

# ESCUCHAR CONSTRUCTIVAMENTE RESUMEN DEL ARTÍCULO

*Adaptado por Olivia Mercado, 02-08-93, de Julian Weissglass, "Constructivist Listening for Empowerment and Change," The Educational Forum, Vol. 54, No. 4, Summer 1990.*

## DEFINICIÓN Y PERSPECTIVA

El término constructivista es usado porque "desde la perspectiva, el aprendizaje es el producto de la auto-organización" y la meta de escuchar constructivamente es facilitar esta auto-organización. El constructivismo está basado en la visión de la inteligencia como una característica flexible y adaptativa de los organismos humanos- es diferente del instinto, la habilidad para memorizar, o la capacidad de estar condicionados a responder al estímulo.

El escuchar constructivamente está basado en los principios del constructivismo y en dos creencias. La primera, la angustia (la acumulación de emociones a causa de experiencias traumáticas) es la fuente del comportamiento poco inteligente e indiferente. Segundo, el natural proceso psicológico de expresar emociones contribuyen a recuperarse desde los efectos traumáticos, dándoles sentido a las experiencias y pensar más claramente. El escuchar constructivamente es el centro, una herramienta de empoderamiento, construcción de comunidades, y cambio personal/social. Activa a las personas a asumir responsablemente por sus acciones y sentimientos, construir nuevos significados, y cambiar el conocimiento que tenemos de los viejos patrones.

Empoderamiento es el proceso de respaldar a la gente 1) a construir nuevos significados ( re-evaluar lo que está pasando con ellos, por qué son como son, por qué quieren lo que quieren o desean, y por qué ellos se relacionan de la manera que lo hacen; 2) ejercitar la libertad de elegir las nuevas maneras de responder al mundo. Los dos componentes son obvios de contar. La construcción de nuevos significados y la clarificación de ideas e incrementar los sentimientos aumentan las probabilidades de hacer nuevas decisiones. Haciendo nuevas decisiones producimos nueva información que resulta en la construcción de nuevos significados. Ambos componentes son asistidos por el escuchar constructivamente.

El énfasis en la expresión de sentimientos está basado en que estos procesos reducen el estrés y ayudan en la construcción de nuevos significados, esto es, hacer sentido del mundo. Partidarios del valor de la expresión emocional ven como una importante sensibilidad exacerbada, claridad de las ideas, y una gran creatividad. Hay procesos avanzados que son beneficios al funcionamiento humano aparentemente por el llanto, temblor, la observación, la risa, maldecir, bostezar, y hablar. Estos procesos ayudan a la construcción o re-construcción de significados de experiencias angustiantes como también lo son la recuperación desde tensiones emocionales y psicológicas que ellos producen.

## SUPOSICIÓN OPERACIONAL Y PROCEDIMIENTO

El escuchar constructivamente no es un asunto jerárquico o no-autoritario. El oyente constructivista intenta darle empoderamiento al hablante para expresar sentimientos, entender construcciones personales, y usarlos con una inteligencia mayor a responder creativamente ante situaciones que dependen bastante del hábito o de estrategias rígidas. Porque el proceso trabaja mejor es cuando el oyente no se siente atacado o está a la defensiva, el hablante no critica o se queja sobre el oyente.

El escuchar constructivamente empodera al hablante en:

1. Reflexionar en el significado de eventos e ideas.
2. Expresar y trabajar con los sentimientos que interfieren con el pensamiento claro;
3. Construir nuevos significados;
4. Hacer decisions

El oyente comunica interés, cuidado y aceptación por:

1. Se enfoca en el hablante, mantiene contacto visual, y cuando es apropiado sostiene la mano o toca un hombro o brazo
2. Acepta que el hablante es capaz de resolver sus propios problemas, el oyente no interpreta, parafrasea, analiza, critica, da consejo o interrumpe.
3. Hace preguntas amables; y
4. Provee total confidencialidad, porque una persona necesita seguridad para ser auténtico.

## **PRACTICANDO EL ESCUCCHAR CONSTRUCTIVAMENTE**

Toma algo de tiempo y esfuerzo aprender el escuchar constructivamente. La mejor manera para aprender cómo hacer el escuchar constructivamente, como también las experiencias y beneficios, es de una estructura formal dónde dos personas (una pareja) toman turnos para escuchar uno a uno y con la misma cantidad de tiempo. Incluso el líder del grupo puede sugerir un tópico para la pareja, el hablante está siempre a cargo del tiempo de ella o él. En una pareja, el hablante tiene la oportunidad y la responsabilidad para hablar auténticamente acerca de sus propias ideas y sentimientos. El oyente está ahí para asistir, ayudar al hablante a enfocarse en sus sentimientos y asegurar al hablante que la expresión de sentimientos es benéfico.

Porque es fácil engañarse asimismo si es que uno escucha verdaderamente, en los estados primarios de aprendizaje al oyente se le enseñar a escuchar atentamente y no hacer preguntas. Al comienzo a cada persona se le da la oportunidad de reflexionar en su papel de oyente en una pareja, y sus experiencias pasadas son o no son escuchadas. Se enfatiza mucho que el papel de las preguntas es siempre para el beneficio del hablante, no del oyente y de sus sentimientos. Hablar regularmente acerca de las percepciones de uno mismo como oyente y de los sentimientos sobre el escuchar y hablar sobre las emociones es un componente muy importante del aprendizaje del escuchar constructivamente.

---

<sup>1</sup> Ernst von Glasenfeld, "Cognition, Construction of Knowledge, and Teaching," *Synthese* 80. (July 1989): 121-140. Quoted from p. 136.