

VAMOS APRENDER A *escutar?*

Quando o outro fala você está focado em:

Escutar para entender?

- Atenção plena
- Foco nas palavras e sentimentos dele
- Curiosidade para saber mais sobre ele
- Analisar se está entendendo o que ele está falando

Escutar para responder?

- Atenção sem presença
- Foco nos seus pensamentos, interpretações e julgamentos sobre o outro
- Interrupção para fazer perguntas, comentários, dar opiniões

É impossível escutar o outro se estamos repletos de nós mesmos.

Quer saber mais?

Te convido a conhecer nossos canais e ver as diversas formas que estamos trabalhando com este tema.



(51) 98126.0390 | vivian@lfcomunicacao.com | www.lfcomunicacao.com
www.vamosaprenderaconversar.com.br



Vivian
Laybe

Como escutamos o outro:

Estou muito nervoso com a apresentação do TCC

CONSELHO

Se eu fosse você, eu passaria o final de semana praticando.

CONSOLAMOS

Você já estudou bastante, já fez tudo o que estava ao seu alcance.

MINIMIZAMOS

Que bobagem, você tira de letra!

INTERROGAMOS

Quantas vezes você já treinou?

EDUCAMOS

Pensa na experiência que isso irá te dar para o futuro!

CONTAMOS UMA HISTÓRIA

Quando eu apresentei o meu TCC...

COMPARAMOS

E eu estou apavorada com a prova de cálculo!

Este tipo de escuta impede o outro de se expressar verdadeiramente e de se sentir escutado e acolhido.

Quer saber mais?

Te convido a conhecer nossos canais e ver as diversas formas que estamos trabalhando com este tema.



(51) 98126.0390 | vivian@lfcomunicacao.com | www.lfcomunicacao.com
www.vamosaprenderaconversar.com.br



Vivian
Laybe

Uma boa escuta requer:

HUMILDADE

Desapegar das suas certezas, análises, interpretações julgamentos.

ANALISAR

Fazer perguntas, parafrasear o que o outro está nos falando para analisar se estamos entendendo em profundidade.

CURIOSIDADE

Compreender o que o outro sente, de onde vem suas ideias, como ele entende que pode resolver a situação, se ele precisa de nosso apoio para algo.

ATENÇÃO PLENA

Estar presente de corpo e alma, com interesse genuíno no outro.

“A atenção é a forma mais escassa e pura de generosidade.” Simone Weil

Quer saber mais?

Te convido a conhecer nossos canais e ver as diversas formas que estamos trabalhando com este tema.



(51) 98126.0390 | vivian@lfcomunicacao.com | www.lfcomunicacao.com
www.vamosaprenderaconversar.com.br



Vivian
Laybe