



Recursos asociados a Pictionary

Objetivos específicos

Reflexionar sobre la escucha activa.
Significar el lenguaje no verbal.

Contenidos de la actividad:

Os proporcionamos una lista de 20 objetos que los participantes tendrán que dibujar.

– Objeto 1. **Semáforo**

Explicación. Escuchar no es simplemente esperar a que la otra persona termine de hablar. Escuchar no es esperar a que el semáforo se ponga verde para poder decir lo que pensamos.

– Objeto 2. **Dormir**

Explicación. Escuchar no es lo mismo que respirar, dormir o comer. Escuchar no es algo natural. La escucha necesita ser aprendida. Y todo aprendizaje requiere práctica.

– Objeto 3. **Váter**

Explicación. Escuchar no es lo mismo que oír. Oír es un proceso fisiológico que no podemos controlar. Se quiera o no se quiera nuestro oído recoge vibraciones y las transmite al cerebro.

– Objeto 4. **Bola de cristal**

Explicación. Escuchar no es adivinar lo que le pasa al otro. Hay personas que creen que no necesitan escuchar porque dicen que saben lo que dirán los demás antes de abrir la boca.

– Objeto 5. **Taza de café**

Explicación. Escuchar no es solo entender el contenido de las palabras. Cuando escuchamos debemos estar atentos al tono de voz, a las expresiones de la cara, a los movimientos del cuerpo para entender el significado real de aquello que queremos decir con las palabras.

– Objeto 6. **Cuadro**

Explicación. Escuchar es un arte. Y el arte, como la escucha, necesita ser aprendida. Todos nacemos con la capacidad de escuchar bien. Todos podemos, por tanto, aprender a escuchar.

– Objeto 7. **Cerebro**

Explicación. La escucha no es solo una actitud interior. Debe concretarse en gestos y palabras que puedan observarse. Ver esas palabras y esos gestos ayudará a que la otra persona se sienta escuchada.

– Objeto 8. **Mapa**

Explicación. La escucha debe expresarse a través de diferentes acciones: la mirada, la posición de la cabeza o la dirección del cuerpo. Es como un mapa con diferentes carreteras que llegan a la misma ciudad.

– Objeto 9. **Cara**

Explicación. La cara es la parte más expresiva de nuestro cuerpo. Una cara larga, una cara de pocos amigos, una cara de vinagre, o tener la cara dura no generan confianza.

– Objeto 10. **Estatua**

Explicación. Los movimientos afirmativos de la cabeza comunican que estamos entendiendo la importancia de lo que nos cuentan, de lo contrario, parecemos una estatua.

– Objeto 11. **Tele**

Explicación. La dirección del cuerpo hacia delante también expresa atención y escucha. Pensad en cómo inclinamos el cuerpo hacia el televisor cuando nuestro equipo está próximo a hacer gol.

– Objeto 12. **Mirar**

Explicación. Cuando miramos a las personas de frente, les decimos sin palabras que son lo más importante para nosotros en aquel momento.

– Objeto 13. **Cuerpo**

Explicación. Escuchar implica observar atentamente los gestos de quien nos habla. Su cuerpo nos habla de sentimientos.

– Objeto 14. **Máscara**

Explicación. Al miedo se le suele ver en los ojos. A la tristeza, en las cejas. A la felicidad, en la boca. Y a la sorpresa, en toda la cara.

– Objeto 15. **Venda**

Explicación. Cuando dos personas hablan, se miran a los ojos. Quien habla mira más que quien escucha. Las personas extrovertidas, más que las introvertidas. Y las mujeres, más que los hombres. Cuando no miramos a quien nos habla, es como si lleváramos una venda en los ojos.

– Objeto 16. **Tomate**

Explicación. El cuerpo responde de forma automática a determinadas emociones: sudamos cuando estamos muy nerviosos, nos quedamos blancos cuando tenemos miedo o nos ponemos rojos como un tomate cuando tenemos vergüenza.

– Objeto 17. **Arco iris**

La ropa que utilizamos, y sobre todo sus colores, también hablan de emociones... cuando estamos tristes o preocupados, utilizamos tonos oscuros y cuando somos felices, utilizamos colores vivos.

– Objeto 18. **Escuchar**

Explicación. Una vez hemos escuchado y hemos comprendido todo lo que nos han dicho, deberemos decidir qué decir, y nuestra respuesta será más o menos correcta en función de como hayamos escuchado.

– Objeto 19. **Río**

Explicación. Nuestra respuesta deberá ser coherente entre lo que decimos y lo que pensamos, y entre lo que pensamos y hacemos habitualmente. Esto es, las palabras, los pensamientos y las obras deben fluir. Como fluye el agua de un río...

– Objeto 20. **Corazón**

Explicación. Nuestra respuesta deberá ser sincera. Ser sincero significa decidir querer ayudarla. Es valorar a la persona, y es respetar sus decisiones.