

A INTEGRAÇÃO DA COMUNICAÇÃO NÃO VIOLENTA (CNV) COM O MÉTODO DE DISCUSSÃO DE DILEMAS DE KONSTANZ (KMDD)

Cristiane Paiva Alves
Universidade Estadual Paulista, *Campus* Marília

Carolina Talanscas Mammana
Universidade Estadual Paulista, *Campus* Marília

RESUMO

Este estudo analisa a integração da Comunicação Não Violenta (CNV) com o Método de Discussão de Dilemas de Konstanz (KMDD) para aprimorar as interações interpessoais e a competência moral. A CNV, desenvolvida por Marshall Rosenberg, enfatiza a empatia, a compaixão e a comunicação clara por meio de seus quatro componentes centrais: observação, sentimentos, necessidades e pedidos. Em contraste, o KMDD é uma metodologia educacional projetada para promover o raciocínio moral envolvendo os participantes em discussões estruturadas de dilemas morais. Ao analisar o processo de nove etapas do KMDD e incorporar os princípios da CNV em cada estágio, propomos uma abordagem integrada que enriquece o diálogo, promove a compreensão e apoia a resolução de conflitos. Nossos resultados indicam que combinar a CNV ao KMDD melhora a clareza das discussões, promove um ambiente respeitoso e empático e encoraja os participantes a expressarem emoções e necessidades sem julgamentos. Essa integração não apenas aprofunda o raciocínio moral e o pensamento crítico, como também reduz comportamentos agressivos e mal-entendidos. Embora a abordagem combinada demonstre potencial em promover a competência moral e melhorar a comunicação em ambientes educacionais e de resolução de conflitos, ainda há desafios, como a necessidade de treinamento extensivo e a possível variabilidade na eficácia em diferentes contextos. Em geral, esta pesquisa destaca os benefícios potenciais da integração da CNV com o KMDD e sugere caminhos para investigações futuras com o objetivo de otimizar sua aplicação em diversos ambientes.

Palavras-chave: Comunicação Não Violenta; Método de Discussão de Dilemas de Konstanz; Competência Moral.

ABSTRACT

This study examines the integration of Nonviolent Communication (NVC) with the Konstanz Method of Dilemma Discussion (KMDD) to enhance interpersonal interactions and moral competence. NVC, developed by Marshall Rosenberg, emphasizes empathy, compassion, and clear communication through its four core components: observation, feelings, needs, and requests. In contrast, KMDD is an educational methodology designed to foster moral reasoning by engaging participants in structured discussions of moral dilemmas. By analyzing KMDD's nine-step process and incorporating NVC principles at each stage, we propose an integrated approach that enriches dialogue, promotes understanding, and supports conflict resolution. Our results indicate that combining NVC into KMDD enhances the clarity of discussions, fosters a respectful and empathetic atmosphere, and encourages participants to express their emotions and needs without judgment. This integration not only deepens moral reasoning and critical thinking but also reduces aggressive behavior and misunderstandings. Although the combined approach shows promise in promoting moral competence and improving communication in both educational and conflict resolution settings, challenges remain such as the necessity for extensive training and potential variability in effectiveness across different contexts. Overall, this research highlights the potential benefits of integrating NVC with KMDD and suggests ways for further investigation to optimize its application in various environments.

Keywords: Nonviolent Communication; Konstanz Method of Dilemma Discussion; Moral Competence.

Introdução

A Comunicação Não Violenta (CNV) e o Método de Discussão de Dilemas de Konstanz (KMDD) são metodologias desenvolvidas para melhorar as interações interpessoais, mas diferem significativamente em foco e aplicação. Desenvolvida por Marshall Rosenberg, a CNV é um modelo de comunicação que enfatiza a empatia e a compaixão no diálogo, com o objetivo de promover compreensão e cooperação em vários contextos, incluindo desenvolvimento pessoal, educação e ambientes organizacionais. Em contraste, o KMDD é uma metodologia educacional criada para desenvolver a competência moral por meio de discussões estruturadas de dilemas morais. A CNV foi desenvolvida para facilitar a comunicação empática e compassiva, melhorando os relacionamentos interpessoais e resolvendo conflitos sem violência ou coerção. É amplamente utilizada no desenvolvimento pessoal, na terapia, na educação e em ambientes organizacionais para promover empatia e cooperação (Pétry, 2024; Sofer; De Haan, 2023; Holmström, 2022).

Durante o processo de CNV, seguimos quatro componentes-chave: observações, sentimentos, necessidades e pedidos. Os praticantes são treinados para se expressar com honestidade e empatia, identificando esses elementos nas situações de comunicação (Sofer; De Haan, 2023).

Pesquisas demonstraram que a CNV aumenta a empatia, reduz o esgotamento mental entre profissionais de saúde e melhora os ambientes organizacionais ao promover uma atmosfera mais colaborativa e harmoniosa (Pétry, 2024; Monteiro et al., 2020). Também promove ações coletivas baseadas na solidariedade, aumentando a esperança e a empatia entre os participantes (Avichail et al., 2024). Além disso, a CNV é aplicada em diversos campos — incluindo resolução de conflitos, terapia e até mesmo na promoção da convivência entre seres humanos e a vida selvagem — cultivando uma maior empatia em relação ao mundo natural (Kansky & Maassarani, 2022).

O KMDD busca especificamente promover a competência moral por meio de discussões estruturadas de dilemas morais. É utilizado principalmente em ambientes educacionais para ajudar estudantes a desenvolverem a capacidade de resolver conflitos com base em valores morais universais (Kamila; Stastna, 2016). O método envolve a apresentação de dilemas morais e a facilitação de discussões abertas para explorar diversas perspectivas e raciocínios morais. Esse processo visa cultivar o pensamento crítico e o julgamento moral (Kamila; Stastna, 2016). Como o KMDD é utilizado principalmente em salas de aula, seu foco está mais nos resultados educacionais, em contraste com as aplicações mais amplas da CNV.

Embora tanto a CNV quanto o KMDD tenham como objetivo melhorar as interações interpessoais, fazem isso por meio de mecanismos diferentes e com objetivos distintos. A CNV se

concentra na empatia e na comunicação para promover compreensão e cooperação, enquanto o KMDD enfatiza o raciocínio moral e a competência por meio do diálogo estruturado. Apesar dessas diferenças, ambos os métodos contribuem de maneira única para o desenvolvimento pessoal e social.

O ensino da Comunicação Não Violenta e o emprego do Método de Discussão de Dilemas de Konstanz pode melhorar significativamente a competência moral ao promover empatia, incentivar a deliberação e reduzir comportamentos agressivos. Esses métodos se baseiam em princípios de empatia e raciocínio moral — componentes essenciais no desenvolvimento da competência moral, definida como a capacidade de resolver conflitos com base em ideais morais por meio da discussão em vez da violência ou engano. Integrar esses métodos em ambientes educacionais pode levar a um aprimoramento no raciocínio moral e à redução de tendências agressivas durante as discussões.

A CNV apoia a autorregulação emocional ao permitir que os indivíduos expressem sentimentos e necessidades sem hostilidade, criando assim um ambiente de comunicação compassiva (Rosenberg, 2003). Embora tenha sido estudada principalmente na educação básica, a CNV também tem demonstrado bons resultados em salas de aula universitárias para discutir temas controversos, promover o respeito e aprofundar a análise de ações não violentas (Koopman & Seliga, 2021).

O KMDD, ao envolver discussões abertas sobre dilemas morais, mostrou influenciar significativamente a competência moral, incentivando os estudantes a se envolverem no raciocínio moral e na deliberação (Kamila & Stastna, 2016; Studies on Moral Competence, s.d.). Estudos indicam que o KMDD pode treinar e retreinar a competência moral — particularmente em jovens com tendências agressivas — prevenindo o desenvolvimento desajustado e reduzindo a violência (Nowak & Urbańska, 2017). Apesar de a pesquisa demonstrar progresso significativo na competência moral por meio do KMDD, a aprendizagem moral induzida por empatia nem sempre foi observada, sugerindo a necessidade de pedagogias mais experienciadas (Fernández-Caminero et al., 2023).

Assim, esta pesquisa tem como objetivo analisar, com base nos passos e estruturas propostos, as possibilidades de integração da CNV com o KMDD.

Metodologia

Foi realizada uma análise das etapas do KMDD e, com base nisso, foi desenvolvida uma proposta de integração, apresentada a seguir.

Método de Discussão de Dilemas de Konstanz (KMDD)

O KMDD é um método educacional criado para desenvolver a competência moral por meio da discussão de dilemas morais. Ele envolve nove etapas estruturadas:

1. **Apresentação do Dilema:** Introduzir um dilema moral de forma neutra e objetiva.

2. **Debate Aberto:** Permitir que os participantes expressem livremente seus pensamentos e opiniões iniciais.
3. **Identificação de Argumentos a Favor e Contra:** Estruturar o debate destacando os pontos de vista favoráveis e contrários.
4. **Discussões em Grupo:** Dividir os participantes em pequenos grupos para aprofundar a discussão do dilema.
5. **Escolha de um Porta-Voz:** Selecionar um membro de cada grupo para expor as perspectivas do grupo.
6. **Apresentação das Soluções:** Compartilhar as conclusões do grupo com todos os participantes.
7. **Discussões entre Grupos:** Promover um diálogo entre os grupos para explorar diferentes pontos de vista.
8. **Reavaliação dos Argumentos:** Refletir e, possivelmente, revisar as posições iniciais com base nas novas percepções.
9. **Votação Final e Reflexão:** Concluir com uma votação e reflexão sobre o processo de discussão.

A Estrutura da CNV

Marshall Rosenberg, criador da CNV, desenvolveu quatro componentes essenciais para uma comunicação que enriquece ambas as partes:

1. **Observação:** Na CNV, é importante fazer observações sem julgamentos, ou seja, sem avaliar a pessoa que transmite a mensagem. Isso significa identificar o que está acontecendo em uma situação e como isso nos afeta. Quando misturamos observação com avaliação, as pessoas tendem a se sentir julgadas, o que pode gerar reações defensivas e criar conflitos. Por isso, é essencial expressar claramente o que observamos e como isso nos afeta, seja positiva ou negativamente (Rosenberg, 2003).
2. **Sentimentos:** Após observar uma ação, o próximo passo rumo à não violência é identificar os sentimentos que surgiram dentro de nós e aprender a expressá-los. Essa etapa nos convida a refletir sobre como muitas vezes ignoramos nossos sentimentos por não estarmos conectados conosco — geralmente por estarmos focados nos outros ou em fatores externos. Muitas pessoas não consideram seus próprios sentimentos importantes e têm dificuldade em identificá-los, o que pode ter impactos negativos na saúde e nos relacionamentos. Para isso, Rosenberg sugere expandir o vocabulário emocional. Muitas vezes achamos que estamos expressando sentimentos, mas na verdade estamos apenas compartilhando opiniões (Rosenberg, 2003).
3. **Necessidades:** Trata-se de reconhecer quais necessidades estão conectadas aos sentimentos identificados, compreendendo a raiz das nossas emoções em determinada situação. Ou seja, ao esclarecer nossa consciência sobre sentimentos e necessidades, entendemos que nossas emoções

são fruto de necessidades pessoais não atendidas. Esse passo é crucial porque nos encoraja a assumir a responsabilidade por nossos sentimentos e pelas expectativas formadas sobre uma situação particular (Rosenberg, 2003).

4. **Pedido:** Uma vez que identificamos o que observamos, sentimos e necessitamos — sem criticar, avaliar ou julgar o outro, mas de forma empática e compassiva — o passo final é fazer um pedido que atenda nossas necessidades. Rosenberg (2003) afirma que usar uma linguagem positiva ao fazer um pedido é mais eficaz do que usar uma linguagem negativa. Linguagens negativas, como dizer apenas “Não”, deixam o interlocutor sem clareza sobre o que está sendo solicitado e aumentam a chance de resistência. Para superar isso, é importante usar uma linguagem clara, positiva e concreta que comunique efetivamente o que se deseja (Rosenberg, 2003).

Resultados

Integrar a CNV a cada etapa do KMDD enriquece a discussão e promove o desenvolvimento moral:

- **Apresentação do Dilema:** A CNV garante que o dilema seja apresentado sem viés, favorecendo um ambiente aberto.
- **Debate Aberto:** Os participantes usam a CNV para expressar sentimentos e necessidades, promovendo empatia e compreensão.
- **Identificação de Argumentos:** A CNV ajuda a estruturar argumentos de forma respeitosa, evitando linguagem confrontadora.
- **Discussões em Grupo:** A CNV estimula a escuta ativa e a empatia, promovendo a resolução colaborativa de problemas.
- **Escolha de um Porta-Voz:** A CNV sustenta uma comunicação inclusiva, garantindo que todas as vozes sejam consideradas.
- **Apresentação das Soluções:** As ideias são apresentadas com clareza e respeito, reduzindo resistências e mal-entendidos.
- **Discussões entre Grupos:** A CNV facilita o diálogo respeitoso entre os grupos, minimizando conflitos potenciais.
- **Reavaliação dos Argumentos:** Os participantes são incentivados a reconsiderar suas posições com empatia.
- **Votação Final e Reflexão:** A CNV promove um ambiente reflexivo que valida emoções e necessidades, gerando maior aceitação dos resultados.

A integração da CNV ao KMDD oferece vários benefícios, aprimorando a competência moral, as habilidades comunicativas, a resolução de conflitos e a empatia. Com base nos princípios da empatia e da compreensão, a CNV se alinha ao foco do KMDD em dilemas morais, criando um ambiente

colaborativo para o desenvolvimento moral. Essa integração pode gerar uma gestão mais eficaz de desafios éticos, melhorar a comunicação interpessoal e apoiar a resolução construtiva de conflitos.

Os benefícios dessa integração incluem a melhora da competência moral visto que a CNV encoraja os participantes a se engajarem em discussões éticas com empatia e compreensão – fator crucial para o desenvolvimento de habilidades morais. Isso também ajuda os indivíduos a abordarem dilemas morais de forma colaborativa, promovendo um profundo entendimento de diversas perspectivas. Ao focar nas necessidades e sentimentos de todas as partes, CNV apoia o processo para tomar decisões éticas, alinhando-se aos objetivos do KMDD.

Técnicas de CNV enfatizam a compreensão mútua e o reconhecimento das necessidades, aspectos essenciais para uma comunicação eficaz. Essa abordagem ajuda os participantes a articularem seus pensamentos e sentimentos com mais clareza e empatia. Integrar a CNV ao KMDD pode transformar a dinâmica da comunicação, reduzindo mal-entendidos e promovendo um diálogo mais acolhedor. A CNV oferece ferramentas para resolver conflitos de forma construtiva, com foco no diálogo não violento e na compreensão. Isso ajuda os participantes a enfrentarem as causas profundas dos conflitos, em vez de se concentrarem apenas em julgamentos.

A abordagem combinada da CNV com o KMDD oferece estratégias eficazes para gerenciar conflitos interpessoais e navegar por interações sociais complexas. Ao enfatizar sentimentos e necessidades, a CNV cultiva empatia e compreensão entre os participantes — com foco em inteligência emocional que é essencial para construir relacionamentos fortes e empáticos. Com essa integração, o KMDD pode promover uma cultura de reciprocidade, onde os participantes se tornam mais atentos às emoções e perspectivas dos outros, resultando em interações mais harmoniosas.

Embora a integração da CNV com o KMDD demonstre potencial para melhorar a competência moral, é importante considerar limitações e desafios. Por exemplo, a eficácia da CNV em contextos universitários ainda é pouco pesquisada, e a estratégia mista de discussão de dilemas com persuasão narrativa nem sempre gerou os resultados esperados na promoção da aprendizagem moral baseada na empatia (Fernández-Caminero et al., 2023; Koopman & Seliga, 2021). Além disso, o impacto do KMDD na competência moral pode variar conforme o contexto e a forma específica de implementação (Kamila & Stastna, 2016). Portanto, mais pesquisas e adaptações desses métodos a diferentes ambientes educacionais são necessárias para maximizar seu potencial.

Conclusão

Integrar a Comunicação Não Violenta ao Método de Discussão de Dilemas de Konstanz cria uma sinergia poderosa que aprimora tanto o desenvolvimento moral quanto às habilidades comunicativas. Essa abordagem combinada não só melhora nossa capacidade de lidar com dilemas éticos, como também transforma nossas interações em várias esferas da vida, ao priorizar a empatia e o diálogo

construtivo. Embora a integração da CNV ao KMDD ofereça inúmeros benefícios, é importante considerar desafios como a necessidade de treinamento intensivo para dominar as técnicas da CNV e a variabilidade da eficácia da integração, dependendo da disposição dos participantes em adotar práticas de comunicação não violenta. Ainda assim, o potencial para aprimorar habilidades morais e comunicativas torna essa integração uma abordagem promissora para ambientes educacionais e contextos de resolução de conflitos.

REFERÊNCIAS

- AVICHAIL, T.; RUHRMAN, A.; EICK, N. C.; ESTLEIN, R.; & HALPERIN, E. . **Promoting solidarity based collective action through increasing hope using nonviolent communication intervention.** Journal of Applied Social Psychology, 2024. Disponível em <<https://doi.org/10.1111/jasp.13033>>. Acesso em jan. 2025
- FERNÁNDEZ-CAMINERO, G., ÁLVAREZ-CASTILLO, J. L., GONZÁLEZ-GONZÁLEZ, H., & ESPINO-DÍAZ, L. **Teaching morality as an inclusive competence in higher education: Effects of dilemma discussion and contribution of empathy.** Revista Espanola De Pedagogia, 2023. Disponível em: < <https://doi.org/10.22550/rep81-3-2023-03>>. Acesso em jan. 2025
- HOLMSTRÖM, É. **Enhancing the effects of emotion-focused individual and couples therapy by nonviolent communication.** Person-Centered & Experiential Psychotherapies, 22(1), 23–40, 2022. Disponível em: <<https://doi.org/10.1080/14779757.2022.2100809>>. Acesso em dez. 2024
- KAMILA, K., & STASNA, S. **Fostering Moral Competence With the Konstanz Method of Dilemma Discussion.** Psychology Research, April 2016, Vol. 6, No. 4, 242-249, 2016.
- KANSKY, R., & MAASSARANI, T. F. **Teaching nonviolent communication to increase empathy between people and toward wildlife to promote human – wildlife coexistence.** Conservation Letters, 2022. Disponível em: <<https://doi.org/10.1111/conl.12862>>. Acesso em dez 2024
- KOOPMAN, S., & SELIGA, L. (2021). **Teaching peace by using nonviolent communication for difficult conversations in the college classroom.** Peace and Conflict Studies. Disponível em: <<https://doi.org/10.46743/1082-7307/2021.1692>>. Acesso em dez. 2024
- MONTEIRO, L. S.; KYOTOKU, J. F.; RIBEIRO, B.; PINTO, C. T.; BRAZ, F. F.; & ROCHA, S. B. da. **A importância da comunicação não violenta (CNV) nas organizações públicas.** Femass, Macaé, v. 2, n. 2, p. 125–146, jul./dez. 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.47518/RF.V2I2.23>>. Acesso em jan. 2025
- SOFER, O. J.; DE HAAN, S.. **Nonviolent Communication: Mindfulness and compassion in relationships.** In: *Mindful Communication*. 1. ed. [S.l.]: Routledge, Cap. 2, 20 pgs, 2023 Acesso em: <<https://doi.org/10.4324/9781003262008-2>>. Acesso em jan. 2025
- NOWAK, E., & URBANSKA, A. (2017). **Moral Competence and Aggression Prevention. Updating MCT Pilot Studies Inspired by Georg Lind's Book How to Teach Morality.** Promoting Deliberation and Discussion, Reducing Violence and Deceit (2016). Disponível em: <<https://doi.org/10.14746/EIP.2017.1.13>>. Acesso em jan. 2025
- PÉTRY, H. **La Communication Nonviolente comme pratique systémique de santé.** Hegel, v. 14, n. 2, p. 147–154, 2024. Disponível em: <<https://doi.org/10.3917/heg.142.0147>>. Acesso em

ROSENBERG, M. B. **Nonviolent Communication: A language of life.** Encinitas: PuddleDancer Press, 2003.