

Escuchar de verdad

Cinco señales de que escucho

- 1 Me pongo de cara a quien habla y dejo lo que tengo en las manos.
- 2 Espero a que termine para hablar.
- 3 Asiento o digo «ajá» para que vea que le sigo.
- 4 Pregunto lo que no entiendo.
- 5 Cuento con mis palabras lo que me dijo.



1 ¿Escucha de verdad? Marca Sí o No.

	Sí	No
Mira el reloj y bosteza mientras su amiga le habla.	☐	☐
Espera a que su compañero termine para contar su idea.	☐	☐
Interrumpe para contar su propia historia.	☐	☐
Pregunta: «¿Y qué pasó después?».	☐	☐
Sigue jugando con la consola mientras le hablan.	☐	☐
Dice: «Entonces, lo que te preocupa es el examen, ¿verdad?».	☐	☐

2 En pareja: tu compañero o compañera te cuenta durante un minuto cuál es su juego favorito y por qué. Después, escribe:

Dos cosas que te contó.

Una pregunta que le harías para saber más.

3 ¿Cómo te sientes cuando alguien te escucha de verdad?

Escuchar de verdad

Cinco señales de que escucho

- 1 Me pongo de cara a quien habla y dejo lo que tengo en las manos.
- 2 Espero a que termine para hablar.
- 3 Asiento o digo «ajá» para que vea que le sigo.
- 4 Pregunto lo que no entiendo.
- 5 Cuento con mis palabras lo que me dijo.



1 ¿Escucha de verdad? Marca Sí o No.

	Sí	No
Mira el reloj y bosteza mientras su amiga le habla.	☐	☒
Espera a que su compañero termine para contar su idea.	☒	☐
Interrumpe para contar su propia historia.	☐	☒
Pregunta: «¿Y qué pasó después?».	☒	☐
Sigue jugando con la consola mientras le hablan.	☐	☒
Dice: «Entonces, lo que te preocupa es el examen, ¿verdad?».	☒	☐

2 En pareja: tu compañero o compañera te cuenta durante un minuto cuál es su juego favorito y por qué. Después, escribe:

Dos cosas que te contó.

Respuesta personal: dos datos de lo que contó la pareja.

Una pregunta que le harías para saber más.

Por ejemplo: «¿Con quién te gusta jugar a ese juego?»

3 ¿Cómo te sientes cuando alguien te escucha de verdad?

Respuesta personal. Por ejemplo: importante, tranquilo, contenta.

Guía para el docente

Escuchar de verdad

Objetivo

Reconocer las conductas de la escucha activa y practicarlas en pareja.

Unos 15 minutos

Antes

Cuenta algo breve mientras un voluntario finge no escuchar (mira a otro lado, interrumpe). Pregunta al grupo qué falló y cómo crees que te sentiste.

Durante

Lee las cinco señales y resuelven la tabla. Para la actividad en pareja, cronometra un minuto para cada persona y deja tiempo para escribir.

Después

Comprueba con la pareja si lo que escribieron es correcto. Practica la escucha en la asamblea: antes de responder, cada uno repite con sus palabras lo que dijo el anterior.

Preguntas para conversar

- ¿Qué es más difícil: hablar o escuchar?
- ¿Cómo sabes que alguien te está escuchando?
- ¿Se puede escuchar sin mirar a los ojos?

Adaptaciones

Mirar a los ojos no es obligatorio: a algunas personas, por ejemplo con TEA, les resulta incómodo y escuchan igual de bien. Acepta otras formas de mostrar atención.

Para tener en cuenta

Las respuestas de la actividad en pareja dependen de lo que cuente cada compañero o compañera.