

8.4

La escucha empática

“Si los hombres han nacido con dos ojos, dos orejas y una sola lengua es porque se debe escuchar y mirar dos veces antes de hablar”.

Marie de Rabutin-Chantal, marquesa de Sévigné.

La **empatía** es la capacidad de mirarse en el otro, de ponerse en su lugar y de juzgar desde una perspectiva ampliada que requiere considerar criterios personales y ajenos. Cuando la empatía se aplica a la escucha ésta sucede desde nuestro interior, movilizándolo emociones y generando una conexión con la o las personas con quienes se conversa. En esta sesión practicaremos este tipo de escucha.

El reto es identificar los diferentes “niveles de escucha” al interactuar y trabajar con otras personas.

Actividad 1.

Escuchen a su profesor que les leerá un fragmento de la novela *Momo*, de Michael Ende. Si gustan, pueden cerrar los ojos.

Debajo del escenario de las ruinas, cubierto de hierba, había unas cámaras medio derruidas, a las que se podía llegar por un agujero en la pared. Allí se había instalado Momo como en su casa. Una tarde llegaron unos cuantos hombres y mujeres de los alrededores que trataron de interrogarla. Momo los miraba asustada, porque temía que la echaran. Pero pronto se dio cuenta de que eran gente amable. Ellos también eran pobres y conocían la vida.

— Y bien —dijo uno de los hombres—, parece que te gusta esto.

— Sí —contestó Momo.

— ¿Y quieres quedarte aquí?

— Sí, sí puedo.

— Pero ¿no te espera nadie?

— No.

— Quiero decir, ¿no tienes que volver a casa?

— Ésta es mi casa.

— ¿De dónde vienes, pequeña?

Momo hizo con la mano un movimiento indefinido, señalando algún lugar cualquiera a lo lejos.

— ¿Y quiénes son tus padres? —siguió preguntando el hombre.

La niña lo miró perpleja, también a los demás, y se encogió un poco de hombros. La gente se miró y suspiró.

— No tengas miedo —siguió el hombre—. No queremos echarte. Queremos ayudarte.

Momo asintió muda, no del todo convencida.

— Dices que te llamas Momo, ¿no es así?

— Sí.

— Es un nombre bonito, pero no lo he oído nunca. ¿Quién te ha llamado así?

— Yo —dijo Momo.

— ¿Tú misma te has llamado así?

— Sí.

— ¿Y cuándo naciste?



CONSTRUYE T



www.sems.gob.mx/construyet

Colaboración | 1

Momo pensó un rato y dijo, por fin:

— Por lo que puedo recordar, siempre he existido.

— ¿Es que no tienes ninguna tía, ningún tío, ninguna abuela, ni familia con quien puedas ir?

Momo miró al hombre y calló un rato. Al fin murmuró:

— Ésta es mi casa.

— Bien, bien —dijo el hombre—. Pero todavía eres una niña. ¿Cuántos años tienes?

— Cien —dijo Momo, como dudosa.

La gente se rio, pues lo consideraba un chiste.

— Bueno, en serio, ¿cuántos años tienes?

— Ciento dos —contestó Momo, un poco más dudosa todavía.

La gente tardó un poco en darse cuenta de que la niña sólo conocía un par de números que había oído por ahí, pero que no significaban nada, porque nadie le había enseñado a contar.¹

a. De acuerdo con la lectura anterior, comenten en el grupo las siguientes preguntas:

- ¿Qué sintieron por Momo?
- ¿Qué situación les provocó alguna emoción? ¿Cuál fue?
- ¿La actitud de las personas que hablaban con Momo fue empática? ¿Por qué?

b. Entre todos, reflexionen las diferencias que encuentran entre ésta y las escuchas habitual e informativa. Construyan una definición de la escucha empática y anótenla aquí o en sus cuadernos.

Reafirmo y ordeno

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.

Escribe en un minuto
qué te llevas de la lección



Para tu vida diaria

Cuando converses con tus familiares, amigos, vecinos procura mantener una postura empática que te ayude a conectar con esas personas considerando su situación, estado de ánimo y emociones. Prácticalo y distingue los resultados.

¿Quieres saber más?

Para repasar los rasgos y características de este tipo de escucha, revisa el video “Julián Treasure: 5 maneras para escuchar mejor”, disponible en:

<https://www.youtube.com/watch?v=cSohjYQI2A>

CONCEPTO CLAVE

Empatía:

Habilidad de comprender las emociones y experiencias del otro desde su perspectiva.

¹ Ende, Michael. Momo. Editorial Caleido. Tegucigalpa, 2014. P.p 16-19