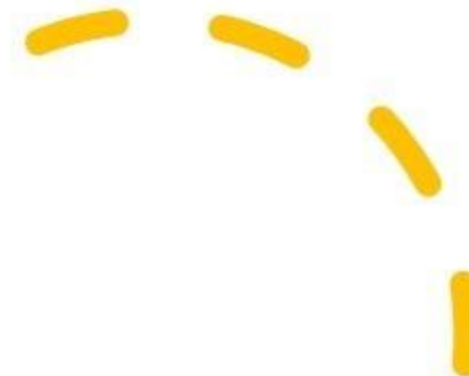
Eu sou vários



Moacir Rauber acredita que tem "**MUITAS RAZÕES PARA VIVER BEM!**" porque a "**MOTIVAÇÃO É UMA OPÇÃO INDIVIDUAL**". Também considera que a "**DISCIPLINA É A LIBERDADE**" de fazer escolhas conscientes para viver de forma a "**FAZER TUDO QUE POSSA COMPARTILHAR COM OS PAIS E QUE TENHA ORGULHO DE CONTAR PARA OS FILHOS**".



Comunicação AFETIVA para ser EFETIVO!

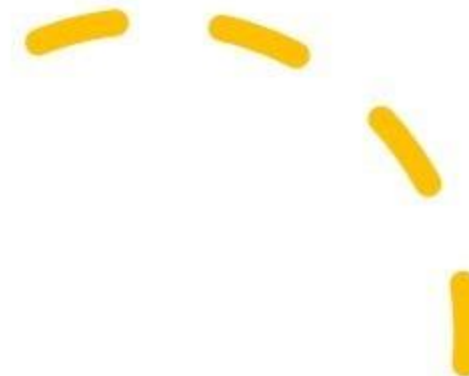


PROGRAMA		
ENCONTRO 1	15-08-23	UM MUNDO SINGULAR: para onde o mundo vai? Com ou sem você ele vai PASSO 0 – PAUSA para reconectar - Sábio ou sabotador: qual é a tua escolha? e PASSO 1: OBSERVAÇÃO - Eu sou um observador volátil e frágil
ENCONTRO 2	15-08-23	UM SER HUMANO ÚNICO PASSO 2: SENTIMENTO - Eu estou inseguro e ansioso
ENCONTRO 3	22-08-23	UM SER HUMANO ÚNICO PASSO 3: NECESSIDADES - Eu crio e cocrio complexidade e não-linearidade
ENCONTRO 4	22-08-23	MÚLTIPLAS ESCOLHAS PASSO 4: PEDIDOS - Eu me manifesto com a Inteligência Positiva e a CNV



Comunicação AFETIVA
para ser EFETIVO!

NASCEMOS ASSIM...



EU SUPERIOR
EU MAIOR
EU SANTO
EU INTEGRAL



VIVEMOS ASSIM...





PODE SER ASSIM...



EU PLENO

Pausa

Observação

Sentimentos

Necessidades

Pedidos

Prática

Sábio

Poderes do Sábio

Empatia

Explora

Navega

Inova

Ativa

Sabotadores Universais

Crítico / Juiz

Insistente

Prestativo

Controlador

Esquiva

Hiper realizador

Hiper Vigilante

Hiper Racional

Inquieto

Vilma



**Comunicação AFETIVA
para ser EFETIVO!**



Singular, Disruptivo & Exponencial

TI

BIOTECH

- Nós não poderemos nos abrigar do frio e do calor na internet.
- Nós não poderemos dormir na “rede” de computadores.
- Nós não poderemos nos alimentar com a tecnologia que produzimos.


**olhe mais
uma vez!**

**Comunicação AFETIVA
para ser EFETIVO!**



AMBIENTE INTERNO

QUEM SOU EU?

EU SOU VOLÁTIL / FRÁGIL

ONDE ESTOU?

EU ESTOU INSEGURO / ANSIOSO

O QUE CRIO?

EU CRIO COMPLEXIDADE / NÃO-
LINEARIDADE

COMO MANIFESTO?

EU SOU AMBÍGUO / NÃO
COMPREENDO

Blur - obscuro

Interconected

Hi-tech - tecnológico

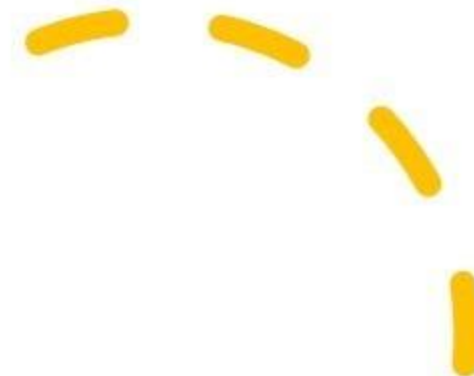
Risky - arriscado

Global

Timely - oportuno



Comunicação AFETIVA
para ser EFETIVO!



MINDSET

method



[Welcome - Chief Reinvention Officer Chief Reinvention Officer](#)
DR. NADYA ZHEXEMBAYEVA

Todo homem prudente age com base no conhecimento, mas o tolo expõe a sua insensatez.

Provérbios 13:16



Comunicação AFETIVA para ser EFETIVO!



VOLATILIDADE

Volátil é aquele que voa, que se transforma.

Você sabe voar? Sabe se transformar?



Para humanizar é essencial reconhecer a nossa vulnerabilidade que nos permite seguir em frente com a volatilidade e a fragilidade humanas.

O mundo é Frágil?

O Mundo é ansioso?

Essa é a sensação das pessoas com relação ao mundo.



INCERTEZA

Nada está assegurado nos negócios e nas relações.

Há que se dedicar para que os negócios prosperem e para que as relações se mantenham.

O Mundo é Complexo?

Complexidade é sinônimo de diversidade, de multiplicidade e de unicidade. Somos Únicos. Somos Múltiplos!



O Mundo é Não-Linear?

Os raios de sol aquecem como devem aquecer.
A chuva molha como deve molhar.

O Mundo é ambíguo?

O indivíduo se manifesta por meio da sua unicidade humanizada para se transformar e inovar.

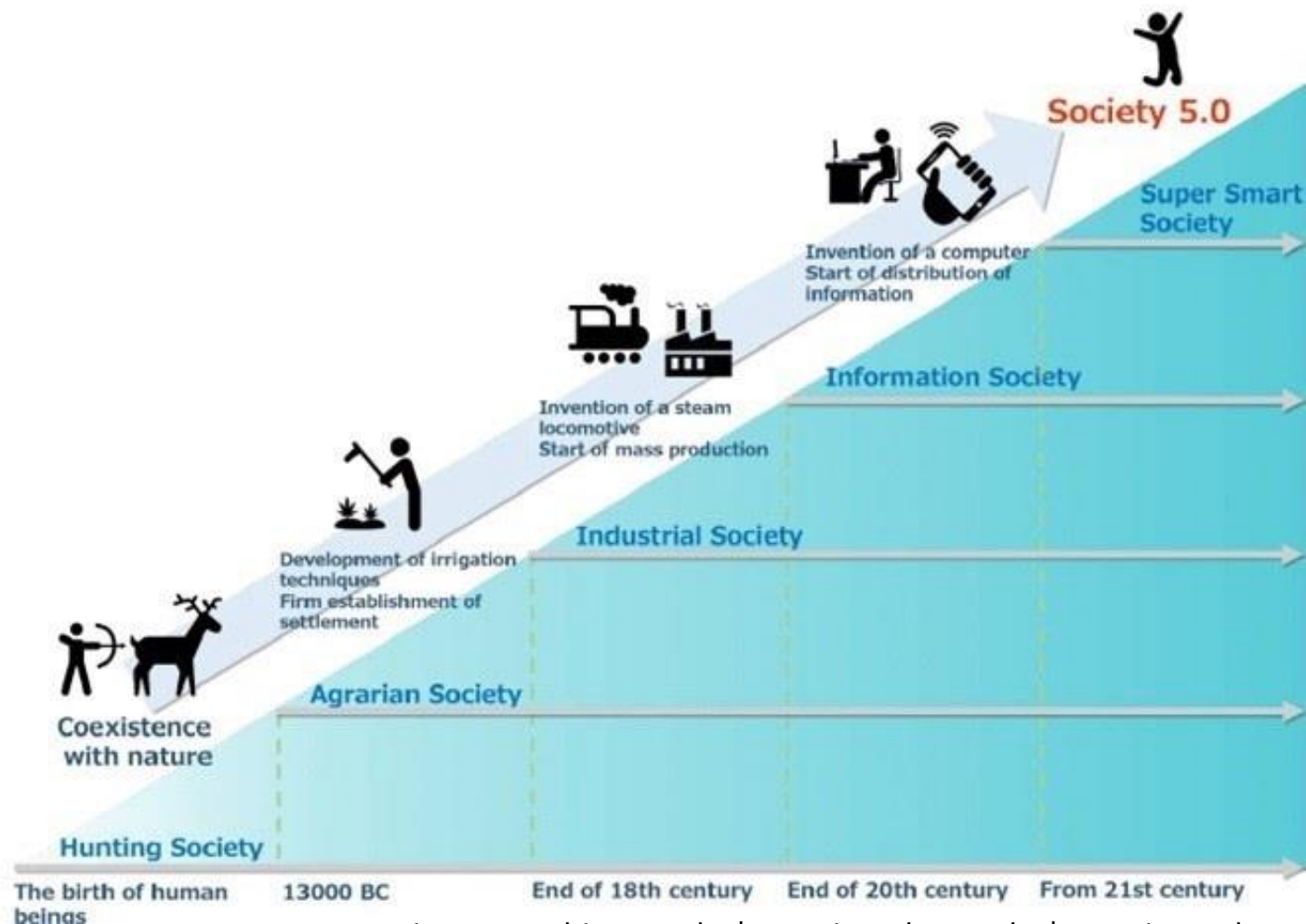
Ser Ambíguo é Normal!



O Mundo é Incompreensível?
O cão ladra. O gato mia.



Comunicação AFETIVA para ser EFETIVO!



RETORNO EVOLUTIVO

Se não for melhor, para quê?

INOVA CONSULTING:

www.inovaconsulting.com.br | www.inovabs.com.br | www.inovaol.com | www.inovaww.com

Todo o que ama a disciplina ama o conhecimento, mas aquele que odeia a repreensão é tolo.

Provérbios 12:1



**Comunicação AFETIVA
para ser EFETIVO!**



EU NO MUNDO. O OUTRO NO MUNDO...

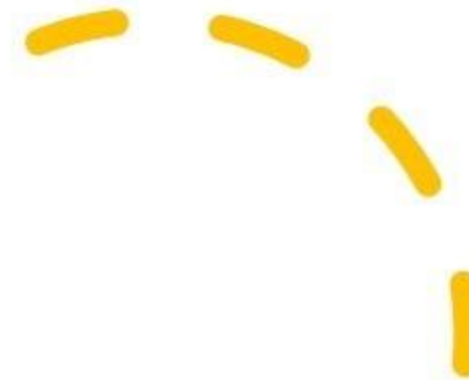
Exercício de Reconhecimento

Em duplas que se observem por um minuto sem dizer nada, apenas indagando-se:

- ***quem você viu?***
- ***O que você viu?***



**Comunicação AFETIVA
para ser EFETIVO!**



Meditação



Você quer ensinar?

Ensinar não é opção.

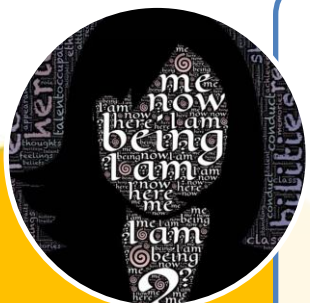
Sempre ensinamos com aquilo que fazemos ou deixamos de fazer. Por isso, se você está disposto a aprender pode ser professor.

Aprender é a opção!





Pausa



Quem sou?
Onde estou?
Para onde vou?



Para onde o
mundo vai?

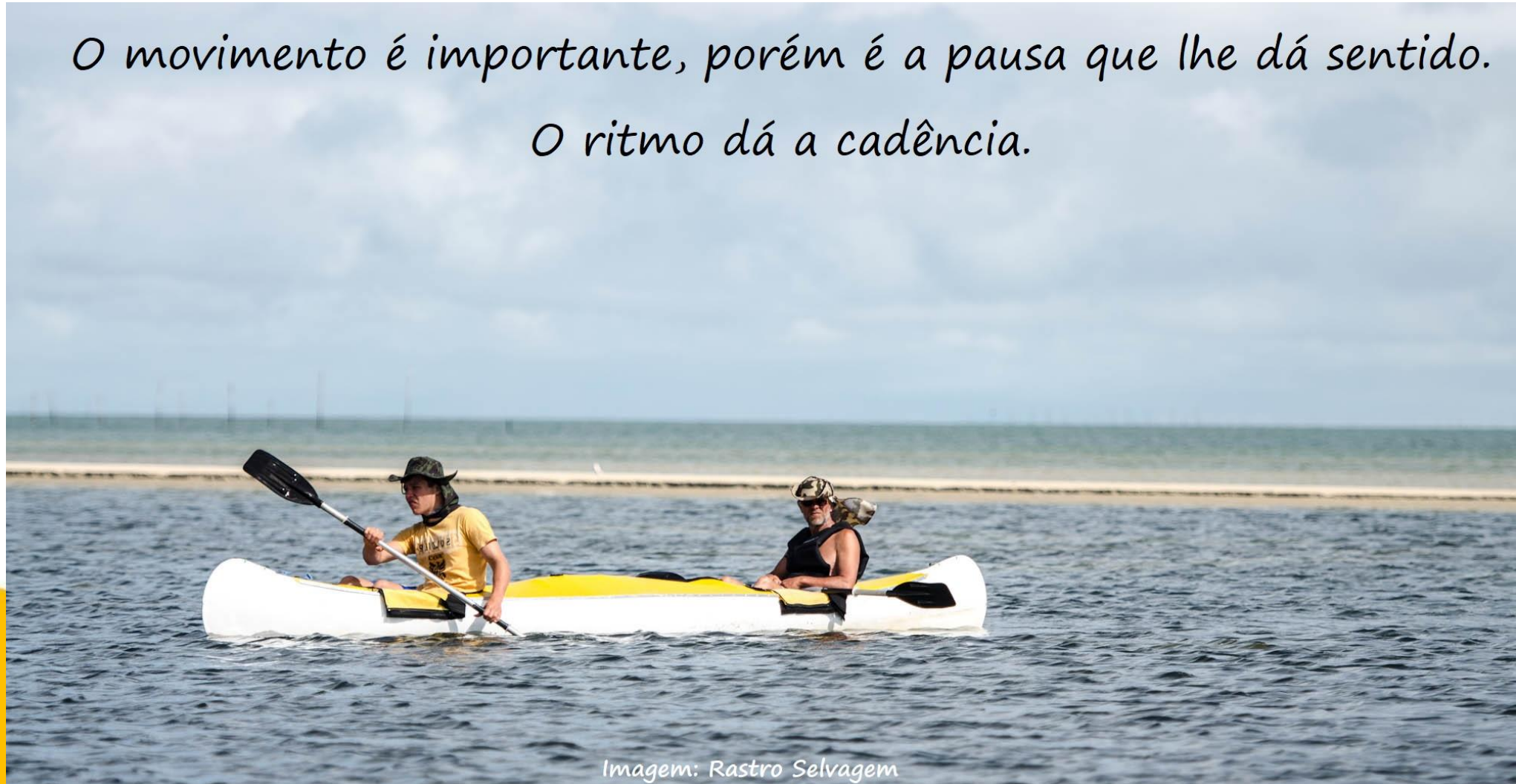


Singular,
Disruptivo &
Exponencial





*O movimento é importante, porém é a pausa que lhe dá sentido.
O ritmo dá a cadência.*



O Poder do Silêncio e a Magia da Pausa presentes na Comunicação AFETIVA!

Exercícios de Contato com a Realidade

PAUSA PROGRAMADA: Retiro, ano sabático, ...

PAUSA DE ALINHAMENTO: Meditação, orações, rituais, ...

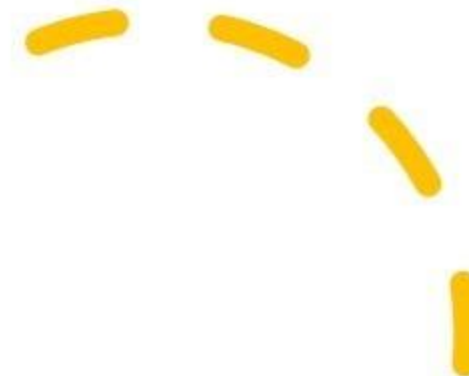
PAUSA ESTRATÉGICA: Pausas e Micro Pausas

Como aplicar a Pausa Estratégica, a Pausa de Alinhamento e a Pausa Programada na sua vida?

Lembre-se: a vida não é uma competição!



**Comunicação AFETIVA
para ser EFETIVO!**



SUA MENTE É SUA MELHOR AMIGA.
MAS TAMBÉM É SUA PIOR INIMIGA.

SAIBA COMO VENCER SEUS SABOTADORES INTERNOS
PARA ALCANÇAR SEU VERDADEIRO POTENCIAL.

Para fazer o
teste que
mede o seu
QP, clique
aqui

Para fazer o
teste que
avalia seus
sabotadores,
clique aqui



**ATIVIDADE EM GRUPO
Sábio e Sabotadores**

Em duplas, a sugestão é que cada um compartilhe resultado do seu teste de Quociente de Positividade e comente sobre os seus principais sabotadores.

1. Qual é o seu Quociente de Positividade?
2. Quais são os seus principais sabotadores?
3. Você tem lembrança de alguma situação vencida pelos sabotadores ou em que o sábio apareceu?

Qual o papel que a Pausa poderia desempenhar?

**ATIVIDADE EM GRUPO
Sábio e Sabotadores**

EU NO MUNDO. O OUTRO NO MUNDO...

Na situação da questão 3 (slide anterior) **PERGUNTEM-SE:**

- O que está acontecendo (fato)?
- Há alguma oportunidade no conflito?
- O que é ou não importante na situação?
- Quais são as ações exigidas/possíveis?
- “***ASSIM COMO EU***” se aplica?



Comunicação AFETIVA
para ser EFETIVO!



EU SUPERIOR
EU MAIOR
EU SANTO
EU INTEGRAL



Comunicação AFETIVA para ser EFETIVO!

Sabotadores Universais

Prestativo

Insistente

Poderes do Sábio

Dons / Fortalezas

Controlador

Esquivo

Hiper realizador

Hiper Vigilante

Hiper Racional

Crítico / Juiz

Inquieto

Vítima

Explora

Navega

Inova

Sábio

Empatia

Ativa



Pausa

Observação

Sentimentos

Necessidades

Pedidos

Prática

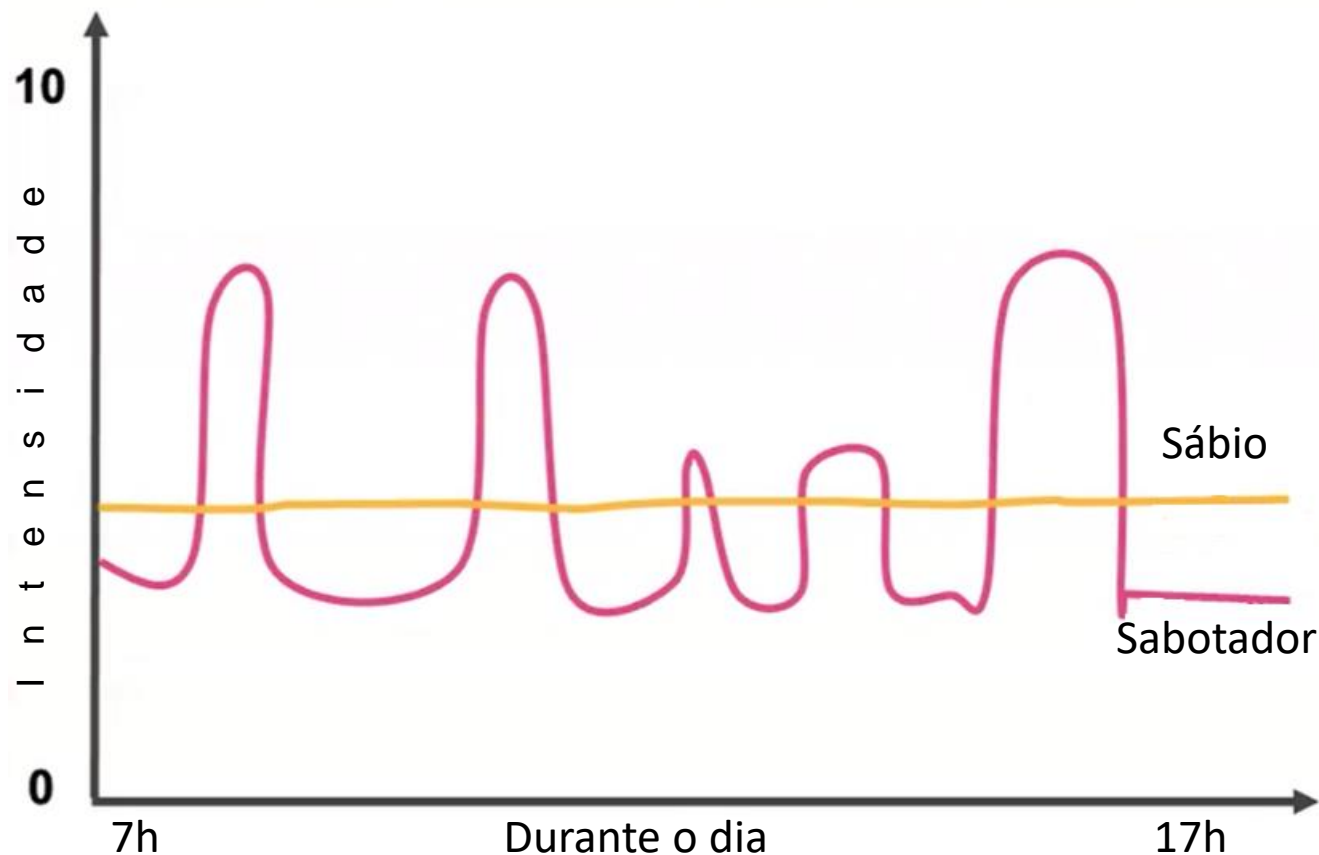


Comunicação AFETIVA
para ser EFETIVO!



Níveis de linha de base

- Todo mundo tem níveis básicos de intensidade sabotadora e sábia.
- Contratempos aumentam a intensidade do sabotador acima de sua linha de base.
- Você se sente sequestrado quando sua intensidade de sabotador ultrapassa sua intensidade sábia

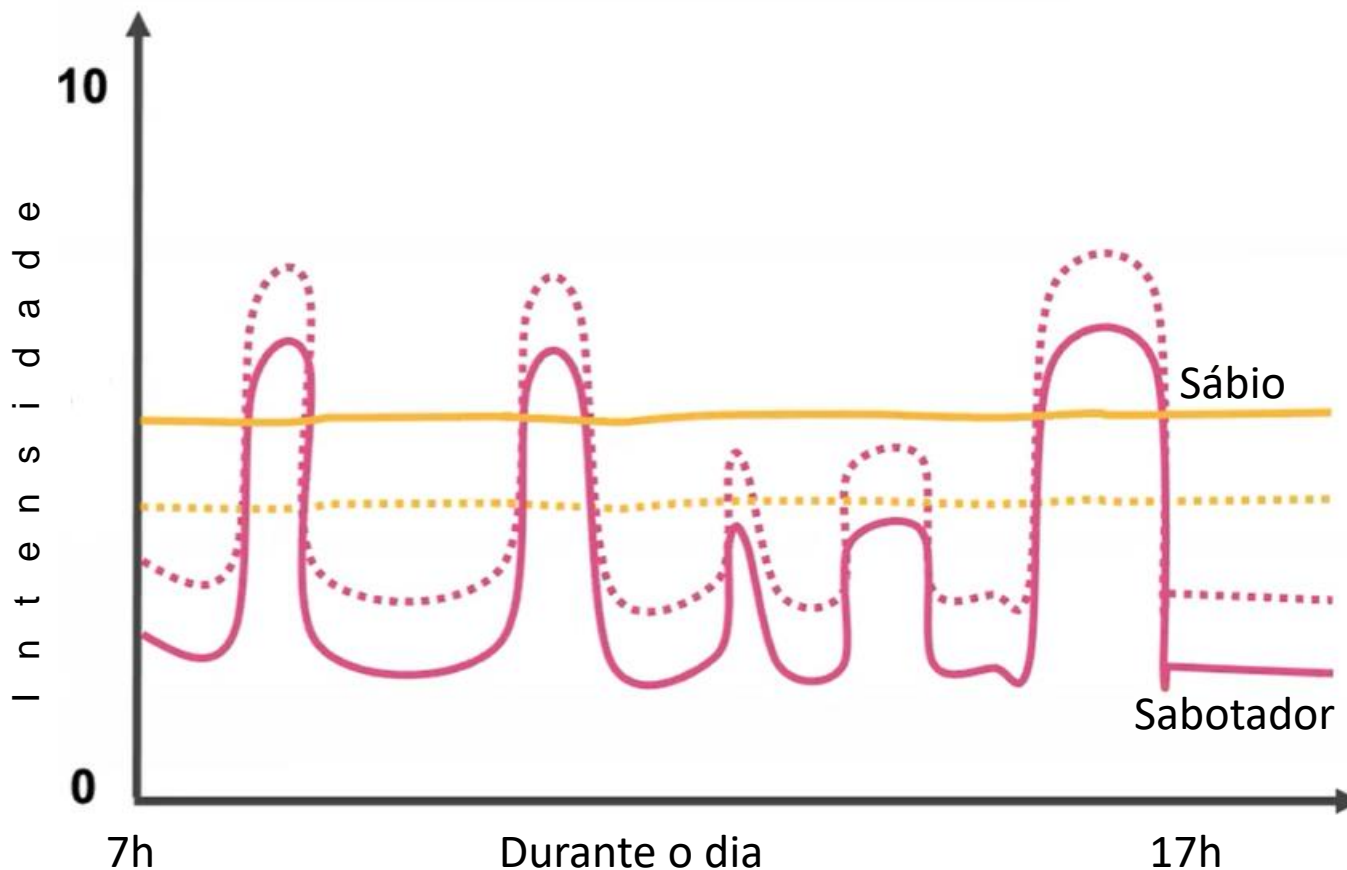




Comunicação AFETIVA
para ser EFETIVO!

Exercícios de Contato com a Realidade

- Interceptação de sabotadores e ativação do sábio.
- Reconecta os cérebro com a realidade e move as linhas de base.
- Resulta em menos sequestros da mente e recuperação mais rápida.



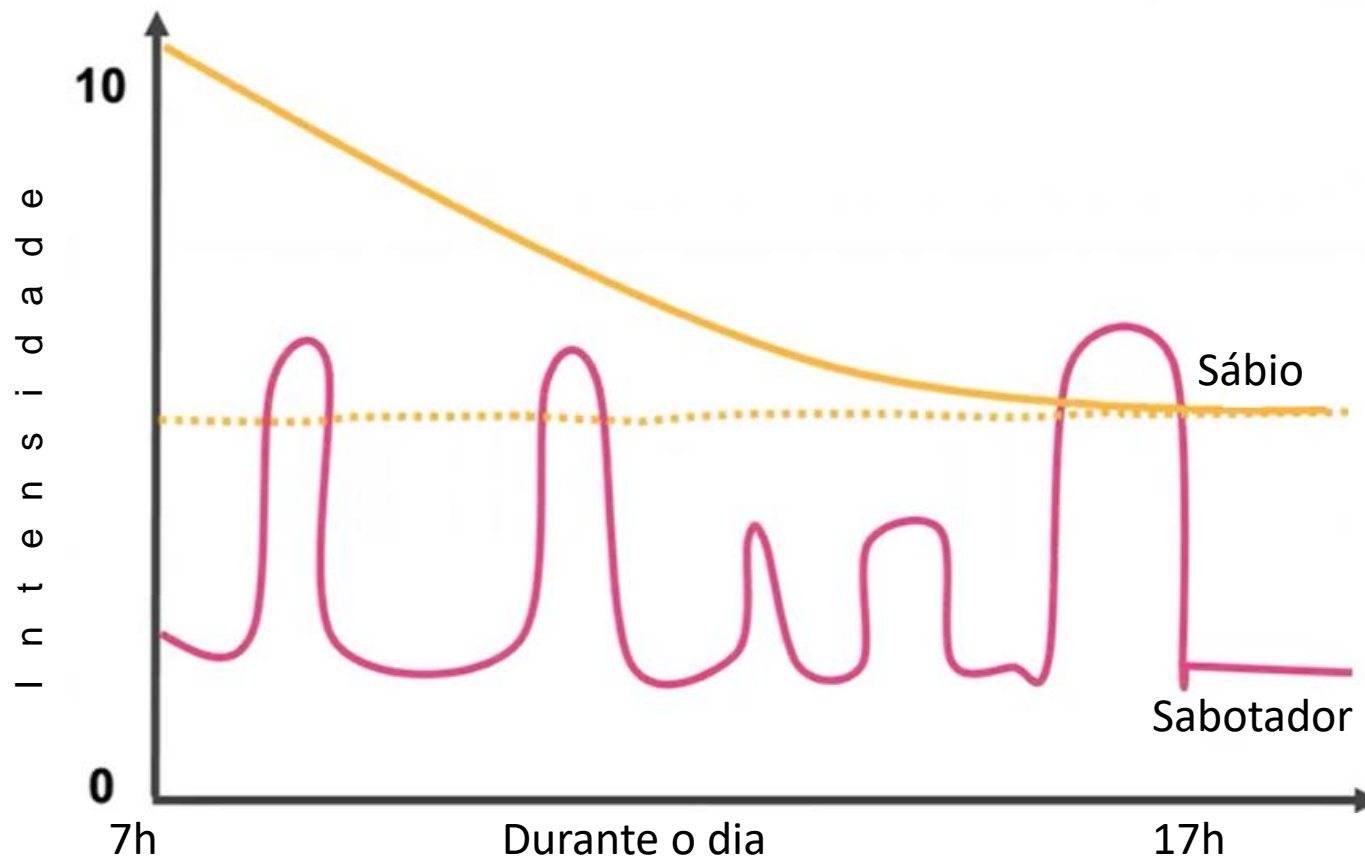


Comunicação AFETIVA
para ser EFETIVO!



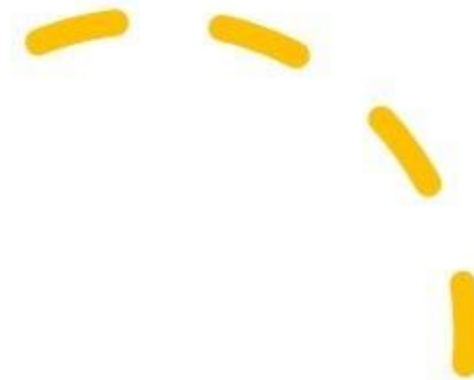
Exercícios de Contato com a Realidade (Carregar)

- Carrega a positividade da mente e aumenta a intensidade da linha de base do sábio acima da linha de base dos sabotadores.
- Esta carga vai baixando durante o dia.





**Comunicação AFETIVA
para ser EFETIVO!**



Sábio – o que é real?

Empatia

Explora

Navega

Inova

Ativa



Comunicação **AFETIVA**
para ser **EFETIVO!**



S á b i o

Empatia

AUTO EMPATIA:

1. Ser compassivo consigo mesmo pelos reveses ou pela necessidade de aguentá-los.
2. Recarregar a energia mental e emocional perdida nas autocríticas.

EMOÇÕES: Compaixão, autocuidado, entendimento, amor.

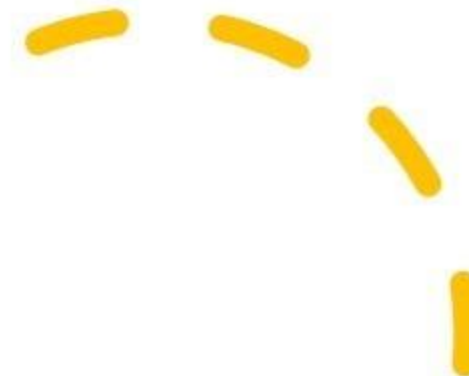
EMPATIA:

1. Ser compassivo com os envolvidos na situação como seres humanos imperfeitos (assim como eu)
2. Recuperar a energia mental e emocional perdida ao julgar os outros.

EMOÇÕES: Compaixão, autocuidado, entendimento, amor.



Comunicação AFETIVA
para ser EFETIVO!



S á b i o

Explorar

- O que realmente está acontecendo aqui?
- Explorar sem culpar o que aconteceu.

EMOÇÕES: curiosidade, fascinação, questionamento



Comunicação AFETIVA
para ser EFETIVO!



S á b i o

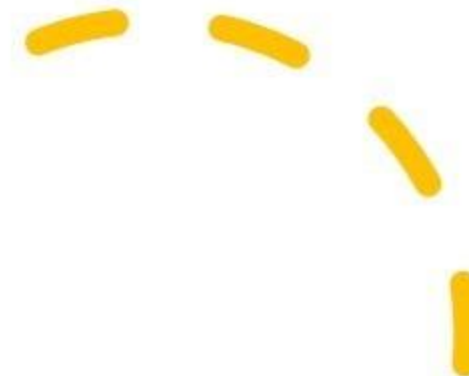
Inovar

- Quais os presentes podem estar aqui?
- Técnica dos três presentes:
 - ✓ Presente do Conhecimento
 - ✓ Presente de poder
 - ✓ Presente de inspiração

EMOÇÕES: alegria da inovação



Comunicação AFETIVA
para ser EFETIVO!



S á b i o

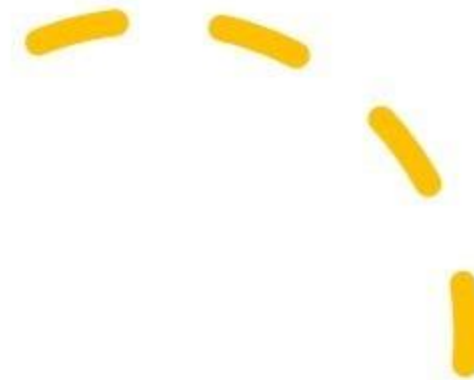
Navegar

- O que realmente importa aqui? O que não é tão importante como poderia parecer?
- Olhando pelo retrovisor, ao final da minha vida, quão significativa ou importante teria sido a situação?

EMOÇÕES: seguro, centrado, ancorado,



Comunicação AFETIVA
para ser EFETIVO!



S á b i o

Ativar

- Qual ação produziria o melhor resultado?

EMOÇÕES: sem medo, calmo, mente clara, focado



**Comunicação AFETIVA
para ser EFETIVO!**



Sabedoria

Não ocupeis a mente com bobagens e não percais o tempo em vão.

(Buda)



Comunicação AFETIVA para ser EFETIVO!

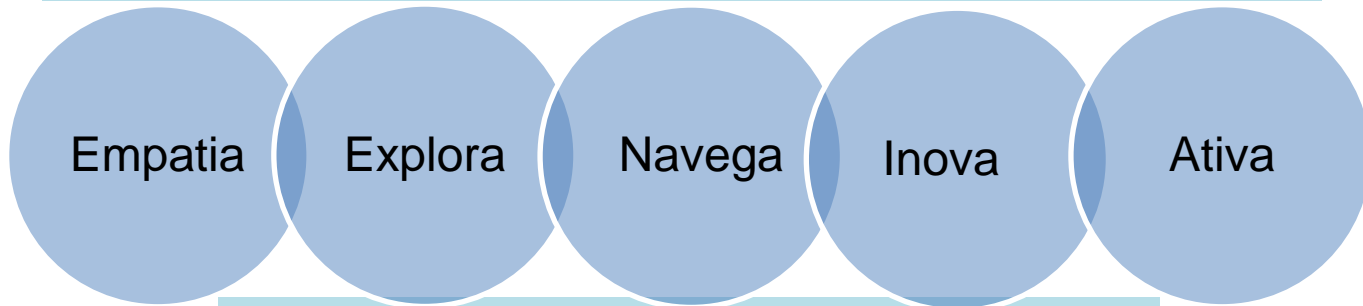


Dons / Fortalezas



Poderes do Sábio

Sábio



Sabotadores Universais





Comunicação AFETIVA para ser EFETIVO!

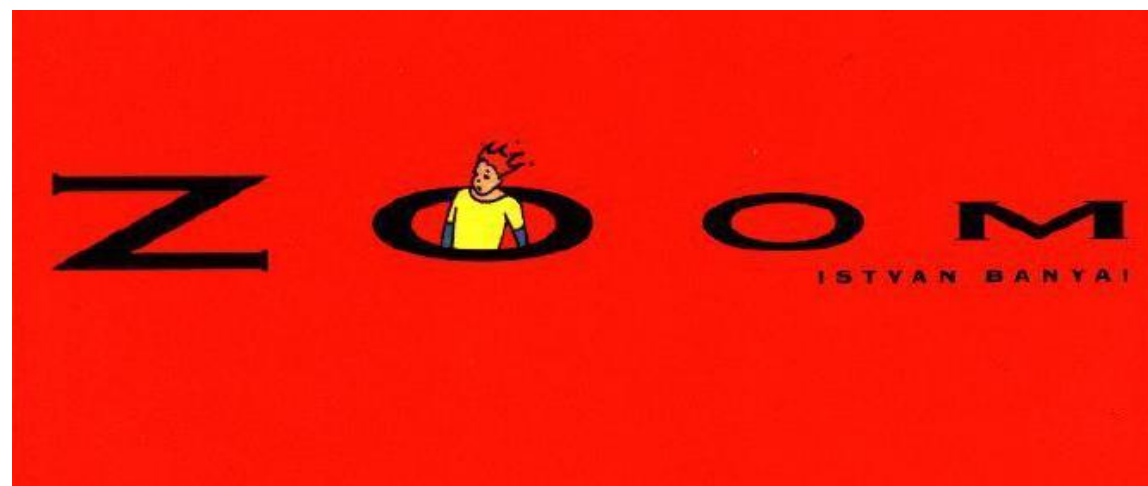


- Quando vejo ou escuto...
- Sinto-me...
- Porque necessito... É importante para mim...
- Será factível...

Aprender a observar, a sentir e a identificar as necessidades com AFETO para saber pedir é um ato de Sabedoria.

Observação

É importante observar sem acrescentar nenhuma avaliação ou julgamento sobre aquilo que vemos, ouvimos ou tocamos.



**A Comunicação Não-Violenta (CNV) é
uma alternativa para uma Comunicação
com AFETO!**



**Comunicação AFETIVA
para ser EFETIVO!**



ATIVIDADE EM GRUPO



**Comunicação AFETIVA
para ser EFETIVO!**



OBSERVE A IMAGEM POR 10 SEGUNDOS...





**Comunicação AFETIVA
para ser EFETIVO!**

EM DUPLAS

- **Prática:**
 - Pessoa A conta o que observou. B somente escuta
- **Mudança de papéis.**





Comunicação AFETIVA
para ser EFETIVO!

Somente falo do que VEJO.

OBSERVAÇÃO:

Do que VEJO e ESCUTO.

NÃO INTERPRETO
NÃO SUPONHO
NÃO INVENTO

SOMENTE OBSERVO E ESCUTO

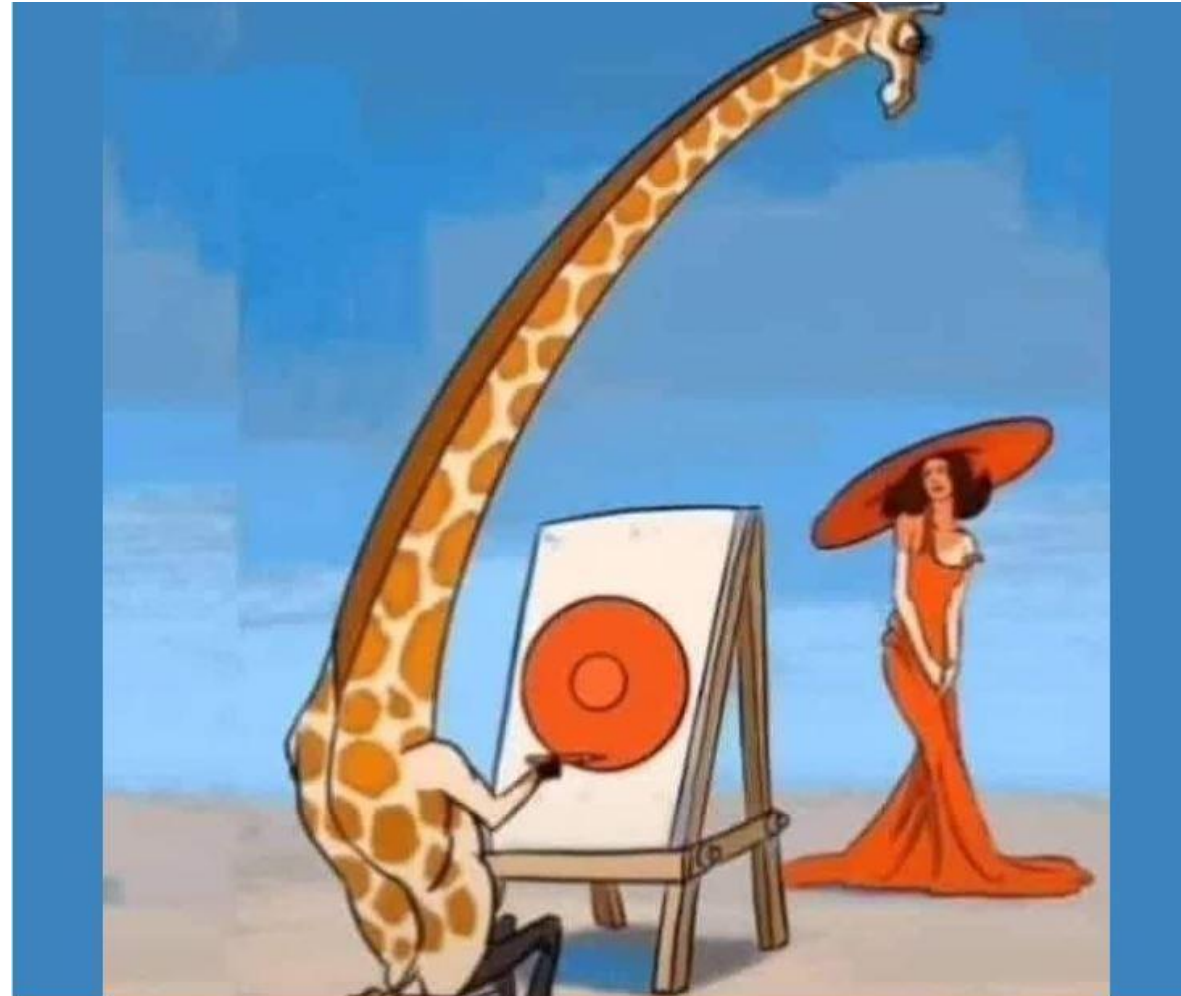


Observar sem avaliar é a forma mais elevada de inteligência humana.
J. Krishnamurti



**Comunicação AFETIVA
para ser EFETIVO!**

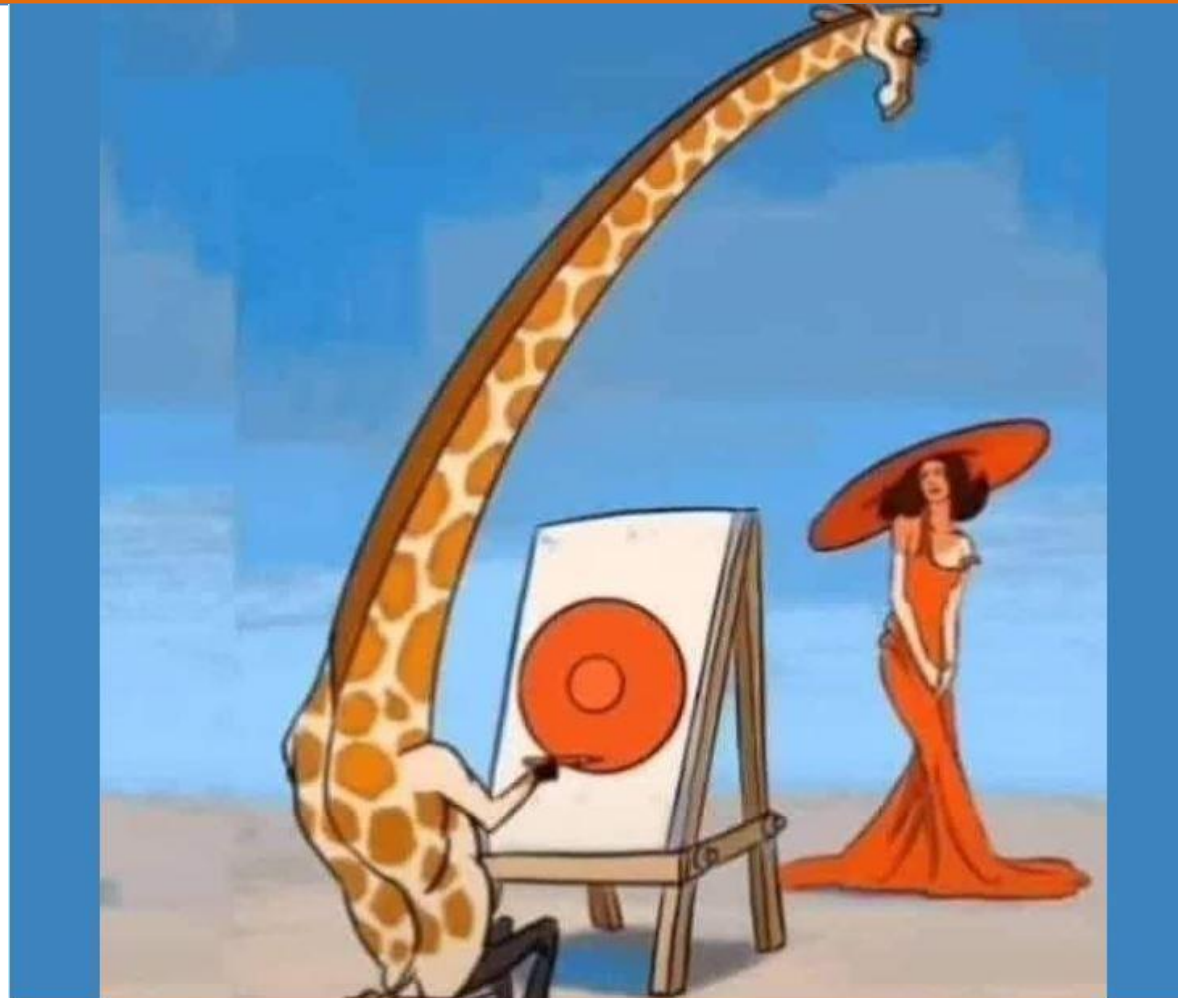
Compartilhar no grande Grupo





ATIVIDADE EM GRUPO

VEJA O FILME...





**Comunicação AFETIVA
para ser EFETIVO!**



VER E ESCUTAR VÍDEO...

<https://youtu.be/joAb83GTpbM>





**Comunicação AFETIVA
para ser EFETIVO!**



- **Prática:**
 - Pessoa A conta o que observou. B somente escuta
- **Mudança de papéis.**



EM DUPLAS



Somente falo do que VEJO.

OBSERVAÇÃO:

Do que VEJO e ESCUTO.

NÃO INTERPRETO

NÃO SUPONHO

NÃO INVENTO

SOMENTE OBSERVO E ESCUTO





**Comunicação AFETIVA
para ser EFETIVO!**



VER E ESCUTAR VÍDEO...

<https://youtu.be/joAb83GTpbM>



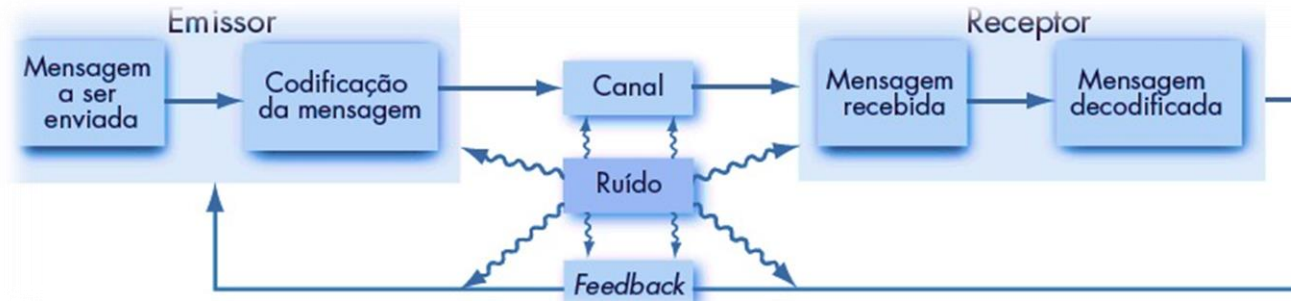
ATIVIDADE EM GRUPO

OBSERVE O OBJETO POR 10 SEGUNDOS...

Comentem:

- ✓ O que viram?
- ✓ O que escutaram?
- ✓ O que pensaram?
- ✓ O que falaram?

Filtros de Interpretação no processo de comunicação



Canais
Formais

- Canais de comunicação estabelecidos pela organização que transmitem mensagens referentes às atividades relacionadas com o trabalho de seus membros

Canais
Informais

- Canais de comunicação criados espontaneamente que surgem como resposta às escolhas individuais

A PAUSA MUDA A INTERPRETAÇÃO DA OBSERVAÇÃO?



PODE SER ASSIM...



EU PLENO



A PAUSA EM AÇÃO – FERRAMENTA 1

Dez segundos para não Falar

Pausar é um ato voluntário de tomar consciência do movimento.

Uma curta pausa muda tudo, porque é ela que dá sentido ao movimento.

O que escuto?

O que vejo?

Quais os meus sentimentos?

Quais são as minhas necessidades?

O que dizem?

O que está acontecendo?

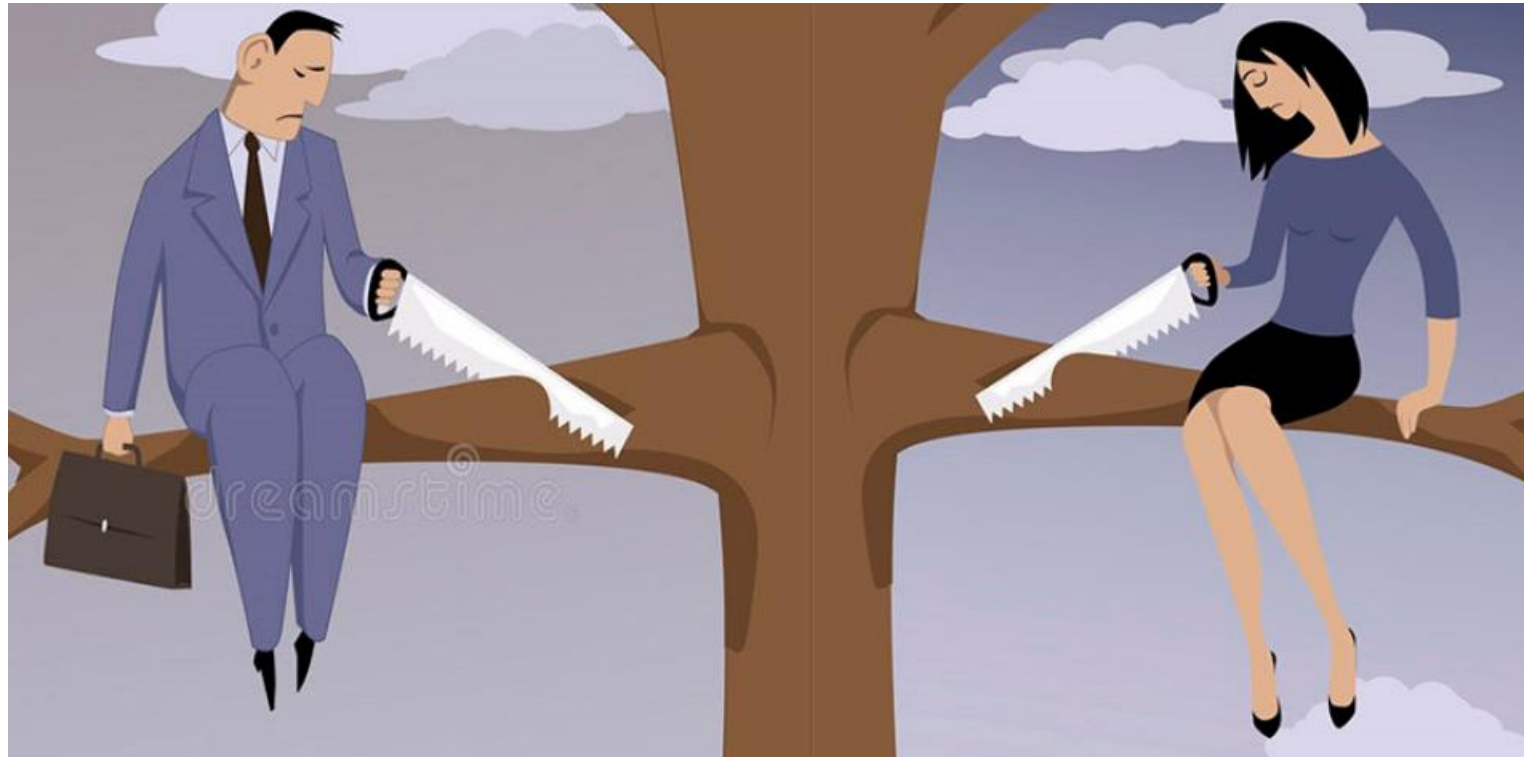
O que sentem?

O que precisam?




**olhe mais
uma vez!**

**Comunicação AFETIVA
para ser EFETIVO!**

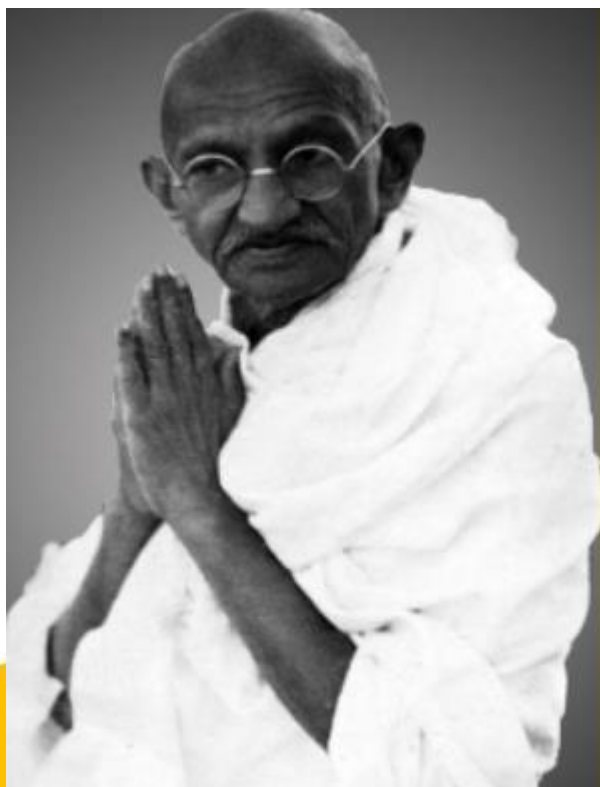




Comunicação AFETIVA
para ser EFETIVO!



A ESPIRITUALIDADE E A CNV



Mahatma Gandhi

Se fossem perdidos todos
os livros sagrados da humanidade e somente se
salvasse "O Sermão da Montanha", nada se perderia.

ATÉ DAQUI A POUCO!

