



## 1) DESCRIPCIÓN DE LA HERRAMIENTA

Esta herramienta intenta reflexionar sobre la importancia de la escucha activa en las relaciones y el papel que tiene a la hora de evitar o resolver conflictos.

Tiempo: 25 minutos

## 2) OBJETIVOS DE LA HERRAMIENTA

- aprende a escuchar
- superar los conflictos
- No culpes a los demás

## 3) CONEXIÓN DE LA HERRAMIENTA CON LA HABILIDAD

Esta herramienta nos está ayudando a poner en práctica todos los conceptos que describimos en la píldora "Toma de decisiones".

## 4) MATERIALES DE RECURSOS

- Texto Los 4 monjes y cuestionario para los participantes (Anexo I)

## 5) CÓMO APLICAR LA HERRAMIENTA

- Paso 1: grupos de 4 personas (podemos realizar la actividad con varios grupos de 4 personas más o menos con un solo grupo más grande o individualmente).
- Paso 2: entregar a los participantes una copia del Anexo I (texto y cuestionario)
- Paso 3: representante de cada grupo presenta a los participantes las conclusiones
- Paso 4: análisis común de las conclusiones

6) QUÉ APRENDER

Aprender a escuchar es uno de los aprendizajes más difíciles con los que se encuentra una persona a lo largo de su vida. Aprender cuándo debemos guardar silencio, cuándo debemos escuchar, cuándo debemos pensar debería ayudarnos a darnos cuenta de lo importantes que son las personas que tenemos a nuestro alrededor y con las que convivimos a diario.

El problema hoy es que la gente no escucha para entender, sino para responder.



**Co-funded by  
the European Union**

## ANEXO I

### TEXTO:

"Los cuatro monjes decidieron caminar juntos en silencio durante un mes. El primer día todo fue genial. Pero, después del primer día, uno de los monjes dijo: Dudo si cerré la puerta antes de salir del monasterio. Otro dijo: ¡Estúpido! ¡Habíamos decidido permanecer en silencio durante un mes y vienes a romperlo con esta tontería! Entonces el tercero dijo: ¿Y tú qué? ¡Tú también lo acabas de romper! Y el cuarto monje dijo: ¡Gracias a Dios, soy el único que no ha hablado!"

### CUESTIONARIO:

- ¿Cuál ha sido la actitud de los monjes?
- ¿Por qué crees que actuaron de esa manera?
- Conecta monje-monasterio con tu experiencia académica y personal.
- ¿Qué ejemplo recuerdas de tu propia experiencia que esté relacionado con el texto?
- ¿Cuál pudo haber sido la actitud de los demás monjes cuando habló el primero? ¿Y del último cuando el segundo habló?
- ¿Podrían haber empezado a contar el tiempo nuevamente y caminar en otra dirección?

\*Nota: intentar adaptar esta historia a una situación cotidiana en el lugar de trabajo.