

Cinco maneras de ser un buen oyente

Da tiempo a las personas. Sé paciente y concede tiempo a las personas para que piensen y hablen, antes y después de que ellos digan algo. No temas el silencio.

Presta atención. Escucha de verdad para entender y no llegues a conclusiones prematuras, ni pienses con anticipación en lo que vas a decir.

Clarifica. Haz preguntas aclaratorias para mostrar interés en lo que la persona está diciendo y para asegurarte de que no estás malentendiendo.

Reflexiona. Parafrasea o reformula lo que creas que está diciendo la persona. Esto da al orador la oportunidad de sentirse validado o de clarificar, según sea necesario.

Busca cosas en común. Concuerta con la persona tanto como sea posible, sin falsear tus sentimientos, para ayudar a edificar la unidad y reducir la posible ansiedad o una actitud defensiva (adaptado de “Principios para ministrar: Cinco cosas que hacen los buenos oyentes”, *Liahona*, junio de 2018, págs. 6–9).

Da tiempo a las personas. Sé paciente y concede tiempo a las personas para que piensen y hablen, antes y después de que ellos digan algo. No temas el silencio.

Presta atención. Escucha de verdad para entender y no llegues a conclusiones prematuras, ni pienses con anticipación en lo que vas a decir.

Clarifica. Haz preguntas aclaratorias para mostrar interés en lo que la persona está diciendo y para asegurarte de que no estás malentendiendo.

Reflexiona. Parafrasea o reformula lo que creas que está diciendo la persona. Esto da al orador la oportunidad de sentirse validado o de clarificar, según sea necesario.

Busca cosas en común. Concuerta con la persona tanto como sea posible, sin falsear tus sentimientos, para ayudar a edificar la unidad y reducir la posible ansiedad o una actitud defensiva (adaptado de “Principios para ministrar: Cinco cosas que hacen los buenos oyentes”, *Liahona*, junio de 2018, págs. 6–9).

Da tiempo a las personas. Sé paciente y concede tiempo a las personas para que piensen y hablen, antes y después de que ellos digan algo. No temas el silencio.

Presta atención. Escucha de verdad para entender y no llegues a conclusiones prematuras, ni pienses con anticipación en lo que vas a decir.

Clarifica. Haz preguntas aclaratorias para mostrar interés en lo que la persona está diciendo y para asegurarte de que no estás malentendiendo.

Reflexiona. Parafrasea o reformula lo que creas que está diciendo la persona. Esto da al orador la oportunidad de sentirse validado o de clarificar, según sea necesario.

Busca cosas en común. Concuerta con la persona tanto como sea posible, sin falsear tus sentimientos, para ayudar a edificar la unidad y reducir la posible ansiedad o una actitud defensiva (adaptado de “Principios para ministrar: Cinco cosas que hacen los buenos oyentes”, *Liahona*, junio de 2018, págs. 6–9).