



Life Skills = Enseñanzas cotidianas

Communication

Listen up!

Want to know how to be a better communicator? Learn to listen! Believe it or not, we spend 50 percent more time listening than we do talking! Just like good writing or effective speaking, listening is a skill that you can learn, practice, and improve on.

How can you be a better listener?

Use more than your ears! Good listening takes your ears, eyes, body, and mind.

While you're listening to someone, turn your body toward him, look him in the eye, and nod your head to show you understand.

Listening also means you can't be talking at the same time. Listen quietly and patiently and try not to interrupt. When there is a break, ask questions.

If you practice these good-listening skills, the person who is speaking will feel like you are paying attention. And if you pay attention and listen to others, they will be more willing to listen when you're talking!



Comunicación

¡Escucha!

¿Quieres saber cómo ser un mejor comunicador? Aprende a escuchar. Aunque no lo creas, pasamos más del 50 por ciento de nuestro tiempo escuchando en vez de hablando. Igual que la buena escritura o hablar bien, el escuchar es una habilidad que se puede aprender, practicar y mejorar.

¿Cómo puedes escuchar mejor?

Usa algo más que tus oídos solamente. El escuchar bien incluye usar los oídos, los ojos, el cuerpo y la mente.

Mientras escuchas a alguien, voltear tu cuerpo hacia esa persona, mírala directamente a los ojos y mueve tu cabeza para indicar que estás entendiendo.

El escuchar también implica que no puedes estar hablando al mismo tiempo. Escucha calladamente con paciencia y trata de no interrumpir. Haz preguntas cuando haya una pausa.

Si practicas estas habilidades de escuchar bien, la persona que está hablando sentirá que estás prestando atención. Los demás estarán más dispuestos a escucharte cuando hablas, si prestas atención y escuchas.

©2006 KRP, Inc. All rights reserved.

Sponsored by:

