

L'ASCOLTO

Importanza, caratteristiche e suggerimenti per limitare ostacoli e incomprensioni

L'IMPORTANZA DELL'ASCOLTO



L'ascolto comunica la nostra disponibilità e il nostro rispetto nei confronti dell'interlocutore



Chi si sente ascoltato abbassa le proprie difese e riduce la propria aggressività



L'ascolto è l'arma migliore contro i nostri pregiudizi, le nostre "corazze" mentali

LE TRE TIPOLOGIE

L'ASCOLTO PASSIVO



Sentiamo e non ascoltiamo, non diamo feedback. Si usa spesso come atteggiamento per scoraggiare

L'ASCOLTO SELETTIVO



Sentiamo solo ciò che ci interessa. Si usa spesso per "contrattare"

L'ASCOLTO ATTIVO

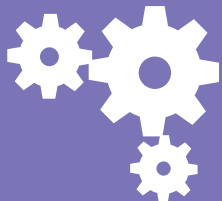


È l'unico vero ascolto poiché sospendiamo ogni giudizio per cogliere tutte le informazioni che ci vengono rivolte grazie ad un atteggiamento mentale e fisico aperto (empatia)

I FRENI DELL'ASCOLTO



Spesso non si vede l'ora di intervenire



Si interpreta in base al proprio stato emotivo



Si misurano dati e fatti con il proprio metro di giudizio



Siamo portati ad ascoltare solo quello che ci interessa

COME MIGLIORARLO



Avere un atteggiamento positivo



Prendere l'iniziativa



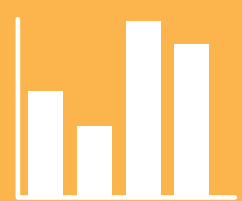
Focalizzare la propria attenzione



Mantenere una mente "aperta"



Cogliere il non detto dell'interlocutore



Gestire la propria emotività

Contattaci per sviluppare questo tema nella tua azienda

0280672674 www.cegos.it



BEYOND KNOWLEDGE*