

Habilidades de escucha



Equipo 2

Integrantes

Edson Ulises Castellanos
Patiño

Eric Ivan Diaz Cornejo

Héctor Aguilar Gómez

Frances Cindyrella Ramos

Fernanda Ameyalli Osorio
Morales

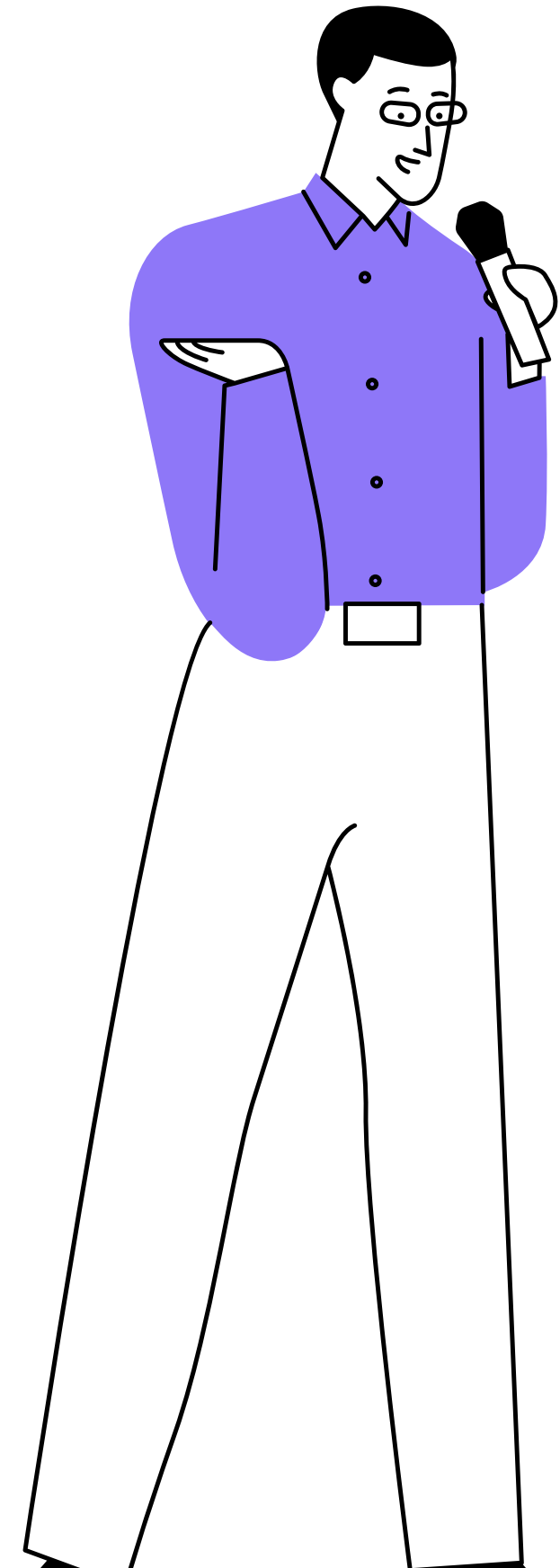
Felipe Miranda Arboleda

Jesús Emilio Hernández Bacilio

Andrea Preciado Acosta

¿Qué son las habilidades de escucha?

La capacidad de escuchar de manera activa y efectiva para entender la información que nos es comunicada. Implica interpretar de manera adecuada el mensaje en su contexto.



Elementos de una escucha activa

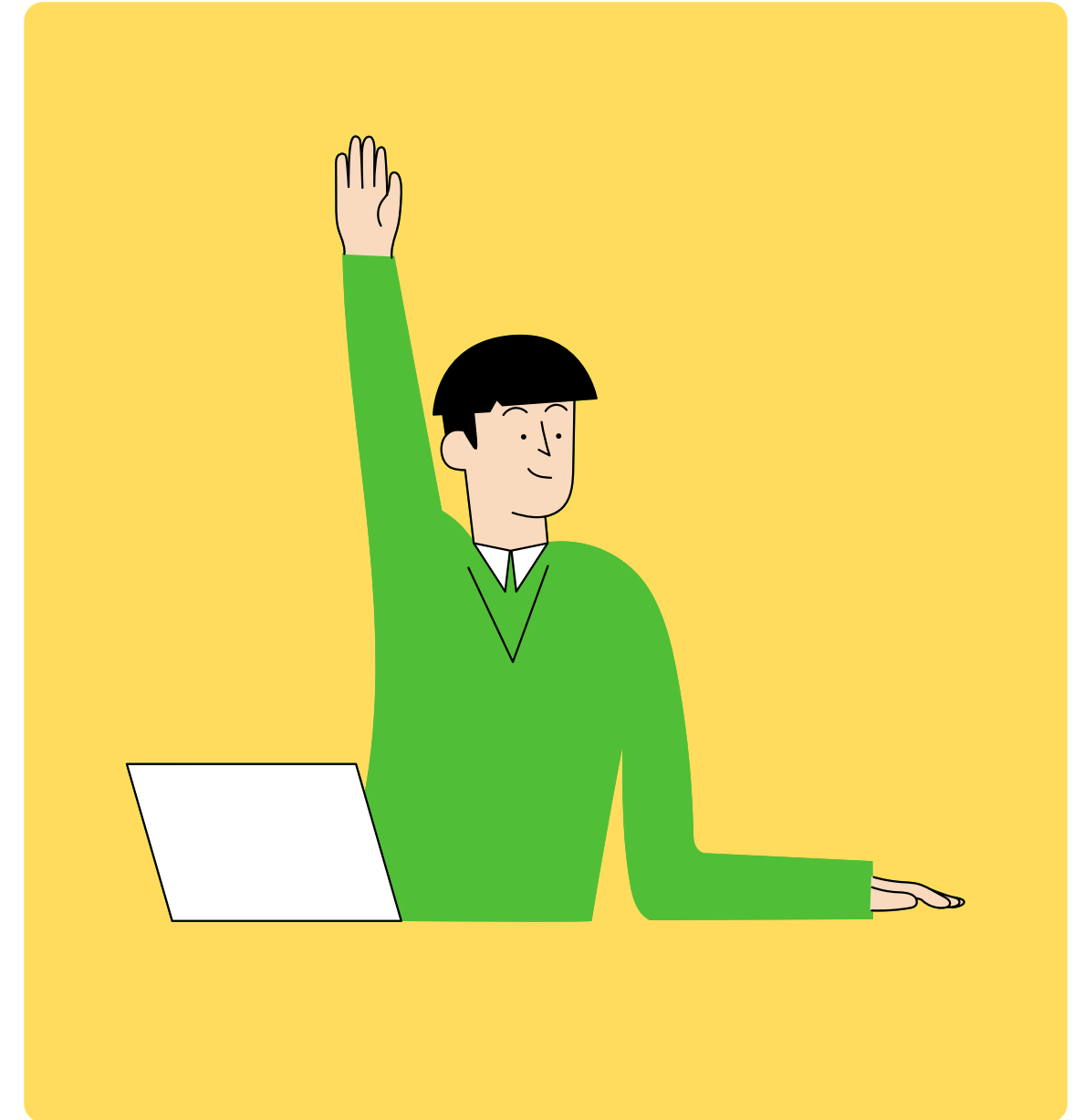
Escuchar de forma activa significa conectarse con el otro a través de la metacomunicación, captar todos los aspectos del mensaje:

- La postura
- El tono de voz
- Las dudas y las emociones que se escapan de lo que se dice.



Habilidades clave de la escucha

- Mantener contacto visual
- Mostrar empatía en nuestras expresiones faciales
- Parafrasear lo escuchado
- Hacer preguntas
- No interrumpir



¿Por qué y para qué mejorar nuestras habilidades de escucha?

- Conversaciones más profundas
- Sentirse real y mutuamente escuchado
- Disminuye el estrés y ansiedad
- Permite la resolución de problemas



Tipos de Escucha

Empática

Busca COMPRENDER

Apreciativa

Busca PLACER
O ENTRETENIMIENTO

Comprensiva

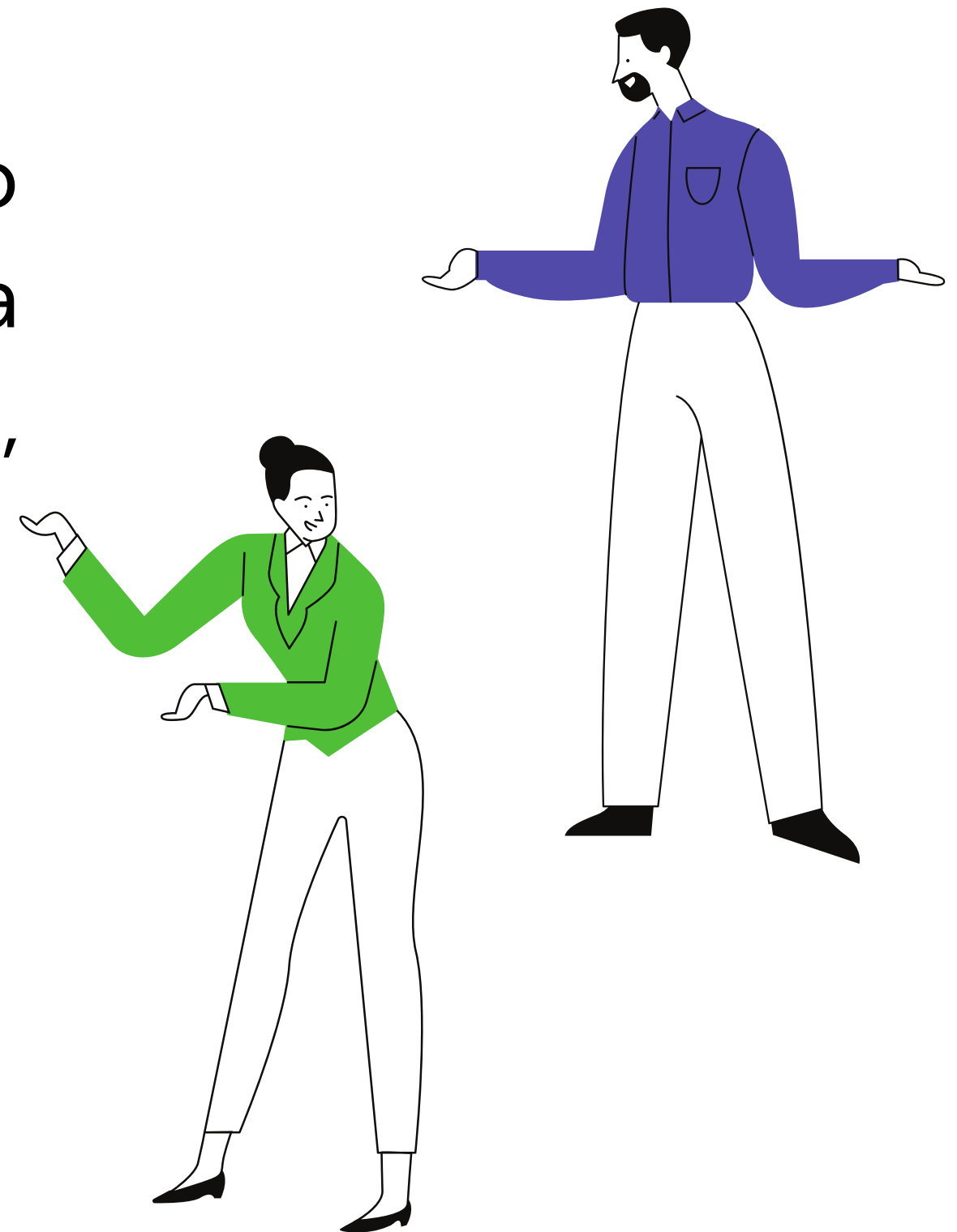
Busca NUEVO
APRENDIZAJE

Crítica

Busca DEBATIR o DISCUTIR

Diferencia entre escuchar y oír

Oír, es un proceso automático en el que solo percibes sonidos, mientras que al escuchar la mente se enfoca en lo que se está diciendo, buscando comprender el mensaje.



Consejos para la buena escucha

Empatía



Reconocer y validar los sentimientos del otro

Sin distracción



Sin interrupciones



Sin apurar

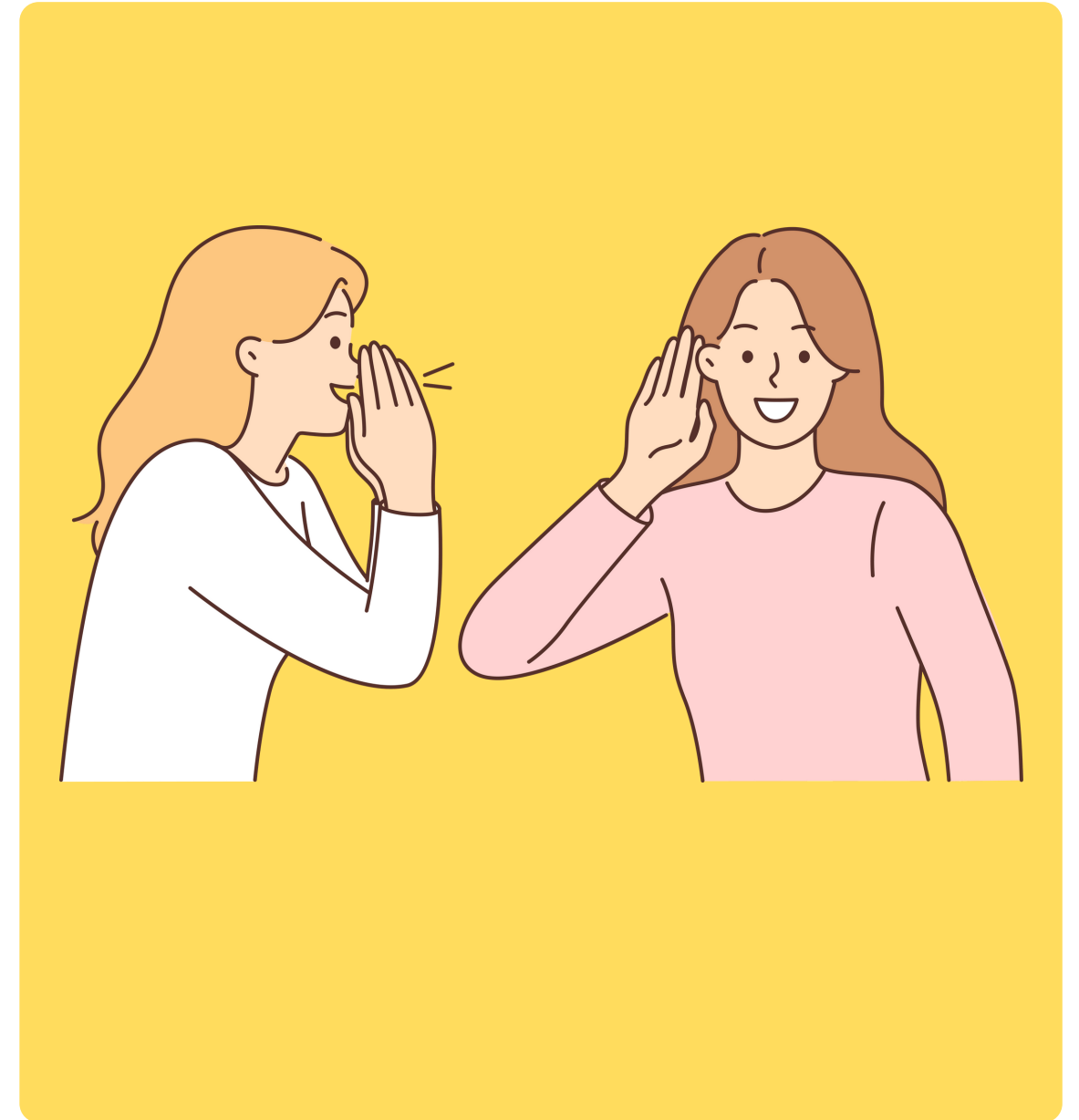
Haz preguntas



Sin juicios

Errores al “Escuchar”

- Pensar en lo que vamos a decir.
- Pensar en cosas personales cuando la otra persona esta hablando.
- Centrarnos solo en aquellos aspectos que nos interesan o que resulten mas fácil.
- Darle más importancia al “Continente” que al “Contenido”.





Referencias



¡Gracias!

El texto del párrafoEuroinnova Business School. (2022, 28 enero). Conoce el concepto de dirección empresarial.

<https://www.euroinnova.mx/blog/lenguaje-corporal-formacion>

Fernandez, L. (2024, 8 enero). La escucha activa: Características y técnicas para practicarla - depsicologia.com. depsicologia.com. <https://depsicologia.com/la-escucha-activa/>

Benito, M. (2021, febrero 10). Conoce los siete canales del lenguaje corporal. FP Online. <https://fp.uoc.fje.edu/blog/conoce-los-siete-canales-del-lenguaje-corporal/>

ayanet RRHH. (2022b, mayo 17). La habilidad de saber escuchar. Ayanet RRHH. <https://www.ayanet.es/la-habilidad-de-saber-escuchar/>

