



# SABER ESCUCHAR

- **Evite las distracciones.** Mire a la otra persona a los ojos y guarde su teléfono.
- **Tenga paciencia.** Nuestro cerebro procesa los pensamientos cuatro veces más rápido que las palabras que decimos. En una conversación es fácil adelantarnos a las palabras de las otras, pues utilizamos nuestras suposiciones para llenar los vacíos y planeamos nuestra respuesta de acuerdo a esas suposiciones. Resista ese impulso. Concéntrese en el contexto de lo que se está diciendo.
- **No interrumpa.** Tómese tiempo para escuchar toda la historia.
- **Mantenga una mente abierta.** No asuma que ya sabe lo que le importa a la otra persona. La gente va a sorprenderla.
- **No tire un anzuelo.** Evite preguntas que conduzcan a ciertas respuestas, tales como: “¿No está de acuerdo en que...?”
- **Póngase en el lugar de la otra persona.** A veces la persona necesita desahogarse. No la desanime. Su tarea inmediata es escuchar lo que quiere decir, sin juzgar.
- **Demuestra que usted escucha lo que le están diciendo.** Reaccione, haga preguntas sobre lo que la persona ha dicho y repita lo que ha entendido. Si no entiende, pregunte.
- **Encuentre puntos en común.** Usted no tiene que estar de acuerdo con cada punto, pero busque aquellos en los que estén acuerdo y reconozca los puntos donde hay diferencias de opinión.
- **No sienta que necesita vender algo.** Una organizadora no es una vendedora. Genuinamente busque comprender el punto de vista de la otra persona y crear algo nuevo juntas.

