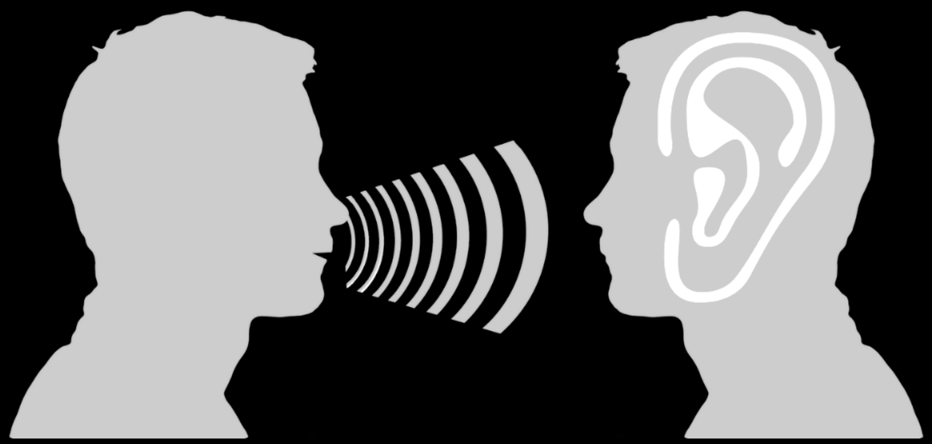
ENTZUTEA

- Entzuten jakitea oso inportantea dugu: batetik, komunikatzen jakiteko; eta, bestetik, esparru profesionaletan komunikazio-testuinguruak sortarazteko.

- Gaizki-ulertze gehienak, hala nola pertsonen arteko gatazkak, solaskideek elkarri aditzeko dituzten zailtasunetatik etortzen dira askotan.

- Badaude, egon ere, **hainbat ohitura desegoki, elkarri entzutea galarazten dutenak.**



* Ondorengo zerrendako ohituren inguruan bi ariketa, banaka egiteko:

1. Aipatzen diren horietako zein egin ohi duzu? Eman hiru puntu gehien egiten duzunari, bi puntu hurrengoari eta puntu bat hurrengoari. Paper batean idatzi eta nik arbelean idatziko ditut denak.

2. Aipatzen diren horietakoren bat egin al dizute? Zerk molestatu dizu gehien? Eman 3-2-1 puntu.

Ohitura desegokiak:

- Besteari hitza sistematikoki kentzea
- Elkarrizketaren haria moztea
- Solaskidearekiko ikus-kontaktua etetea
- Ondorioak arinegi ateratzea
- Enpatiarik gabe aditzea
- Arretarik gabe egotea
- Entzundakoari ez erantzutea
- Inpazientzia, ezinegona

3

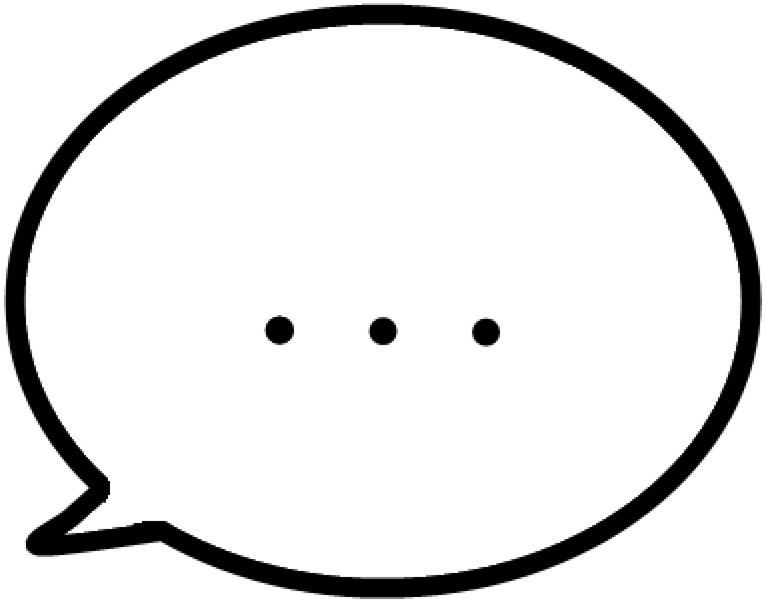
2

1

✓ ZUK?

✓ ZURI?

Emaitzak…



“El silencio es una de las artes más grandes de la conversación”

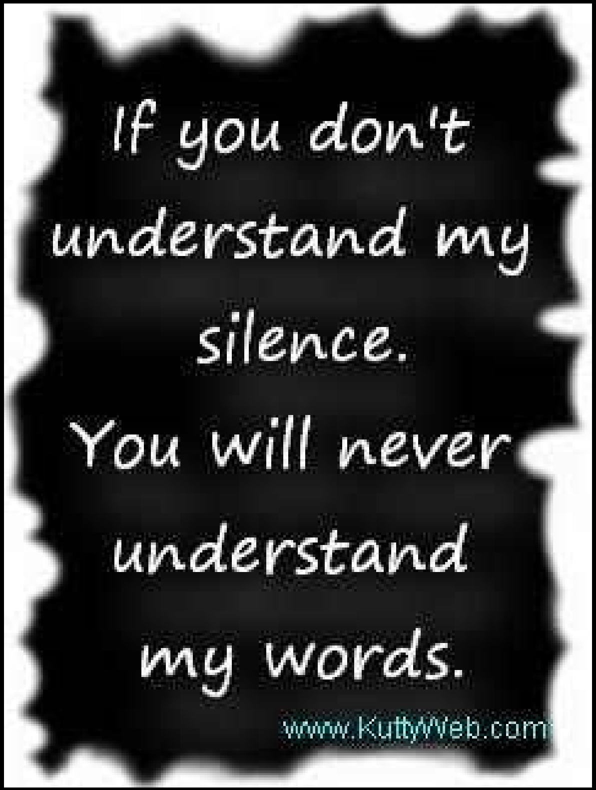
William Hazlitt

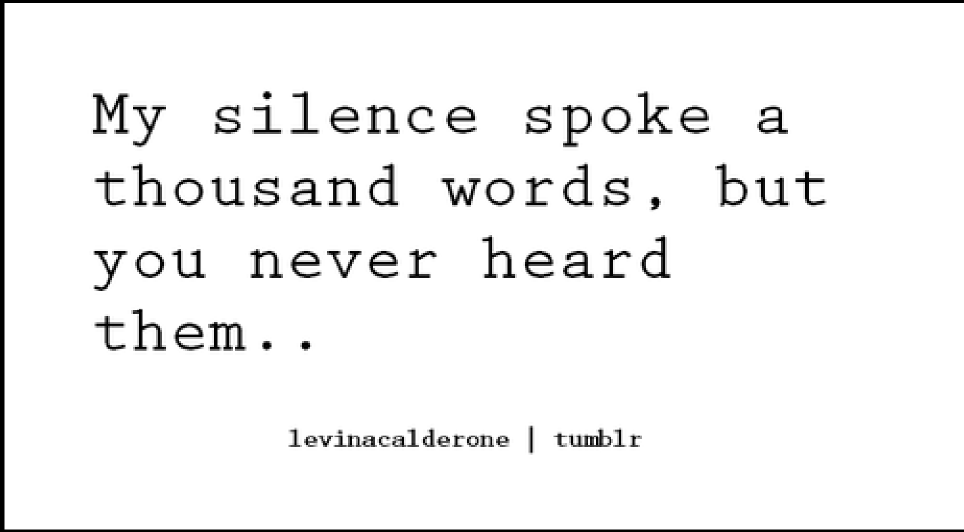
ISILTASUNA, ENTZUTEAREN LAGUNIK ONENA

- Isiltasunak bultzatu egiten du gure solaskidea hitz egitera. Alde hau oinarrizkoa da hezkuntza-harreman bat sortzeko.

- Isiltasunak entzuten gaituzten inpresioa ematen digu.

- Gure barneko elkarrizketaren (gure "irratiaren" isiltasuna, hau da, gure buruko elkarrizketa paraleloa, aurreko balizkoak, epaiak, aurreiritziak… isilaraztea komeni da.





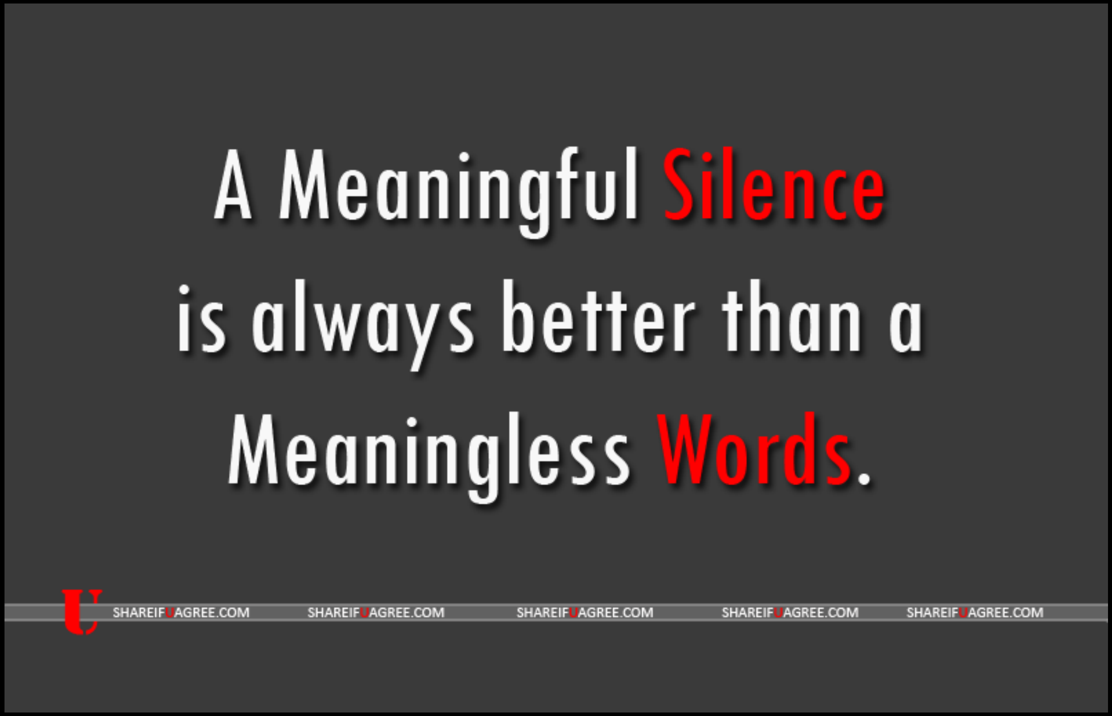
"Escucha en el silencio y serás sabio"

Proverbio Chino

desmotivaciones.es

El silencio no siempre significa

"sí",... también puede significar "estoy cansado de explicarle
las cosas a alguien que no escucha".



"No abras los labios

si no estás seguro de que lo que vas a decir

es más hermoso que el silencio"

Proverbio árabe

- Zer esan nahi du “entzutea”-k? Zer da entzutea eta zer ez da?
- Ondorengo taula bete taldean.

Zer da entzutea?

ELKARRI ULERTZEKO ENTZUTEA / ERANTZUTEKO ENTZUTEA

- …
- …
- …
- …
- …

- …
- …
- …
- …
- …

- Isilik egotea
- “Tokian” egotea
- Begietara zintzo begiratzea
- Laburtu, parafraseatu, errepikatu, espiluarena egin eta egiaztatzea
- Geure buruari nondik hitz egiten ari garen galdetzea
- Isiltzea
- Solaskideak esaten eta sentitzen duenari adi egotea
- Denbora eman eta paziente izatea

- Aholkuak ematea
- Epaitzea
- Eztabaidatzea
- Proiektatzea
- Besteak esango duena badakigula pentsatu eta guk berak baino lehen esatea
- Aldi berean beste gauza batzuk egitea
- Konponbideak proposatzea, bestea bere konponbideak bilatzeko gauza dela ahaztuz.
- Etiketatzea

AKTIBOKI ENTZUTEKO, KONTUAN IZAN:

- **Solaskideak esaten didana entzutea.**
- **Gure solaskidea kezkatzen duena geureganatzea**
- **Entzun dudanak niri zer nolako ondorioak ekarriko dizkidan entzutea**
- **Iraganari begira entzutea: Zergatik**
- **Etorkizunari begira entzutea: Zertarako**

Entzute-unean gogoan izan behar ditugu ENTZUTEN LAGUNTZEN DUTEN hainbat alderdi (hitzezkoak zein ez-hitzezkoak).

Eta baita ere ENTZUTEA OZTOPATZEN DUTEN hainbat kontu (oztopoak eta hesiak).

Hitzezkoak

- …
- …
- …
- …
- …
- …
- …
- …
- …

Ez hitzezkoak

- …
- …
- …
- …
- …
- …
- …
- …
- …

ENTZUTEN LAGUNDU

edo

OZTOPATU

- …
- …
- …
- …
- …

Hitzezkoak

- Gure solaskidearen izena sarritan esatea
- Onespen-murmuiloak egitea
- Baiezko esaldiak erabiltzea
- Solaskideak esaten duena parafraseatzea
- Ez moztu, libreki hitz egiten uztea
- Saiatu pertsonek adierazten dituzten sentimenduak ulertzen
- Noiz behinka baietz esatea

Ez hitzezkoak

- Behatzea
- Esaten dena apuntatzea
- Ikus-kontaktua mantentzea
- “Bestea”rekiko distantzia laburtzea
- Gorputza aurreruntz makurtzea
- Mugimendu gutxi egitea
- Esanahia geureganatzea
- Isiluneak maneiatzea

ENTZUTEN LAGUNDU

edo

OZTOPATU

- Aurreiritziak eta interpretazioak
- Epaiketak
- Presazko ondorioak