

EL VALOR DE ESCUCCHAR

SI VALORA ESCUCCHAR, ENFOCARÁ SU ATENCIÓN
EN COMPRENDER A LA OTRA PERSONA

¿CUÁL FUE SU PASO DE ACCIÓN LA SEMANA PASADA? ¿CUÁLES FUERON LOS RESULTADOS?

+ TOME TURNOS
PARA LEER EN VOZ ALTA
LOS PÁRRAFOS A LA
DERECHA. CONFORME
LEE, SUBRAYE LAS
IDEAS QUE CAPTAN SU
ATENCIÓN.

Escuchar es una de las destrezas más importantes que podemos tener. Sin embargo, debido a que utilizamos esta destreza particular todos los días, tendemos a darla por hecho. Desarrollar nuestras habilidades para escuchar tiene un impacto tremendo en nuestras vidas. Qué tan bien escuchamos puede influenciar significativamente nuestras relaciones y nuestra capacidad para triunfar.

Las malas destrezas de comunicación suelen ser la causa del fracaso en nuestras relaciones personales y profesionales. Escuchar es un componente clave de la comunicación. Cuando no comprendemos a las personas que nos rodean se debe a que no estamos escuchando detenidamente. Esto aplica de igual forma cuando hablamos con un compañero de trabajo que cuando hablamos con nuestro cónyuge. Cuando escuchamos efectivamente, podemos mejorar nuestra habilidad para conectarnos y comprender a las personas con las que interactuamos en nuestras vidas diarias.

La mejor forma de escuchar requiere dejar a un lado las distracciones internas y externas de manera que podamos escuchar sin prejuicios o interrumpir. Para escuchar a este nivel, debemos invertir emocional y mentalmente en la conversación. Esto significa que estamos completamente comprometidos y presentes cuando la otra persona está hablando. Debemos dejar lo que estamos haciendo, hacer contacto visual y prestar atención a sus palabras. Parece fácil, pero la mayoría de nosotros no escucha a este nivel con regularidad.

Al convertirse en personas que saben escuchar, mejoramos significativamente la efectividad en nuestras relaciones personales y profesionales. Mejoramos significativamente nuestra habilidad para influenciar, persuadir y negociar. Podemos ser más efectivos con nuestros clientes. Podemos colaborar de forma más efectiva con los miembros del equipo. Profundizamos nuestras relaciones familiares. En cada situación y circunstancia, nos podemos beneficiar al escuchar a otros.

Escuchar no sólo afecta nuestro éxito y logros, sino también nuestra habilidad de crecer. Podemos aprender porque escuchamos. Crecemos porque aprendemos. Las personas que saben escuchar siempre buscan formas de aprender algo de todas las personas que los rodean. Ellos reconocen que se puede aprender algo de todas las personas que conocemos. Si valoramos a las personas y buscamos comprenderlas, podemos absorber su sabiduría y experiencia. La sabiduría se gana a través del tiempo y energía continua que invertimos en escuchar, aprender, observar y comprender.

LECCIÓN 26

BENEFICIOS

Si practica el Valor de Escuchar, experimentará estos beneficios:

1. Establecerá una relación de respeto con las demás personas. Cuando valora lo que otros dicen, demuestra que los valora a ellos y su punto de vista. Esto creará lealtad y confianza mutua.
2. Desarrollará habilidades para resolver conflictos. Aun las personas o situaciones más volátiles pueden suavizarse cuando tienen la oportunidad de ser escuchados.
3. Aprenderá y crecerá conforme busque y escuche el conocimiento y experiencia valiosos de otras personas.
4. Obtendrá el favor e influencia ante las personas debido a que saben que a Usted le importa lo que dicen y cómo se sienten.
5. Creará un ambiente positivo evitando el conflicto y los malentendidos.

PASOS A SEGUIR

1. **ESCUCHE CON MENTE ABIERTA.** Esté preparado para escuchar y considerar todas las partes de un problema.
2. **DEJE DE HACER LO QUE ESTÁ HACIENDO, HAGA CONTACTO VISUAL E INVOLÚCRESE COMPLETAMENTE.** De a la otra persona toda su atención. Deje a un lado el correo electrónico, las llamadas telefónicas y otras distracciones potenciales.
3. **ESCUCHE OBJETIVAMENTE.** Cuando inicia la conversación con una actitud sin prejuicios, crea la confianza necesaria para establecer comunicación abierta y honesta.
4. **HAGA PREGUNTAS.** Asegúrese de que realmente comprenda el significado detrás de lo que la persona está diciendo. Evite los malentendidos haciendo otras preguntas. Parafrasee o resuma los pensamientos de la otra persona para demostrar que está escuchando y asegurarse que realmente comprende su perspectiva.
5. **EVITE LA TENTACIÓN DE PENSAR ACERCA DE LO QUE ESTÁ POR DECIR.** En lugar de ello, preste atención a todo lo que la persona está diciendo antes de formular su respuesta.

⊕ ELIJA ALGO QUE SUBRAYÓ QUE ES IMPORTANTE PARA USTED. TOME UN MINUTO PARA DECIRLES A TODOS LO QUE USTED ELIGIÓ Y POR QUÉ ES IMPORTANTE PARA USTED.

CARACTERÍSTICAS

Las personas que demuestren el Valor de Escuchar muestran ciertas características.

1. Escuchan de forma disciplinada. Conscientemente eligen hablar menos y escuchar más.
2. Tienen deseos de aprender. Continuamente buscan la oportunidad de crecer en cada situación y en cada conversación.
3. Hablan la verdad. No se sienten satisfechas con información superficial, de manera que hacen preguntas para estar claras y tener una comprensión más profunda acerca de los conflictos o situaciones.
4. Son mediadores entre puntos de vista opuestos. Están más preocupados por hacer lo correcto que por quién está en lo correcto.
5. Desarrollan relaciones cercanas en el hogar y lugar de trabajo. Hacen que otros se sientan valiosos e importantes escuchando detenidamente sus necesidades y deseos.

EVALUACIÓN Y ACCIÓN

EVALÚESE A USTED MISMO DE 1 A 10



¿Por qué obtuvo esta calificación?

¿Qué beneficios obtendrá al mejorar su calificación?

¿A quién conoce que demuestra este valor? ¿Qué admira acerca de esa persona?

¿Qué acción específica puede poner en práctica para poner a prueba los beneficios de este valor?

Lista de verificación para la lectura diaria de este valor.



⊕ TOME UN MINUTO PARA COMPARTIR SUS RESPUESTAS A LA SECCIÓN DE AUTO-EVALUACIÓN, QUE INCLUYE EL PASO QUE TOMARÁ PARA MEJORAR EN ESTA ÁREA