

PROPÓSITO:

IMPLEMENTAR LAS TÉCNICAS ADECUADAS PARA ESCUCHAR Y UTILIZARLAS CORRECTAMENTE EN SU VIDA Y PROMOVER LA SANA CONVIVENCIA

MOTIVACIÓN:

Cordial saludo estimados estudiantes en esta guía vas a encontrar actividades que vas a realizar Durante 2 semanas. Para ello vas a necesitar como hasta ahora del celular u otro dispositivo en el que puedes observar las actividades a desarrollar. Te invito a tomar apuntes de los conceptos en tu cuaderno.



OBSERVA EL VIDEO

REFLEXIONA

EXPLICACIÓN:

APRENDER A ESCUCHAR

<https://prezi.com/yitddvqciyb9/tecnicas-para-saber-escuchar-y-normas-para-saber-tener-corte/>

Los problemas de comunicación más frecuentes para los directores son: poca atención al momento de escuchar, hablar por encima de los demás y la falta de preguntas sobre un tema.

Además, un mal manejo de comunicación señala la inhabilidad de ajustar el mensaje para tu audiencia y mostrar que no estás en sintonía.

Lo creas o no, tener fallas en esta área puede representar graves problemas a la hora de delegar, negociar y presentar ideas e inspirar a tu equipo de trabajo.

Entonces, ¿cuál sería el problema de comunicación número uno?: la escucha activa.

Esta habilidad suele no ser tomada tan en cuenta, pero representa algo importante a la hora de comunicarte con tus empleados.

De hecho son los líderes quienes utilizan esta técnica los que se ven beneficiados al improvisar relaciones con sus empleados y crear un equipo mucho más productivo y feliz.

El arte de la escucha activa

<https://es.slideshare.net/ielopez/la-percepcion-ielj-2013-16145375>

Hay una razón por la que Dios nos dio una boca y dos oídos: los managers que saben escuchar activamente tienen una ventaja ante los que no. Entonces ¿qué es lo que esta técnica realmente significa?

Es un método de escucha en el cual el oyente entiende claramente lo que la otra persona quiere transmitir. Esto requiere de mucha disciplina y del desarrollo de nuevos hábitos.

De hecho, para poder llevarlo a cabo tienes que ponerte en el lugar de la otra persona para así poder concentrarte en el mensaje que quiere decir.

De esta manera tendrás que aprender a hacer las preguntas adecuadas para así clarificar, reflejar y parafrasear lo que has escuchado.

Las técnicas para recordar el mensaje incluyen:

- Prestar atención utilizando contacto visual y asentir con la cabeza que sí estás entendiendo.
- Observar el lenguaje corporal de la persona que está hablando y los tipos de palabra que utiliza.
- Eliminar la tentación de tener una respuesta en automático. De esta manera te darás la oportunidad de realmente entender.
- Dejar que la persona que esté hablando termine de hacerlo.
- Responder de manera abierta, honesta y respetuosa

La meta aquí no es solamente escuchar el mensaje sino entenderlo al cien, con todo y emociones.

Beneficios

Una vez perfeccionada, esta habilidad puede ayudarte de muchas formas pues además de asistirte a detectar problemas a tiempo, también puede aumentar tu productividad al minimizar los malentendidos.

De esta manera, tu equipo sabrá que sus opiniones e ideas son escuchadas y valoradas y de esta misma manera será estimulado para alcanzar su potencial para inspirar y motivar a sus equipos.

Finalmente, la cantidad de información compartida será mayor haciendo del trabajo uno más creativo e innovador.

¿Qué es lo que te detiene de escuchar activamente?

Estas son algunas barreras que pueden dificultar esta habilidad:

Demasiada información

- Mal manejo de emociones: cuando estás en un estado emocional elevado como lo es enojo, sorpresa o frustración esta actividad se puede ver cegada
- Ruido: el sonido de fondo puede dificultar escuchar de manera adecuada. Si el mensaje es importante encuentra un lugar tranquilo para hacerlo.

- Distracciones visuales: esto hará que te distraigas fácilmente del mensaje.
- Aburrimento: seamos sinceros, aquellos que hablan en el mismo tono pueden generar desinterés en la persona de enfrente.
- Ritmo: evita ser muy rápido o muy lento.

APRENDER A ESCUCHAR...

APRENDER A ESCUCHAR: UNA CUALIDAD QUE ESTAMOS PERDIENDO

Saber escuchar es un don, y poder transmitírselo a nuestros hijos, un valor fundamental para su vida presente y futura. Te damos algunos tips para lograrlo y practicarlo en la cotidianidad con tu familia:

- La conversación tiene que establecerse por turnos; es importante darle la palabra a quien desea expresarse y esperar a que termine la idea para que otro participe. En ese sentido, quien escucha debe poner toda su atención en el que habla. Un buen ejercicio es la lectura en voz alta y por turnos.
- La vista de quien escucha tiene que dirigirse a los ojos y a la boca de quien habla, no interrumpir es la regla de oro.
- Es recomendable para los padres hacerles saber a sus hijos que estarán en paz y tranquilo cuando necesite comunicarse ellos, es decir, nada los distraerá para ponerle la atención que se merece. Este es un principio para que ellos sepan escuchar también.
- Escuchar y ser escuchado nos da a los hijos mucha seguridad, será la manera ideal para que él o ella puedan también expresarse.
- Si por el momento es difícil escuchar a alguien por alguna tarea que se esté realizando, es mejor decirlo y retomar el espacio en otro momento.

Cuando sobreviene una discusión fuerte, respira hondo y no digas nada. Y trata de imaginar cómo te sentirías si vieras el mundo a través de los ojos de la otra persona.

Si deseas expresar un punto de vista diferente, asegúrate de que el otro haya concluido y luego reformula su punto de vista antes de ofrecer el tuyo. Trata de no levantar la voz.

Comprende. Antes que nada, asumí esa responsabilidad.

Abstente de defenderte hasta que la otra persona sienta que entendiste y que te interesa resolver el conflicto.

según estudios recientes, es mayor el tiempo que pasamos escuchando, que hablando, y para explicarlo mejor, los investigadores indican que del tiempo total que dedicamos a la comunicación, 22% se emplea en leer y escribir, 23% en hablar y el 55% restante, en escuchar.

Lo anterior no quiere decir que estemos más dispuestos a escuchar que a hablar, sino que vivimos más expuestos a estar recibiendo información que a transmitirla.

ESTRATEGIAS PARA APRENDER ESCUCHAR HAS UN INFORME DE LAS OPCIONES QUE NOS COMPARTE

EJERCICIOS:

OBSERVA EL SIGUIENTE VIDEO Y EXPLICA LOS ASPECTOS QUE SE REFIEREN A APRENDER A ESCUCHAR

http://eoepsabi.educa.aragon.es/descargas/G_Recursos_orientacion/g_5_habilidades_sociales/g_5.2.hhs_basicas/2.4.Comunicacion%20y%20escucha%20activa.pdf

DESCARGA LA GIA

[9e05af7abc-aprender-a-escuchar.pdf](#)

RESUELVE EN SUS CUADERNO

- *¿Porque se dice que aprender a escuchar es un DON...?*
- *Menciona cinco (5) cosas que hacemos y que impiden en nosotros aprender a escuchar.*
- *Explica porque dedicamos poco tiempo a saber a escuchar a los demás...'*
- *Escoge uno de los Tips que están en la lectura y represéntalo por medio de un dibujo*
- *¿Cuáles son los beneficios que recibimos si aprendemos a escuchar...?*
- *¿Qué nos enseñan las imágenes de este blog...?*
- *Haz una lista de palabras claves de este blog y de la pagina sugerida en el link que te ayudan a comprender la temática que estas desarrollando.*

EVALUACIÓN:

SE EVALUA LOS INFORMES Y GUÍA

BIBLIOGRAFÍA:

Aguilar, M. (2007). Reflexiones acerca de la habilidad de escuchar en el proceso docenteeducativo. Recuperado de: <http://www.efdeportes.com/efd106/la-habilidad-escu...> Albarraín, D., Johnson, B. T., & Zanna, M. P. (2005). The handbook of attitudes. Mahwah: Lawrence Erlbaum.