

8.2

La escucha habitual

“Así como hay un arte de bien hablar, existe un arte de bien escuchar”.

Epicteto de Frigia.

Quando dialogamos activamos lo que sabemos tanto en la construcción del mensaje que queremos transmitir como en la interpretación de lo que la otra persona expresa. Entre eso que sabemos, se encuentra la forma como escuchamos y la profundidad con que lo hacemos. En esta lección abordaremos los distintos niveles de escucha, empezando con la habitual, para reconocerlos y aprender a construir diálogos que nos conecten con nosotros mismos y con quienes interactuamos.

El reto es identificar los diferentes “niveles de escucha” al interactuar y trabajar con otras personas.

Actividad 1.

a. En parejas, analicen el siguiente caso:

Vero. Con este pantalón me veo gorda.

Juan. No, te ves muy bien

Vero. Fíjate que ayer salí con...

Juan. Con tu novio.

Vero. No, con mi mamá y me dijo que...

Juan. Te regañó.

Vero. No, me dijo que quería hacerme una fiesta de cumpleaños.

Juan. Conociéndote, le dijiste que no.

Vero. Le dije que sí.

Juan. Pues seguro va a invitar a tus tías y vas a estar molesta.

Vero. No, no va a invitar a mis tías, será sólo con mis amigos.



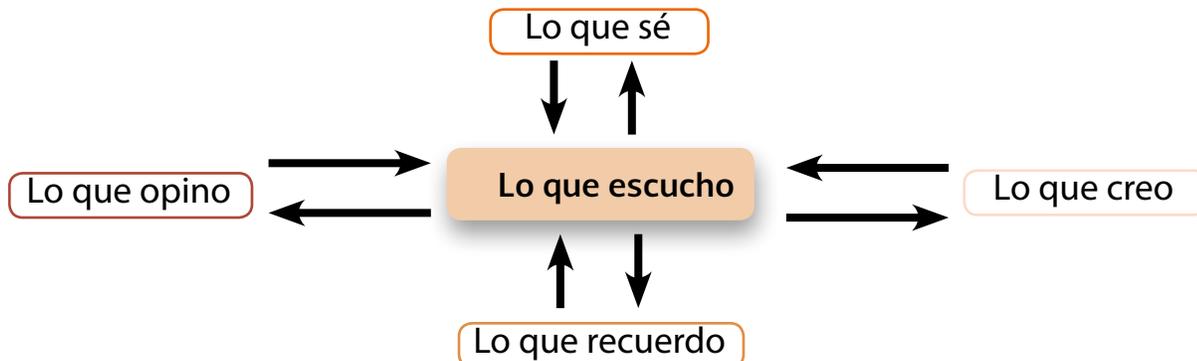
b. Respecto a la conversación entre Juan y Vero comenten:

- ¿Qué notan en el diálogo?
- ¿La escucha de Juan es atenta y activa? ¿Por qué?
- ¿El tipo de escucha de Juan favorece la conexión entre ambos?
- ¿En qué basa sus aportaciones Juan?

c. Construyan una definición de “escucha habitual” y anótenla aquí o en su libreta.

Actividad 2.

a. Entre todo el grupo, con apoyo de su profesor, analicen el siguiente esquema sobre la escucha habitual que muestra cómo ésta se concentra en los conocimientos, opiniones, creencias y recuerdos personales limitando la atención hacia lo que la otra persona sabe, cree, opina o recuerda:



b. Comenten:

- ¿Cómo sería el mensaje si su interpretación se centra en lo que sé, creo, opino y recuerdo?
- En este tipo de escucha ¿Se logra una conexión con la otra persona?
- ¿Se aprende algo?

c. Recuerden si en alguna ocasión han empleado este tipo de escucha y reflexionen sobre lo que les aportó o dejó de aportar.

Reafirmo y ordeno

La **escucha habitual** es como si se entablara un diálogo con el espejo en el que se refleja solamente el pasado porque se emplean como referentes elementos ya conocidos como ideas, creencias o juicios que sirven como un refuerzo o como una proyección personal por lo que no aportan al aprendizaje ni a la vinculación con la persona con la que se conversa.



Para tu vida diaria

Reconocer la escucha habitual, el primero y más común de los cuatro niveles de escucha, te permite identificar las ocasiones en las que es conveniente que la uses y las que no, especialmente cuando se trata de una instrucción que debes seguir, de un diálogo importante para ti o para la otra persona, o de una conversación de la que puedes aprender.

¿Quieres saber más?

Revisa con tus compañeros y con tu familia el video “Comunicación efectiva y escucha activa” en el que encontrarás características de la comunicación efectiva y cómo la escucha activa juega un papel fundamental. Disponible en: <https://www.youtube.com/watch?v=ubGc27yfRAo>

CONCEPTO CLAVE

Escucha habitual:
Se produce cuando anticipamos respuestas sin dejar hablar al otro o le decimos lo que creemos que quiere escuchar.