



COMUNICAÇÃO NÃO VIOLENTA COMO FERRAMENTA PARA AS PRÁTICAS RESTAURATIVAS¹

Fernanda Appel Endl², Vitória R. de Oliveira Taborda³, Ester Eliana Hauser⁴, Patrícia Borges⁵, Marcelo Loeblein dos Santos⁶, Beate Anelise Ristow⁷

¹ Estudo desenvolvido no âmbito do projeto de extensão da Unijui “Cidadania para todos”.

² Acadêmica do curso de graduação em Direito da Unijui. Bolsista do Programa Institucional de Bolsas de Extensão, financiado pela Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul - PIBEX/UNIJUI

³ Acadêmica do curso de graduação em Direito da Unijui. Bolsista do Programa Institucional de Bolsas de Extensão, financiado pela Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul - PIBEX/UNIJUI

⁴ Mestre em Direito pela UFSC. Professora do Curso de Graduação em Direito da Unijui.

⁵ Mestre em Direito pela UNISINOS. Professora do Curso de Graduação em Direito da Unijui.

⁶ Mestre em Direito pela UCS. Professor do Curso de Graduação em Direito da Unijui.

⁷ Especialista em Justiça Restaurativa. Voluntária do Projeto Cidadania para Todos.

INTRODUÇÃO

O presente resumo tem por objetivo apresentar e discutir os elementos da Comunicação Não Violenta (CNV) e discorrer sobre sua importância na realização de práticas de Justiça Restaurativa (JR). Partindo da apresentação de aspectos teóricos, demonstra como a CNV é trabalhada em atividades de extensão desenvolvidas no âmbito do Projeto Cidadania para Todos da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul, e como a mesma é ferramenta fundamental para os processos de gestão de conflitos baseados na lógica do diálogo e da participação dos envolvidos.

Buscando promover a cultura de paz por meios alternativos de gestão de conflitos, o projeto baseia-se nos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da Agenda 2030, em especial o nº 16 que trata da “Paz, Justiça e Instituições Eficazes”, trabalhando com estratégias de prevenção à violência e de promoção da cidadania e dos direitos humanos em especial com público jovem, em ambientes escolares, utilizando-se de práticas restaurativas da CNV.

METODOLOGIA

Para a construção teórica deste trabalho, utilizou-se de pesquisa bibliográfica, por meio da realização de leituras de livros, artigos e relato de experiências com base nas atividades desenvolvidas no âmbito do Projeto de Extensão. Destacam-se, entre estas atividades, as práticas restaurativas realizadas tanto internamente com a equipe quanto em ambientes escolares e demais locais de atuação, as quais proporcionam espaços seguros para o

desenvolvimento de uma linguagem empática, autêntica, para a vivência de círculos restaurativos, oficinas de gênero e de direitos humanos, nas quais se promovem o protagonismo dos sujeitos, a reflexão e exercício do diálogo qualificado, bem como a vivência de valores pacíficos e o atendimento das necessidades dos sujeitos envolvidos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O projeto de extensão Cidadania para Todos têm por objetivo principal promover a educação para a cidadania e para os direitos humanos, almejando contribuir para a construção de uma sociedade mais igualitária e pacífica. Sendo assim, são planejadas e realizadas oficinas e vivências voltadas ao protagonismo dos participantes, a partir de temáticas envolvendo questões de gênero e violência; cidadania e direitos humanos; violência, conflitividade, responsabilidade e práticas restaurativas. Assim, permitindo que cada pessoa compreenda sobre o potencial transformador de suas ações cotidianas frente à coletividade.

Sob esse viés, insere-se a CNV como instrumento auxiliar na realização das oficinas que aplicam práticas restaurativas. Inicialmente, a ideia de CNV foi proposta pelo psicólogo norte-americano, Marshall Rosenberg, buscando reformular a maneira pela qual as pessoas se expressam e ouvem os outros. O autor sugere a substituição da comunicação baseada em reações automáticas e repetitivas, pela adoção de respostas mais conscientes e autênticas, nas quais sejam abandonados os julgamentos, as disputas, os rótulos e a linguagem da culpabilização. Rosenberg (2006, pg. 23 e 24) sugere que, por meio da CNV, seja possível a adoção de mecanismos dialógicos mais compassivos e conscientes, baseados na expressão do que as pessoas sentem e precisam para viver bem coletivamente. Elenca, para tanto, quatro componentes do processo de fala e escuta que, segundo ele, permitem a construção de uma comunicação mais construtiva, capaz de promover ambientes colaborativos e seguros, nos quais a gestão de conflitos é facilitada: a observação dos fatos, o reconhecimento e a expressão de sentimentos, o reconhecimento de necessidades e o pedido.

A oficina sobre CNV objetiva propor reflexões sobre a forma de comunicação presente no cotidiano e sobre como esta contribui para o acirramento dos conflitos e a produção de violência, em todos os contextos. Busca, do mesmo modo, proporcionar um contato com os elementos da CNV e sobre a possibilidade de sua utilização no dia a dia. A abertura da prática se dá pela explicação sobre o conflito, enfatizando que este é algo natural e



inerente à vida, permeando todas as relações. Conforme Marx (1966, p. 28), o conflito é o elemento motor da dinâmica social, se conectando com a visão de Morton Deutsch (1973) que afirma que os conflitos não são construtivos ou destrutivos em si, mas que resultados construtivos ou destrutivos advêm dos meios que utilizamos para resolvê-los, entre os quais está a comunicação.

Após, a oficina propõe uma reflexão sobre o que é a CNV e sobre como a mesma pode ser adotada, iniciando pela abordagem da importância de aprendermos a observar os fatos que nos cercam sem julgamentos ou avaliações. Para Rosenberg (2006, p. 50), quando emitido avaliações e julgamentos, corre-se o risco de que a pessoa com quem se está falando, compreenda as manifestações como críticas, o que pode bloquear o processo de comunicação, “diminuindo a probabilidade de que a mesma ouça a mensagem que lhe desejamos transmitir”. Na primeira etapa os participantes recebem frases nas quais estão descritas atitudes de observação e de julgamento, sendo desafiados a saber diferenciá-las e explicar o porquê.

Logo a seguir trabalha-se a segunda etapa, que se refere a expressão de sentimentos, quando os participantes da oficina são estimulados a refletir sobre os diferentes sentimentos provocados em situações da vida (em especial aquelas que envolvem violência).

Na terceira etapa da oficina, todos são convidados a refletir acerca das necessidades vinculadas aos sentimentos expressados, de modo a perceber que sentimentos são instrumentos que permitem identificar necessidades humanas essenciais e que, para isso, basta estarmos conscientes deles sem atribuir sua responsabilidade aos outros. Por fim, na última etapa da oficina, os participantes são estimulados a, a partir de situações hipotéticas, elaborar pedidos, conforme prevê a última etapa da CNV. A vivência proposta na oficina tem por objetivo compartilhar com os participantes uma forma autêntica e compassiva de comunicação, estimulando os mesmos a utilizá-la em diferentes situações da vida, em especial quando vivenciam conflitos.

Ao final é (re)estabelecido a conexão entre as pessoas, pois por meio da CNV se valorizam as diferenças e são consideradas as necessidades de cada indivíduo, sendo um processo que “nos leva a nos entregarmos de coração, ligando-nos a nós mesmos e aos outros de maneira tal que permite que nossa compaixão natural floresça” (ROSENBERG, 2006, p. 21).



As ações do projeto “Cidadania” também se engajam no movimento de consolidação da Justiça Restaurativa no Brasil que, na esfera do poder Judiciário, vêm sendo utilizadas como mecanismo alternativo de resolução dos conflitos no âmbito da Violência Doméstica, da Infância e da Juventude e dos Juizados Especiais Criminais. Sua aplicação está regulamentada pela Resolução 225/2016 do CNJ, que define a JR como um “conjunto de princípios, métodos, técnicas e atividades próprias, que visa à conscientização sobre os fatores relacionais, institucionais e sociais motivadores de conflitos e violência”.

Partindo desse pressuposto, são realizados círculos restaurativos com a participação dos envolvidos nos processos judiciais, com as famílias e as comunidades; com atenção às necessidades legítimas da vítima e do ofensor; visando a reparação dos danos sofridos com a responsabilização, empoderamento e pacificidade. Com o auxílio da CNV, a JR tem se consolidado e obtido resultados significativos, pois as pessoas são estimuladas a refletir e reconhecer seus sentimentos e necessidades, saindo da normalização de reações automáticas e partindo para uma comunicação consciente, respeitosa, juntamente com uma escuta ativa e empática, cada parte se responsabilizando pelo seu papel no conflito, sem julgamentos.

No âmbito do projeto “Cidadania para Todos” os princípios e valores da Justiça Restaurativa, que envolvem protagonismo, respeito, autonomia, pertencimento, diálogo, igualdade, orientam todas as ações desenvolvidas. Tais valores servem como referência para o planejamento das oficinas e também se fazem presente nas ações de abordagem de conflitos, por meio de círculos de construção de paz. Neste processo os elementos da CNV são essenciais, pois permitem um diálogo seguro, respeitoso, no qual as pessoas são estimuladas a falar de si, não dos outros, a expressar suas necessidades e percepções sobre os fatos, bem como a se responsabilizar com a construção de ambientes mais seguros e pacíficos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O projeto de extensão Cidadania para Todos possibilitou o aprofundamento dos estudos sobre CNV e práticas restaurativas, permitindo o desenvolvimento de uma perspectiva positiva sobre conflitos. Considerando que, ao se ter uma gestão adequada deles, por meio de diálogo qualificado, é possível promover compreender as necessidades das pessoas, valorizar diferenças e vivenciar valores civilizatórios, o que contribui para a cultura de paz e para a prevenção da violência.



As formas alternativas de comunicação e de gestão de conflitos humanizam e pacificam as relações, os participantes, tornam-se parte de processos colaborativos e empoderadores, tornando-se protagonistas que a partir da reflexão dos sentimentos e necessidades inerentes ao ser humano conseguem estabelecer vínculos e senso de empatia.

Por fim, o presente trabalho enfatiza que as práticas restaurativas vêm ganhando espaço em diversas áreas, desde o judiciário até em escolas, vislumbrando oportunizar vivências educadoras para a paz desde cedo, a fim de promover a cidadania e os direitos humanos.

Palavras-chave: Cidadania. Práticas Restaurativas. CNV. Cultura de paz. ODS

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. CONSELHO NACIONAL DE JUSTIÇA. Azevedo, André Gomma de (Org.). **Manual de Mediação Judicial**. 6. ed. Brasília, DF: CNJ, 2016. Disponível em: <<https://www.cnj.jus.br/wp-content/uploads/2015/06/f247f5ce60df2774c59d6e2dddbfec54.pdf>>. Acessado em: 15 de agosto de 2023.

CONSELHO NACIONAL DE JUSTIÇA. Resolução nº 225, de 2016. Dispõe sobre a Política Nacional de Justiça Restaurativa no âmbito do Poder Judiciário. Disponível em: <<https://atos.cnj.jus.br/atos/detalhar/2289>>. Acessado em: 15 de agosto de 2023.

DEUTSCH, Morton. **The resolution of conflict - constructive and destructive processes**. Yale University, 1973.

DE ABREU FILHO, A. MARXISMO E HISTÓRIA. **Síntese: Revista de Filosofia**, v. 8, n. 32, p. 20-50, 1966.

ROSENBERG, Marshall B. **Comunicação não-violenta: técnicas para aprimorar relacionamentos pessoais e profissionais**. Trad. Mário Vilela. 2. ed. São Paulo: Ágora, 2006, 285 p.

Sustainable Development Goal 16: Paz, Justiça e Instituições Eficazes. **Nações Unidas Brasil**. Brasília, DF, 2023. Disponível em: <<https://brasil.un.org/pt-br/sdgs/16>>. Acessado em: 15 de agosto de 2023.