

¿Consideras que escuchas con atención a las personas cuando te cuentan algo?

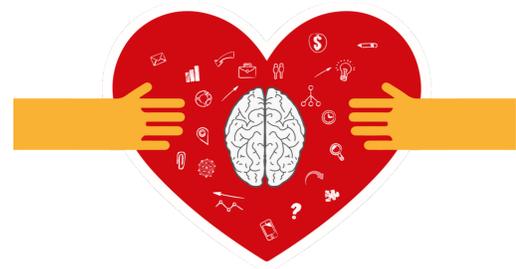
Cuando no estás de acuerdo con lo que te comparten, ¿asumes una actitud positiva para lograr una comunicación efectiva?

Si escuchas con atención, ¿puedes hacer sentir a las personas comprendidas y acompañadas?

ESCUCHAR CON EMPATÍA

La **empatía** es la capacidad de mirarse en el otro y de ponerse en su lugar. Cuando se aplica a la escucha, ésta sucede desde nuestro interior, movilizand o emociones y generando una conexión con las personas con quienes se conversa.

Escuchar con empatía hace referencia a una mente y un corazón abiertos con las otras personas que permiten **encontrar soluciones creativas** para las situaciones que se enfrentan en lo cotidiano



Para hacerlo, se necesita estar dispuesto a mostrarse con las personas sin poses que reflejen lo que no es, sino de forma natural, sincera y en confianza

La escucha empática se origina no sólo en una mente abierta sino en un corazón dispuesto a conectarse con el otro. A través de este tipo de escucha se genera un vínculo de comprensión y empatía con la otra persona, lo que permite avanzar en la construcción de relaciones de colaboración y apoyo mutuo.



¡SOMOS LOBOS GRISES, SOMOS BACHILLERES!

Construye T (2017). Escucha empática. SEMS-PNUD. México