

La capacità di ascoltare in modo efficace

A cura di **Francesco Di Bitonto**

Facilitatore di processi relazionali

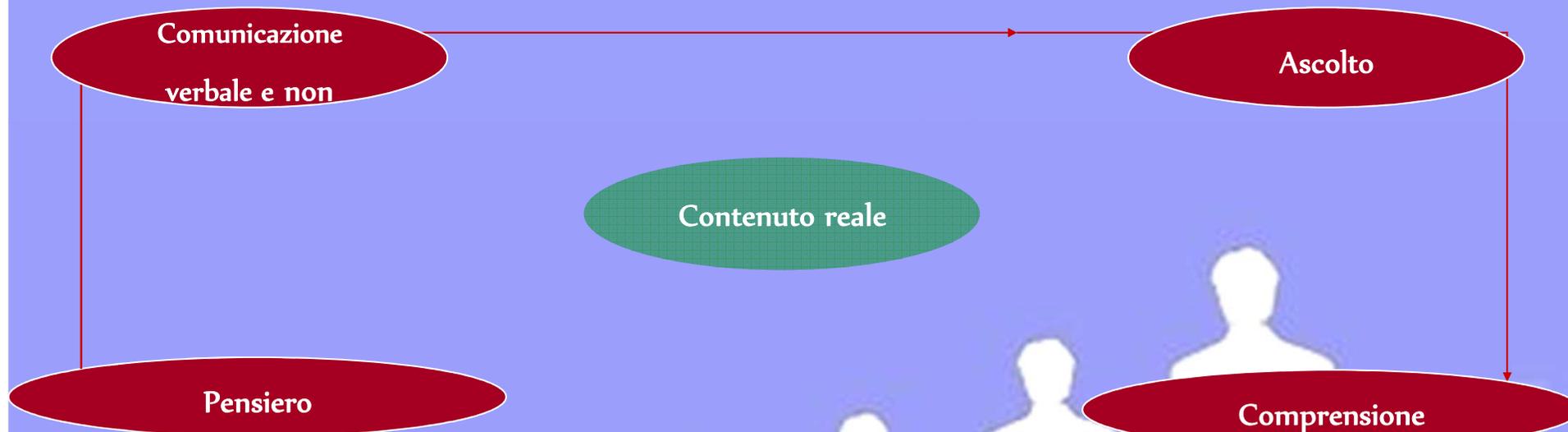
info@facilitatoreprocessi.it



Saper ascoltare



I 4 passaggi della comprensione



Nei quattro passaggi spesso il contenuto reale viene “distorto” così che non ci sia corrispondenza tra il “pensiero” del comunicatore e la “comprensione” dell’ascoltatore

Esercitazione!

I meccanismi mentali che limitano l'ascolto



I MECCANISMI MENTALI CHE LIMITANO L'ASCOLTO



➤ la cancellazione

➤ la distorsione

VANTAGGI DELL'ASCOLTO

1. L'ascolto consente di acquisire informazioni
2. L'ascolto fa sentire le persone importanti



Il diluvio universale



LA MEMORIA DI LAVORO e LA MEMORIA A LUNGO TERMINE



SOLUZIONI:



1. Concentrati maggiormente sulla persona
2. Elimina le distrazioni
3. Ascolta una cosa alla volta
5. Non pensare di usare solo la memoria: PRENDI APPUNTI
5. Non interrompere
6. Usa lo strumento della domanda

Domande aperte o chiuse

E' molto differente scegliere domande aperte piuttosto che domande chiuse:

Domanda chiusa

➤ riduce lo spazio della conversazione ad assensi o dinieghi o risposte sintetiche *es. Dove? Quando? Chi?*

Domanda aperta

➤ sollecita il bisogno di spiegare, aggiungere, particolareggiare *es. E quindi? Come? Cosa pensi?*

FINE