



los pilares de la **ESCUCHA ACTIVA**

Profe Ramón
@Profe_RamonRG



NO JUZGUES.
y evita dar
consejos
constantemente.

Repite
de vez en cuando
sus palabras
para evidenciar
tu interés.

Ordenad
la historia,
haced un
resumen.

**Escucha con
atención
plena.**
Mira a sus ojos.
Observa
sus gestos.

Refrenda
tu
atención con
gestos y
reacciones.

No escatimes en
refuerzos
positivos
y palabras de
apoyo y
refuerzo.

Dale tiempo,
esto va de
paciencia.
No termines
sus frases,
espera.

Trata de entender,
además de las palabras,
las emociones
que hay detrás.

Empatiza con
sus sentimientos,
ayudará a que
se abra
emocionalmente.

Interrumpe
! solo si es
realmente
necesario.

Pide más
información
elegiendo las
preguntas
adequadas.

Respetá los
silencios,
no fuerces
la charla.

Emplea un
lenguaje
corporal
abierto y
receptivo.