



# ESCUCHA ACTIVA Y SITUADA

/ CONSEJOS PARA LA  
PERSONA OBSERVADORA EN  
EL EJERCICIO /

## ELEMENTOS QUE FACILITAN LA ESCUCHA ACTIVA

Disposición para escuchar  
Comunicación verbal  
(ya veo, umm, uh, etc)  
Comunicación no verbal  
(contacto visual, gestos, inclinación del  
cuerpo...)  
Empatizar  
Respetar  
Concretar

## ELEMENTOS QUE DIFICULTAN LA ESCUCHA ACTIVA

Ambientales  
(ruidos, personas, espaciales, tiempo(s) ...)  
Personales  
Físicos  
(ansiedad, cansancio...)  
Emocionales  
(distancia emocional, preocupación por uno  
mismo...)  
Cognitivos  
(prejuicios, creencias profesionales...)  
Sociales  
(diferencias culturales etc.)  
Lingüísticos  
(Idioma, registro...)

The USVreact Project (JUST/2014/RDAP/AG/VICT/7401) is co-funded by the European Commission, its publications and communications reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use made of the information contained therein.