**Recursos:**

Inventario de conciencia de escucha Folleto, bolígrafo y lápices

**Tiempo aproximado:**

5-10 minutos

**Propósito:**

Reforzar la importancia de escuchar como una de las claves más importantes para la comunicación y la comprensión de los demás.

**Direcciones:**

1. Distribuya el Inventario de Concientización sobre la Escucha a los participantes.

2. Indique a los participantes que lean cada pregunta y marque con un círculo su respuesta a cada una: un 1 para "Casi siempre", un 2 para "Generalmente", un 3 para "Raramente" y un 1 para "Nunca".

3. Sume todas las respuestas de los círculos para obtener un total.

4. Compruebe en qué categoría cae su total.

5. Pregunte a los participantes si están sorprendidos de ver en qué categoría están.

6. Actividad opcional para sugerir a los participantes:

a. Entregue esta evaluación a alguien que lo conozca bien (padre / madre / amigo / confidente) y pídale que le dé su opinión sobre cada pregunta en términos de cómo observan sus técnicas de escucha.

b. Acepta este feedback sin leerlo a la defensiva. Puede ser una experiencia de aprendizaje para ambos.

**Modificación:**

Esta actividad se puede realizar a través de formatos de presentación en línea o por teléfono siguiendo las instrucciones que se presentan. Cuando le pregunte a los participantes si están sorprendidos por los resultados, fomente el uso del cuadro de chat en línea.

Diapositiva 128

*Instrucciones: lea cada una de las diez preguntas a continuación y responda rodeando con un 4 el símbolo Casi para Siempre; un 3 por lo general; un 2 para Rara vez; y un 1 para nunca.*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Pregunta de escucha** | **Casi siempre4** | **Generalmente****3** | **Rara****mente****2** | **Nunca****1** |
| 1. ¿Deja que la gente termine lo que está tratando de decir antes de hablar? | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 2. Si la persona duda, ¿intenta alentarla ... en lugar de comenzar su respuesta? | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 3. ¿Retiene el juicio sobre la idea de la persona hasta que haya terminado? | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 4. ¿Puede escuchar atentamente aunque crea que sabe lo que él / ella está por decir? | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 5. ¿Puedes escuchar sin juzgar incluso si no te gusta la persona que está hablando? | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 6. ¿Detienes lo que estás haciendo y prestas toda tu atención cuando escuchas? | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 7.  ¿Le da a la persona un gesto de cabeza apropiado y no verbal para indicar que está escuchando? | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 8. ¿Escuchas atentamente a pesar de la manera de hablar del hablante? (es decir, gramática, acento, elección de palabras, etc.) | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 9. ¿Cuestiona a la persona para aclarar sus ideas más completamente? | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 10. ¿Reafirma / parafrasea lo que se dice y pregunta si lo entendió bien? | 4 | 3 | 2 | 1 |
| Subtotales (Total de cada columna) |  |  |  |  |
| Puntos totales (sume las cuatro columnas juntas) |  |

**Ahora mira cómo te va:**

**PUNTAJE TOTAL**

**36-40 puntos Excepcional!** Verdaderamente atentos y tratando de escuchar. Probablemente tenga la reputación de ser un buen oyente.

**30-35 puntos Muy bien.** Con un poco de esfuerzo, podrías moverte al rango superior. Probablemente sea necesario poner más esfuerzo en la evaluación de la atención y el juicio.

**26-29 puntos Necesita trabajo.** Identifique sus calificaciones más bajas y pregunte por qué se ve a sí mismo de esa manera. ¿Interfiere tu educación o relaciones? ¿Cuál sería la recompensa si pudieras mejorar?

**25 puntos o menos Más que nada, pregúntese ... ¿realmente me tomé en serio esta prueba?** Si fuera asi, entonces examina tu comportamiento. ¿Qué obtienes al responder como lo hiciste? ¿Qué ganaría si pudiera responder cada pregunta de manera más positiva?

**Consejo general:** Si está realmente orientado a convertirse en todo lo que puede ser, vuelva atrás y pruébelo a medida: Ofrezca esta evaluación a alguien que lo conozca bien (padre / hermano / amigo / confidente) y pídale que le dé su opinión sobre cada uno de ellos. Pregunta en cuanto a cómo observan tus técnicas de escucha. Acepta este feedback sin leerlo a la defensiva. Puede ser una experiencia de aprendizaje para ambos.