

# Escuta tória

Informativo do curso

*“Sempre vejo anunciados cursos de oratória. Nunca vi anunciado curso de escutatória. Todo mundo quer aprender a falar. Ninguém quer aprender a ouvir. Pensei em oferecer um curso de escutatória. Mas acho que ninguém vai se matricular.”*

Rubem Alves, 1999.

## Nossa inspiração:

O questionamento feito por Rubem Alves no início da crônica Escutatória foi posto em análise pela Escola de Empatia, quando iniciou o seu primeiro Curso de Escutatória, em 2016.

Será mesmo que todo mundo quer aprender a falar e ninguém quer aprender a ouvir?

escola de  
**Empatia**

O que as pessoas mais  
desejam é alguém que as  
escute de maneira  
calma e tranquila. Em  
silêncio. Sem dar  
conselhos. Sem que  
digam: "Se eu fosse  
você".

Rubem Alves



O Curso de Escutatória teve 22 edições realizadas, com a participação de mais de 400 pessoas em cidades do Brasil e na modalidade online (dados de 2021 segundo formulários de inscrições da Escola de Empatia).

Dentre os parceiros estão comunidades, escolas, universidades e realizações in company.



## Metodologia:

Para o desenvolvimento da habilidade de escuta, o Curso de Escutatória tem metodologia pedagógica vivencial e reflexiva e é dividido em dois módulos de 8 horas cada (totalizando 16 horas). Cada módulo contém 4 partes. O primeiro: Olhar generoso, Silêncio, Escuta empática e Comunicação autêntica. O segundo: Escuta dos sentidos, Escuta dos sentimentos, Escuta do outro e Escuta do mundo.

### Principais referências:

Rubem Alves, Marshall Rosenbreg, Carl Rogers.



Será possível que as pessoas desenvolvam a habilidade de escuta? A empatia é uma habilidade possível de ser exercitada ou é inata à algumas pessoas e a outras não? Quem são as pessoas interessadas no desenvolvimento da escuta e da empatia?

Venha experimentar e desenvolver o seu potencial de escuta!

escola de  
**Empatia**

Há quem não  
ouça até que lhe  
cortem as  
orelhas.

Georg Lichtenberg

escola de  
**Empatia**



# EXERCÍCIO DA EMPATIA PODE COMEÇAR NA SALA DE AULA E MELHORAR RELACIONAMENTOS

THAIS OLIVEIRA  
thaisoliveira@hojeemdia.com.br

Já parou para escutar alguém hoje? Ao menos tenta se colocar no lugar de outra pessoa durante uma discussão? Se as respostas forem negativas talvez você esteja precisando exercitar a empatia. Não sabe como? A boa notícia é que tem até curso para ajudar nessa empreitada.

Ativada pela ocitocina, também conhecida como "hormônio do amor", a empatia é uma capacidade nata de compreender o outro do ponto de vista dele. Nas redes sociais é fácil perceber como colocar isso em prática é um desafio. Basta ver os comentários – geralmente raivosos – sobre variados temas. Mas essa intolerância tem explicação. O ser humano tende a atrofiar essa habilidade com o passar dos anos.

"A empatia precisa ser reaprendida culturalmente, por meio das relações", diz a psicóloga Camila Marques, acrescentando que ter um olhar generoso e exercer o silêncio ajudam a escutar o outro.

No curso "Escutatória", realizado amanhã e nos dias 13, 20 e 27 deste mês, a Escola de Empatia (rua Alameda, 782, Santa Efigênia), por R\$ 180, a psicóloga ensinará ainda sobre a importância da "comunicação autêntica".

"A ideia é levar em consideração os nossos próprios sentimentos e necessidades e não somente os do outro. Dessa forma, somos verdadeiros com a gente mesmo e, ainda assim, conseguimos considerar o que o outro sente ou necessita", esclarece.

Uma postagem recente no Instagram do escritor João Pedro Doederlein mostra como o tema rexe com as pessoas. A definição que ele criou para o verbete foi curtida mil vezes. Três mil a mais do que o conceito sobre o amor.



BRUNA KELLY E CÂMILA MARQUES – As psicólogas ensinam que escutar e prestar atenção no outro ajuda a desenvolver a capacidade de empatia

de intolerância, inflexibilidade, agressividade e dificuldade em não aceitar o diferente", enumera.

Em um mundo cada vez mais competitivo, inclinações como essas estão cada vez mais frequentes, como afirma o publicitário Wilson Bentos, de 53 anos. "A comunicação violenta é normal, o que dificulta o desenvolvimento da empatia", frisa. Ele sabe bem os efeitos desse tipo de comportamento. "A área de publicidade, além de ter muita competição, é formada por egos", critica.

Na busca por outra realidade, Bentos tem procurado fugir de coisas prejudiciais ao exercício da empatia. "Não quero mais fazer o que não tem utilidade social. Por isso, faço perguntas como: e as pessoas? O planeta? Como vão ficar? Minha visão mudou e até mesmo minha lista de leitura e filmes", conta.

"Ainda estou em desen-

## AJUDA EXTRA

### FRANS DE WAAL

O autor mostra como diversos animais, incluindo os seres humanos, foram dotados pela evolução da capacidade de se colocar no lugar do próximo, e, às vezes, até de salvar-lhe a vida.



### ROMAN KRZYNARIC

Baseado em mais de doze anos de pesquisa, o autor nos leva a uma jornada através dos séculos para mostrar que devemos desenvolver a empatia, mostrando que é simples praticá-la.



### MARSHALL B. ROSENBERG

Manual prático que apresenta metodologia criada pelo autor, voltada para aprimorar os relacionamentos interpessoais e diminuir a violência no mundo.



## empatia(s.f.)

não é sentir pelo outro, mas sentir com o outro, quando a gente lê o roteiro de outra vida, é ser ator em outro palco, é compreender, é não dizer 'eu sei como você se sente', é quando a gente não diminui a dor do outro, é descer até o fundo do poço e fazer companhia pra quem precisa, não é ser herói, é ser amigo.

é saber abraçar a alma.

"Não adianta falar que a partir de hoje será mais empático, é preciso sustentar esse conceito."

## CURSO PARA APRENDER A ESCUTAR



## ESCUTATÓRIA

"Sempre vejo anunciados cursos de oratória. Nunca vi anunciado curso de escutatória. Todo mundo quer aprender a falar. Ninguém quer aprender a ouvir. Pensei em oferecer um curso de escutatória. Mas acho que ninguém vai se matricular." - Rubem Alves

preciso rondam julgamento 'conceito'. a defesa Costa. dora.

**Escuta técnica** Ainda durante a graduação em psicologia, Camila Marques percebeu que a escuta, tão essencial para a prática da sua profissão, era pouco trabalhada ao longo do curso. "A escuta era apresentada de forma técnica demais, mas, já formada, eu sentia que era preciso ir além". Foi quando ela começou a buscar leituras sobre a empatia e a vivência relacionadas ao ato de escutar. "Nesse caminho, eu cheguei até a comunicação não-violenta e pensei: 'é com isso que quero trabalhar'", conta ela, que junta com as psicólogas Bruna Perillo e Pollyanna Abreu, fundou em BH, a Escola de Empatia.

**Curso** Juntas, elas vão oferecer, a partir da próxima quinta (6), o curso de "Escutatória", com o objetivo de desenvolver

a habilidade de escuta para quem pretende aprimorar o autoconhecimento e os relacionamentos interpessoais.

**Escutatória** O nome foi inspirado no escritor Rubem Alves que, fazendo trocadilho com a palavra "oratória", declarou a necessidade de criar um curso só para escutar. "Sempre vejo anunciados cursos de oratória. Nunca vi anunciado curso de escutatória. Todo mundo quer aprender a falar. Ninguém quer aprender a ouvir. Pensei em oferecer um curso de escutatória. Mas acho que ninguém vai se matricular", disse ele, certa vez. O "Escutatória" vai abordar princípios da escuta ativa, da comunicação não-violenta, da comunicação autêntica, dentre outras. Mais informações sobre o programa, vagas e preço no link: [escoladeempatia.com/escutatoria](http://escoladeempatia.com/escutatoria).

# Sobre a Escola de Empatia

escola de  
*Empatia*



# Cultivamos humanidades

Somos uma empresa nascida em Belo Horizonte e fazemos parte do nicho de mercado tão importante que é o desenvolvimento de pessoas.

Cultivamos humanidades através de treinamentos e encontros intencionados nos temas da empatia e Comunicação Não Violenta.

Criamos ambientes seguros para desenvolvermos habilidades sócioemocionais!

escola de  
**Empatia**



imagine  
um  
mundo  
escola de  
Empatia



# Nossa equipe

Camila Marques (psicóloga), Corinne Lopes (advogada) e Cristiane Frade (pedagoga) compõem a equipe da Escola de Empatia. Nosso trabalho é fundamentado na perspectiva da Comunicação Não Violenta (CNV), de Marshall Rosenberg, e na Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), de Carl Rogers. Também possuímos estudos em Empatia, Felicidade, Mediação de Conflitos, Educação e Inteligência Emocional. Bruna Perillo (psicóloga) é parceira da Escola de Empatia, com atuação no curso de Escutatória.

escola de  
**Empatia**





# Co-fundadoras

Camila Marques e Bruna Perillo são psicólogas e trabalham juntas desde 2012, com o objetivo de apoiar psicólogos no desenvolvimento de habilidades terapêuticas.

Em 2016, fundaram a Escola de Empatia, acreditando que todas as pessoas necessitam desenvolver as habilidades de escuta e comunicação.

escola de  
**Empatia**

# Vamos nos conectar?

Estamos disponíveis pelos contatos:

31-982665972

contato@escoladeempatia.com.br

Acompanhe no instagram: @escoladeempatia.co

E site: [www.escoladeempatia.com.br](http://www.escoladeempatia.com.br)

