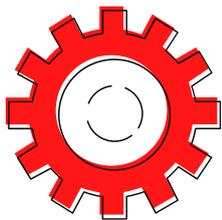
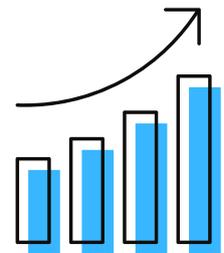


LA ESCUCHA ACTIVA

¿QUÉ ES LA ESCUCHA ACTIVA?

Es una manera de comunicarnos en donde se pretende hacerle saber a la persona que nos está comunicando algo que realmente se le está atendiendo y comprendiendo.
La persona y su historia es el centro de atención.

S



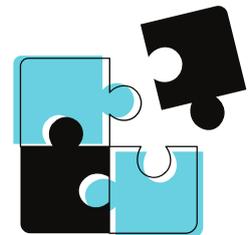
Se escucha de manera consciente, es decir, hacemos un esfuerzo por centrar toda nuestra atención en aquello que nos está comunicando la otra persona y no sólo eso, sino que también prestamos la atención suficiente para conocer realmente cómo se siente.

A

¿QUE HACER?

Mantener contacto visual y sonreír
Emitir palabras de refuerzo
Hacer preguntas alucivas
Repetir el mensaje
Postural corporal receptiva y mantener la atención

E



No estamos acostumbrados a escuchar activamente a otros y pensamos que solo por el hecho de estar presente cuando alguien nos está comunicando algo y cuando oímos lo que nos dice, estamos escuchándolo(a) como se debería y esto no es así.

R