



RECORDAR

- Un estudio recientemente publicado de Barna Gen Z muestra que la mayoría de los jóvenes sienten una profunda sensación de desconexión. Solo un tercio de los participantes podría decir que a menudo se sienten profundamente cuidados por alguien que los rodea o que alguien cree en ellos. La escucha que ofrecemos en conversaciones más profundas comunica valor y construye conexión. Dice que los pensamientos y sentimientos de la persona importan.
- Las conversaciones más profundas son un regalo dado por un joven a alguien que cree que tratará lo que ha dicho con respeto y cuidado. Estas conversaciones se basan en conexiones confiables crecidas con el tiempo.
- Las conversaciones más profundas pueden traer consigo nuevas perspectivas y posibilidades, que ayudan al joven a descubrir cómo se ve a sí mismo, percibir las acciones de los demás, comprender el corazón de Dios o abordar los desafíos. Dios ama cuando exploramos nuestros pensamientos y sentimientos con Él. 22: 62:8 (NTV) dice: "...confía en él en todo tiempo. Derrama tu corazón a él, porque Dios es nuestro refugio".



RECONOCER

- Las conversaciones más profundas van más allá de compartir información. Surgen de los sentimientos y pensamientos sobre la información. Estas son conversaciones que invitan a los jóvenes a notar, reflexionar y procesar las experiencias, emociones y creencias de su vida.
- Las invitaciones a conversaciones más profundas deben ser oportunas y respetuosas. Prestar atención a la elección de lugares donde no se puede ser escuchado o distraído fácilmente crea un ambiente donde la persona se siente emocionalmente segura y protegida de la vergüenza.
- Las conversaciones no vienen con un guión de "talla única". Observe las reacciones y respuestas a su estilo de comunicación personal y elija hacer ajustes, ¡y disculpas! Cuando sea necesario. Esto demuestra que usted se toma en serio la comunicación con ellos.
- No todos los jóvenes están en el lugar donde tienen el vocabulario emocional o la perspectiva reflexiva para profundizar más que las conversaciones superficiales. Invitar a los jóvenes a notar y participar con usted en una conversación sobre cosas concretas en el mundo que los rodea puede ayudar a expandir su capacidad de reflexión. Dirigir con empatía su atención a los sentimientos de los demás y nombrarlos puede expandir su vocabulario emocional.



RESPUESTA

- **Construir una base de confianza.** Genera confianza a través de cosas como aparecer cuando dijiste que lo harías, recordar lo que han dicho y compartir experiencias juntos. La confianza a menudo sale de la cercanía. Entra en el mundo de los jóvenes con verdadero interés e invítalos a compartir partes de tu mundo también.
 - **Haga preguntas convincentes.** La iniciativa de profundizar en una conversación suele recaer en nosotros. Las mejores invitaciones a algo más profundo son:
 - * Curioso - Usa palabras como: Me pregunto ..., qué piensas de ..., ¿Alguna vez te has dado cuenta ... Ej. *"Me interesaría saber lo que crees que se necesita para ser un buen amigo"*.
 - * Abierto: explora con *por qué, cómo, qué, describe, explica, cuéntame*. Ej. *"Cuéntame cómo se sintió eso para ti"*.
- Enfocado en el impacto: Busque el peso y la influencia de lo que le están diciendo. Ej. *"¿Cómo te afectó eso?" "¿Por qué crees que eso te importaba?"*

- **Escuche sin corregir.** Permita que las palabras y los sentimientos de la persona existan en un espacio sin necesidad de defenderse. Retenga sus opiniones sobre lo que han dicho, sabiendo que puede escuchar bien ya sea que esté de acuerdo con lo que están diciendo o no.
- **Reflexione sobre lo que has escuchado.** Reformule el contenido y ofrezca lo que está escuchando sobre su significado para ellos. Esto en sí mismo a menudo abre el siguiente nivel de intercambio. Ej. Esto es lo que escuché. Dime si me estoy perdiendo algo".
- **Afirme su corazón.** Observe y cuénteles dónde ha notado la imagen de Dios en ellos. ¿Qué evidencia de Su corazón ves en ellos? Sea específico y genuino.
- **Espere su turno.** Nuestras historias y pensamientos tienen un lugar en conversaciones más profundas, pero SOLO después de haber escuchado respetuosamente, reteniendo la corrección y las opiniones. Pida permiso para compartir sus pensamientos y perspectivas, asegurándose de que sus palabras no ocupen más espacio que las de ellos en la conversación.



RECURSOS

<https://centerforparentingeducation.org/library-of-articles/healthy-communication/the-skill-of-listening/> - Habilidades auditivas para aprender y practicar.

<https://fullyyouthinstitute.org/blog/relationship-skill-leaders-can-learn> - 3 pasos para escuchar atentamente en el ministerio.