

# Role play *Escucha activa*

**Instrucciones:** En parejas, uno tendrá una tarjeta de la sección Tarjetas 1 y el otro, una de la sección Tarjetas 2. Por tanto, uno de los miembros de la pareja hablará del problema/ situación descrito en su papel (Tarjetas 2), como si en realidad le ocurriera. Mientras tanto, el otro actuará de acuerdo a las instrucciones que se le indican en la tarjeta que se le ha dado (Tarjetas 1).

Una vez terminado el *role-play*, se relacionará con uno de los consejos de escucha activa de la ficha 2.

## Tarjetas 1. Papel de las personas que están escuchando ✂:

No mantengas el contacto visual. Mira para abajo, a una mesa, o a una silla, pero no a la persona que está hablando.

Parpadea rápidamente y muestra signos de cansancio e impaciencia.

Asiente con la cabeza mirando fijamente y embobado. Finge que escuchas, pero en realidad no estás haciendo.

Con el rostro, expresa el sentimiento contrario que intenta transmitirte el compañero (ej. Si te está contando una alegría, ponte serio y si te cuenta una historia triste, ríete).

Siéntate en el borde de la silla dando la impresión de que estás a punto de marcharte. Mueve los pies, las piernas y las manos con nerviosismo.

Mete las manos en los bolsillos y encórvate mostrando desinterés.

Coge el móvil y asiente como si te estuvieras enterando de todo lo que explica tu compañero.

## Tarjetas 2. Problemas de las personas que hablan ✂:

Tus padres se pelean siempre a la hora de comer y cenar y esto te provoca mucho estrés.

Un amigo al que quieres mucho se va a otra ciudad a estudiar y estás muy triste.

Has aprobado todas las asignaturas y tus padres te han regalado un viaje a donde tú elijas. Estás muy contento.

Te has enfadado con un amigo porque te has enterado de que va hablando de ti a tus espaldas.

Echas de mucho de menos a tu hermano, que se ha ido a estudiar fuera. Te sientes solo y aburrido sin él en casa.

Eres el único de la clase que ha suspendido el examen de Matemáticas y sientes mucha vergüenza.

Han robado a un chico de tu barrio y tienes miedo de que te pase a ti.

No puedes dejar de mirar tu whatsapp. Sientes ansiedad y nerviosismo cuando estás en el instituto por no poder usarlo.

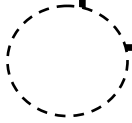
# RELACIONA cada actuación DE tus compañeros con El consejo DE Escucha activa apropiado:



Un parpadeo lento y pausado indica atención.



Con la cabeza podemos mostrar un gesto afirmativo, negativo o ladear la cabeza. Esto muestra que estás escuchando y mostrando empatía, amabilidad y disposición a escuchar.



Con el rostro, podemos mostrar tristeza, alegría, enfado..., según lo que el interlocutor esté contando. Esto indicará empatía.

Estar sentado sin mover los pies, las piernas y las manos muestra que estás atento y eres paciente.



Tu postura corporal también muestra interés por lo que el compañero relata.



Centrarse en la otra persona sin atender el móvil, el ordenador, la televisión etc... implica que sólo te preocupa lo que te está contando.



Es importante mantener la mirada. No es necesario mantenerla al 100% como si estuvieras embozado, pero sí debes mostrar interés con ella.

