

UM CAFÉ COM AS SUAS EMOÇÕES

O QUE ACONTECERIA NA SUA VIDA SE VOCÊ FINALMENTE PARASSE DE
TER MEDO DE SE EXPRESSAR?





MEU NOME É VALERIA E SOU PROFESSORA E FACILITADORA DESTE ENCONTRO. ATUO NA ÁREA DE ENSINO DE IDIOMAS, COM FOCO NO DESENVOLVIMENTO EMOCIONAL E COMUNICATIVO. DIVERSOS AUTORES CLÁSSICOS E CONTEMPORÂNEOS – COMO LEV VYGOTSKY, PAUL EKMAN, ANTONIO DAMASIO, MARSHALL ROSENBERG E HUMBERTO MATORANA, ENTRE OUTROS – SUSTENTAM A RELEVÂNCIA DO VÍNCULO ENTRE EMOÇÃO E LINGUAGEM, APONTANDO QUE OS PROCESSOS COMUNICATIVOS ESTÃO PROFUNDAMENTE RELACIONADOS AOS ESTADOS EMOCIONAIS. A PARTIR DESSA PERSPECTIVA, ESTE ESPAÇO FOI CONCEBIDO COM O OBJETIVO DE INTEGRAR LÍNGUA, EMOÇÕES E CONEXÃO HUMANA.





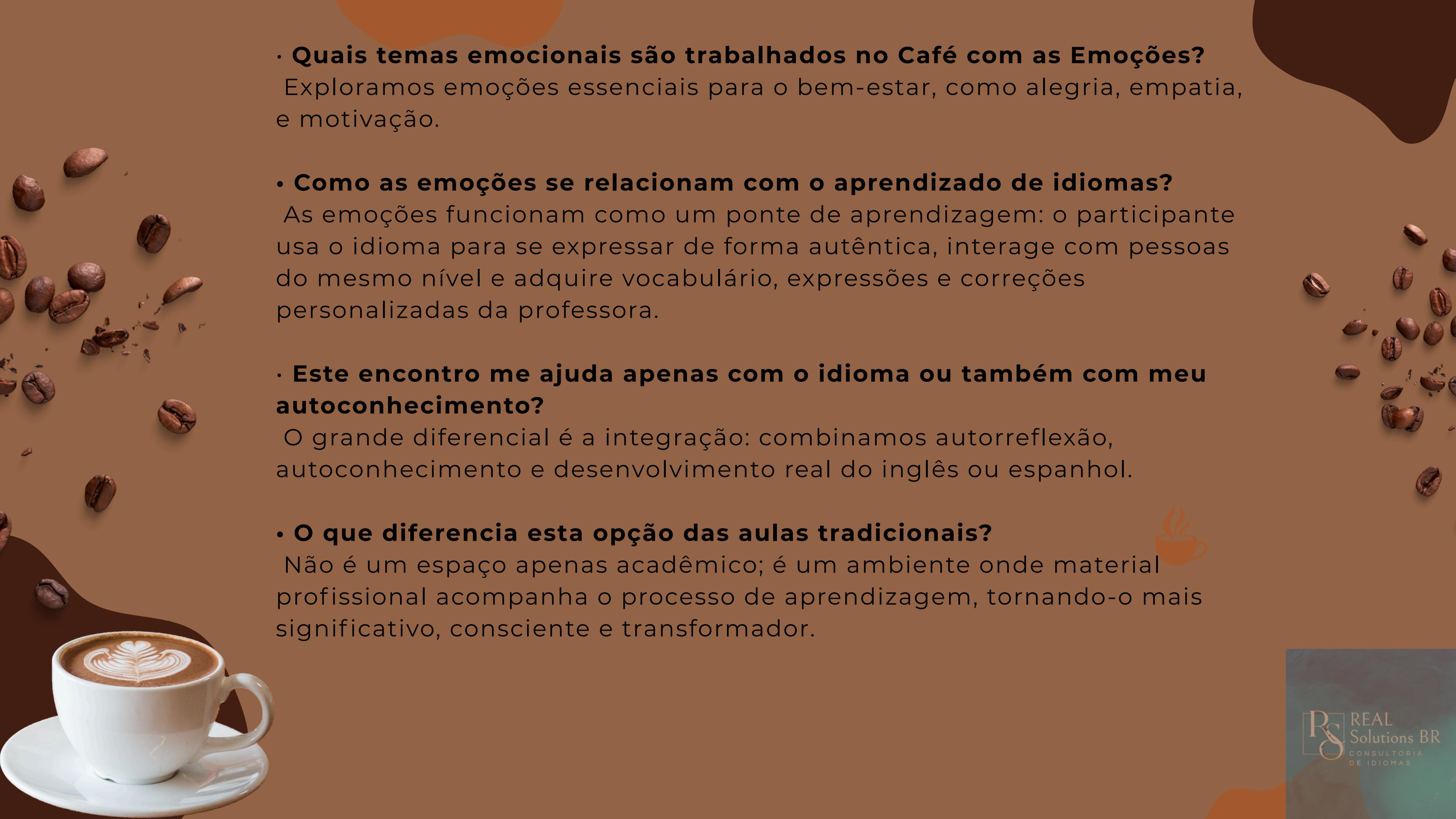
UM CAFÉ COM AS EMOÇÕES É UM ESPAÇO SEGURO E ACOLHEDOR, REALIZADO PELO ZOOM, DEDICADO À CONVERSA E À REFLEXÃO SOBRE SENTIMENTOS, DESAFIOS E CONQUISTAS. EM CADA ENCONTRO, EXPLORAMOS UMA EMOÇÃO ESPECÍFICA – COMO EMPATIA, ALEGRIA, ANSIEDADE, MOTIVAÇÃO, INSEGURANÇA, ENTRE OUTRAS – ENQUANTO PRATICAMOS O IDIOMA DE FORMA NATURAL, CONSCIENTE E SIGNIFICATIVA.



ENTÃO, PEGUEM SEU CAFÉ, RESPIREM FUNDO E SE PERMITAM ESTAR PRESENTES. AQUI, VOCÊS NÃO PRECISAM TER ‘AS PALAVRAS PERFEITAS’ – SÓ PRECISAM SER VOCÊS MESMOS. O IDIOMA A GENTE CONSTRÓI JUNTOS, E AS EMOÇÕES NÓS ACOLHEMOS COM CALMA.”

SOBRE O CONTEÚDO





• Quais temas emocionais são trabalhados no Café com as Emoções?

Exploramos emoções essenciais para o bem-estar, como alegria, empatia, e motivação.

• Como as emoções se relacionam com o aprendizado de idiomas?

As emoções funcionam como um ponte de aprendizagem: o participante usa o idioma para se expressar de forma autêntica, interage com pessoas do mesmo nível e adquire vocabulário, expressões e correções personalizadas da professora.

• Este encontro me ajuda apenas com o idioma ou também com meu autoconhecimento?

O grande diferencial é a integração: combinamos autorreflexão, autoconhecimento e desenvolvimento real do inglês ou espanhol.

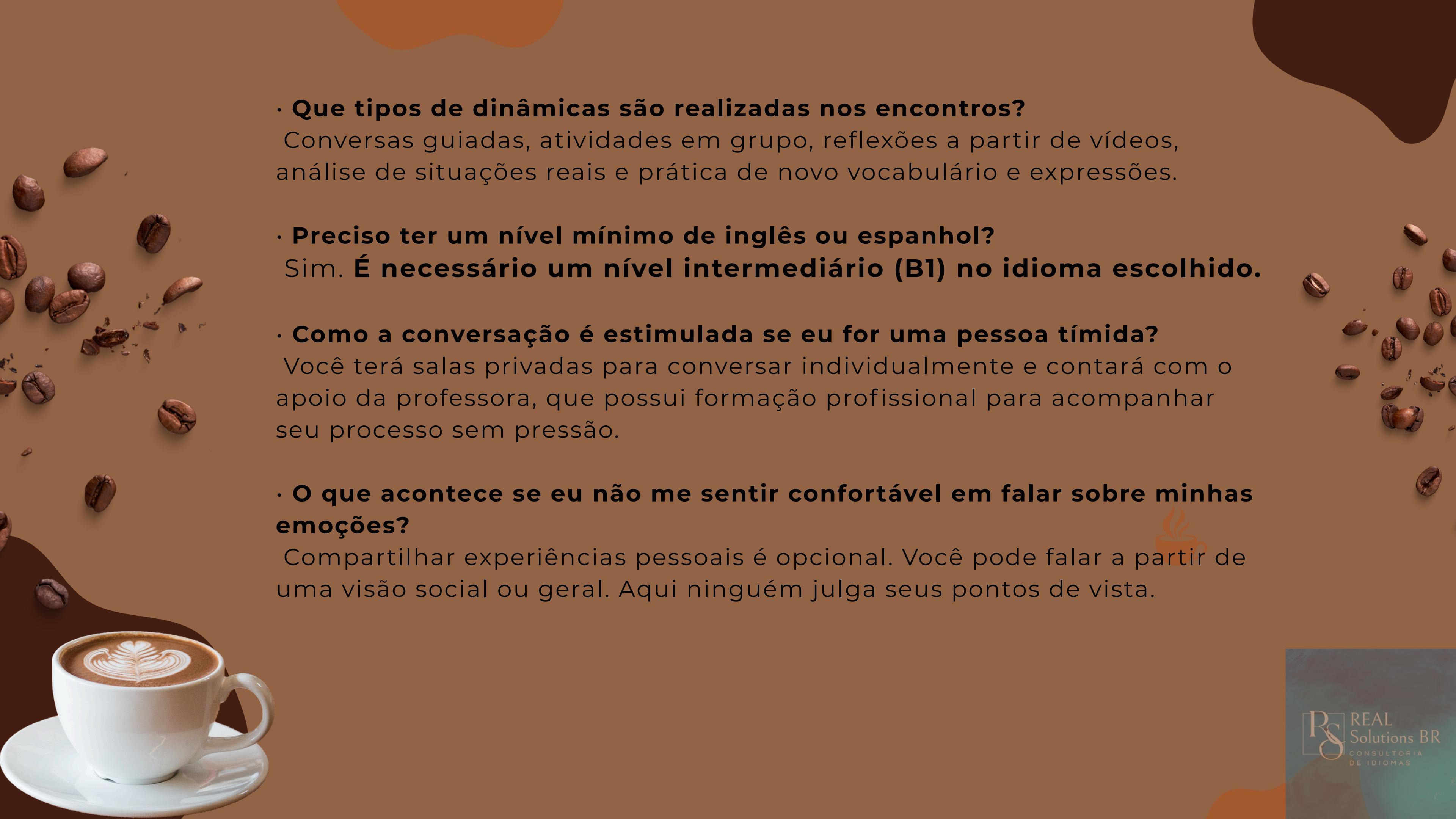
• O que diferencia esta opção das aulas tradicionais?

Não é um espaço apenas acadêmico; é um ambiente onde material profissional acompanha o processo de aprendizagem, tornando-o mais significativo, consciente e transformador.



SOBRE A METODOLOGIA





- **Que tipos de dinâmicas são realizadas nos encontros?**

Conversas guiadas, atividades em grupo, reflexões a partir de vídeos, análise de situações reais e prática de novo vocabulário e expressões.

- **Preciso ter um nível mínimo de inglês ou espanhol?**

Sim. **É necessário um nível intermediário (B1) no idioma escolhido.**

- **Como a conversação é estimulada se eu for uma pessoa tímida?**

Você terá salas privadas para conversar individualmente e contará com o apoio da professora, que possui formação profissional para acompanhar seu processo sem pressão.

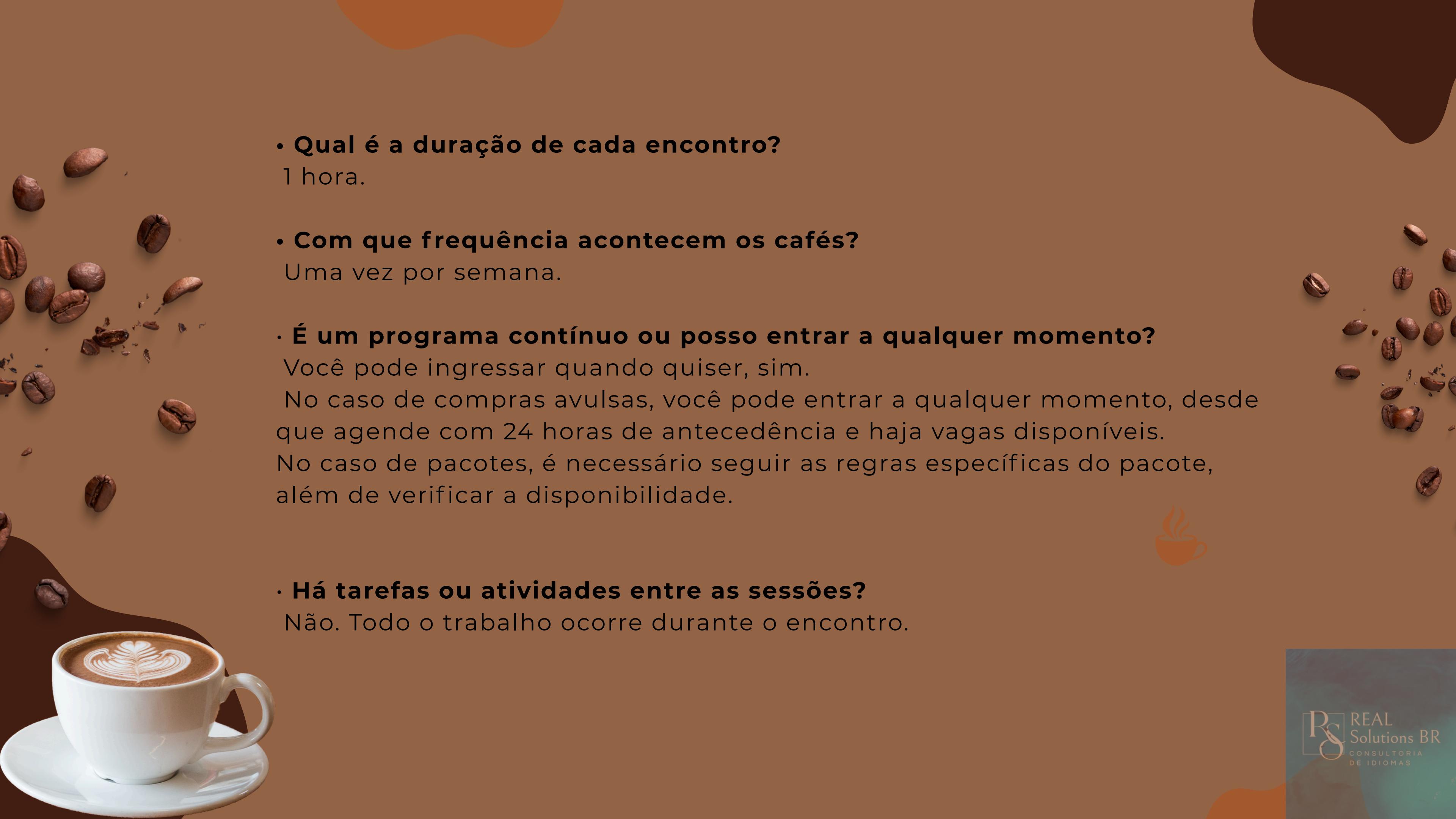
- **O que acontece se eu não me sentir confortável em falar sobre minhas emoções?**

Compartilhar experiências pessoais é opcional. Você pode falar a partir de uma visão social ou geral. Aqui ninguém julga seus pontos de vista.



SOBRE DURAÇÃO E ORGANIZAÇÃO





- **Qual é a duração de cada encontro?**

1 hora.

- **Com que frequência acontecem os cafés?**

Uma vez por semana.

- **É um programa contínuo ou posso entrar a qualquer momento?**

Você pode ingressar quando quiser, sim.

No caso de compras avulsas, você pode entrar a qualquer momento, desde que agende com 24 horas de antecedência e haja vagas disponíveis.

No caso de pacotes, é necessário seguir as regras específicas do pacote, além de verificar a disponibilidade.

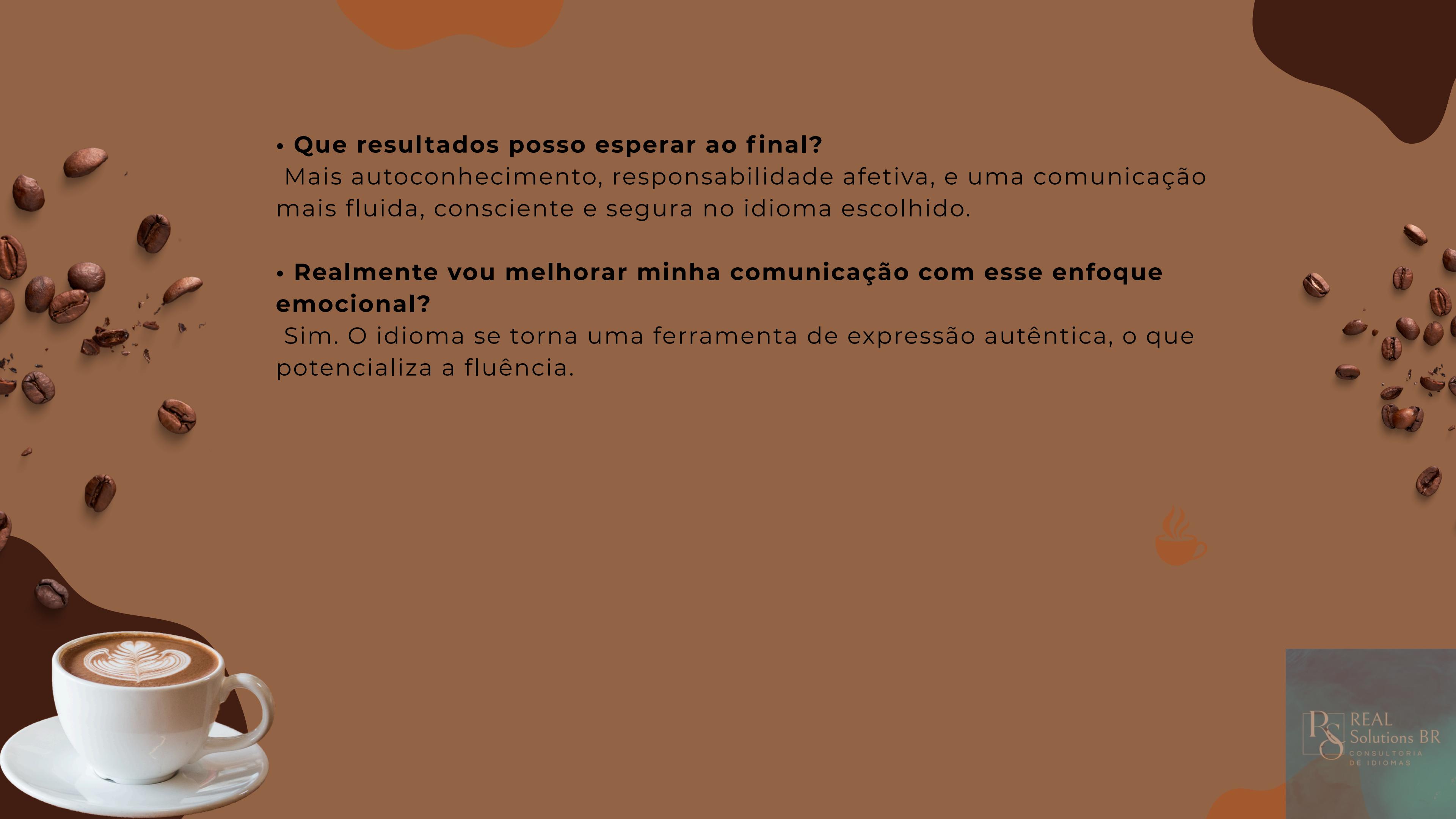


- **Há tarefas ou atividades entre as sessões?**

Não. Todo o trabalho ocorre durante o encontro.

SOBRE BENEFÍCIOS E RESULTADOS





- **Que resultados posso esperar ao final?**

Mais autoconhecimento, responsabilidade afetiva, e uma comunicação mais fluida, consciente e segura no idioma escolhido.

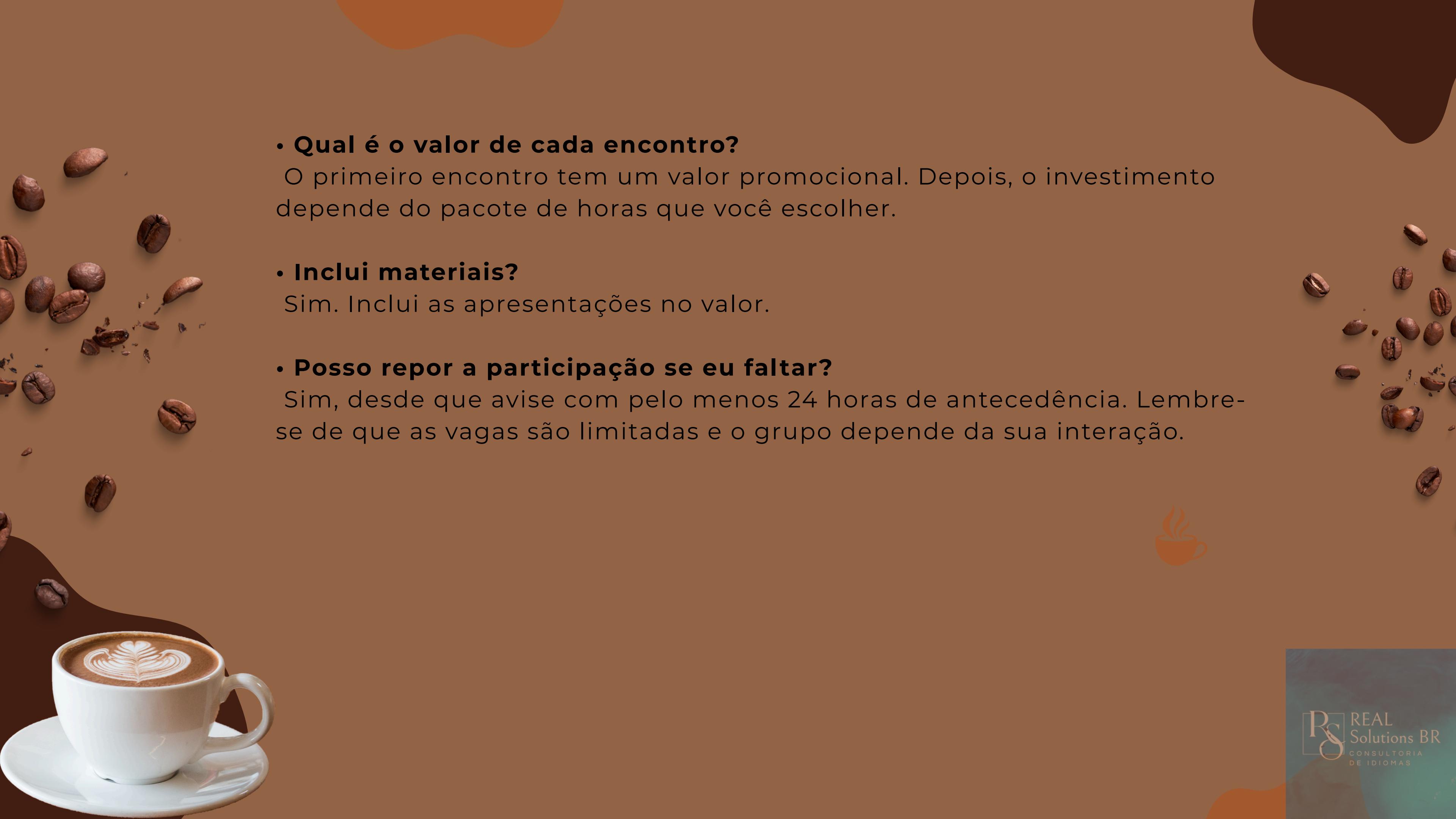
- **Realmente vou melhorar minha comunicação com esse enfoque emocional?**

Sim. O idioma se torna uma ferramenta de expressão autêntica, o que potencializa a fluência.



SOBRE O PRÁTICO





- **Qual é o valor de cada encontro?**

O primeiro encontro tem um valor promocional. Depois, o investimento depende do pacote de horas que você escolher.

- **Inclui materiais?**

Sim. Inclui as apresentações no valor.

- **Posso repor a participação se eu faltar?**

Sim, desde que avise com pelo menos 24 horas de antecedência. Lembre-se de que as vagas são limitadas e o grupo depende da sua interação.



SOBRE A EXPERIÊNCIA PESSOAL



- **Preciso compartilhar experiências pessoais ou é opcional?**

É totalmente opcional.

- **O ambiente é mais introspectivo ou mais conversacional?**

Uma combinação dos dois — depende de como você deseja vivenciar a experiência.





QUE VERSÃO DE SI MESMO VOCÊ PODERIA
ALCANÇAR SE APRENDESSE
A SE COMUNICAR COM MAIS CLAREZA, TRANQUILIDADE E
AUTENTICIDADE?

