



EL ARTE DE SABER ESCUCHAR

Manuel Marín Risco



- Nada parece tan sencillo como escuchar.
 - No hay que hacer nada.
 - Simplemente **oír con atención** lo que se nos dice.



¿QUÉ DIFERENCIA HAY ENTRE ESCUCHAR Y OIR?

- Escuchar: Es oír con interés, estar concentrado en lo que dice la otra persona; poner atención, recordar, pensar y razonar.
- Oír: percibir con el sentido del oído las palabras que se hablan. Percibir sonidos y distinguir sonidos sin prestar atención.



- No parece a primera vista complicado.
- Pero en realidad sí que lo es.
- Porque los humanos **no nos escuchamos.**
- **Preferimos hablar nosotros a escuchar lo que nuestro interlocutor nos está diciendo.**



- Hablar cuando el otro está hablando es una falta de educación.
- El daño que hace a la convivencia.
 - Es mayor que la simple transgresión de una norma de urbanidad.



- **Quien no escucha, no respeta a quien está hablando.**
 - Es un ataque directo a la dignidad de la persona.
- El don de la palabra.
 - Tiene su similitud en la sabiduría del que escucha.



- En toda comunicación se da un Emisor y un Receptor.
- Por tanto, los dos son responsables de la calidad de la comunicación.



- También depende de la educación que se ha recibido
 - Como del **esfuerzo** que ponga cada uno.
 - De su disposición de ánimo.



- El oír lo da la naturaleza.
- **La escucha se cultiva.**
- No hay peor sordo que el que no quiere oír.



- Escuchar es respetar a la persona que habla.
 - **Tomar en serio sus palabras.**
- Por ser quien es.
 - Merece que le prestemos atención hasta que termine.



Hay que escuchar con la
intención
de
Entender



- Saber **escuchar** es un arte que no se logra sin **esfuerzo**.
 - No es oír el sonido de las palabras.
 - No es solo prestar atención.
 - No es simple captación de sonidos.
 - No es una actitud de pasividad.
 - De no escuchar el contenido.



- Es más que oír con paciencia a los demás.
- **Es interpretar y entender lo que dice.**
- Es descubrir el sentido que las palabras encierran.



- **Lo importante no es escuchar lo que se dice, sino averiguar lo que se piensa.**



- **Es un comportamiento activo** que supone.
 - Acercamiento y acogimiento.
 - Interesarse en lo que de verdad importa al otro.



- **Se trata de la actitud.**
- Más que de una técnica.
- Ya que escuchar, requiere:
 - La aceptación de la persona tal como es.



- La buena escucha depende de:
 - **De la intensidad y calidad de la relación.**
 - Que compartan los mismos puntos de vista.
 - Las prisas que haya.



INTERRUPCIONES JUSTIFICADAS

- Unas veces vienen exigidas por las prisas.
 - Ya que la **emergencia extrahospitalaria tiene sus tiempos.**
 - Ya que tratamos de eliminar de la conversación todo lo que no creemos necesario.



No siempre tenemos
tiempo para decir
todo!

Vaca!

TU
HERMANA



Padre con el hijo en la escuela

- En otras ocasiones, es nuestro afán de protagonismo.
- El que no tolera que el otro lleve la voz cantante.



- No hay excusa por “explicable” que sea.
 - Que justifique esta actitud en el arte de la conversación.
- **Si no nos escuchamos.**
- **Si no prestamos atención a lo que se nos dice.**
 - La calidad queda gravemente dañada.





PUEDE QUE SEA SOLO
MI IMAGINACION, DR.
PERO TENGO LA
SENSACION QUE
LA GENTE NO ME
ESCUCHA

- En cambio, todo lo que sea **fomentar una actitud de escucha.**
 - De respeto mutuo.
 - Si puede ser, de cariño.
 - Es elevar la calidad en la escucha.



- ¿Por qué nos empeñamos tanto en hablar y tan poco en escuchar?
- ¿Por qué no nos tomamos en serio aquello que nos dicen?





- Para fomentar esta actitud de escucha.
- Es necesario un cierto silencio interior.
- Una capacidad de recibir en nuestro propio interior lo que nos viene de fuera.
- **Así es más fácil escuchar.**



- Hay personas que habitualmente cuando habla el otro no.
 - No reflexionan.
 - No ponderan en su interior lo que oyen.



- Sabemos que no basta con hablar para ser entendidos.
- Que es importante lo que el otro escucha y comprende.



- El tono de voz.
- El vocabulario.
- Los gestos corporales.
 - Un asentimiento leve.
 - Una sonrisa.
 - Una mirada.
- Todo forman parte del mensaje que

emitimos.

Manuel Marín Risco



- La disposición a escuchar debe ser:
- Dinámica y creativa.



Algunos malos hábitos a evitar:

- Estar impaciente por tomar la palabra, en lugar de dejar hablar al otro.
- Interrumpir repetidamente la conversación.

¡Escucha! O tu lengua te volverá sordo.



Algunos malos hábitos a evitar:

- Reaccionar impulsivamente ante cualquier discrepancia.
- Mostrar con nuestro tono de voz, apatía o agresividad.



Algunos malos hábitos a evitar:

- Confundir el “ruido de palabras”.
- Brindar poca atención a nuestro interlocutor.
- Ignorar el interés del otro.
- Hablar al mismo tiempo con más de una persona.



Podremos escuchar mejor:

- Sin interrumpir a la otra persona.
- Haciendo preguntas pertinentes.
- Dando respuestas visuales o verbales.
- Aceptando al interlocutor.



Podremos escuchar mejor:

- Sin miedo a la verdad.
- Evitando la locuacidad.
- Teniendo buena actitud mental y ejercitando una escucha activa.
- Controlando el impulso a desmentir.



- La calidad de la atención y tener la **paciencia de escuchar sin interrumpir.**
- Ayuda para que la comunicación:
 - Sea más abierta.
 - Más serena.
 - Más sincera.



- **Mucha gente hace preguntas, pero poca gente escucha las respuestas.**



CLAVES DE LA ESCUCHA ACTIVA



1. Escuchar sin interrumpir, ni contradecir, ni objetar, ni criticar.
2. Escuchar prestando 100% de atención, interna y externa.
3. Escuchar más allá de las palabras (empatía).



RESUMEN

**“ESCUCCHAR” ES MÁS
IMPORTANTE QUE
“HABLAR”**

**“EL ESCUCCHAR” DA
MÁS FUERZA A LA
HORA DE HABLAR”**





Manuel Marín Risco

