**[La escucha, mucho más que una actitud](http://www.healthmanaging.com/blog/la-escucha-mucho-mas-que-una-actitud/" \o " La escucha, mucho más que una actitud)**

La **escucha** es la capacidad para poder utilizar el oído a nivel sensorial y motriz de una manera atenta, con el fin de aprender y comunicar, y sin que ello resulte perturbador a nivel emocional. La escucha permite integrar de manera objetiva la realidad desde la neutralidad emocional. El oído sirve para algo más que oír. **Oír no el mismo que escuchar**. Oír es una sensación pasiva, involuntaria y no selectiva. En la escucha está la verdadera comunicación. **Escuchar** es la **auténtica percepción** y ésta es **activa**, **voluntaria** y **selectiva**. Escuchar es estar presente. Es una recepción. Sin escucha, no hay una correcta comprensión y posterior integración de los mensajes recibidos.

La **actitud** de escucha está relacionada con el posicionamiento que tenemos frente al acto de escuchar. Este posicionamiento activa o disminuye los niveles de agudeza sensorial y predispone positiva o negativamente a llevar a cabo las acciones necesarias para practicar una escucha eficaz.

¡**Pero la escucha es mucho más que una actitud. Es también una aptitud!**

**“Te hablo y tú no entiendes. Si entiendes, interpretas lo que no te he dicho y, además, puede que reacciones con impulsividad”.**

Podemos querer, pero podemos no poder escuchar adecuadamente. Podemos querer estar atentos al mensaje adoptando una actitud correcta de escucha activa, pero podemos perder la capacidad de concentrarnos en dicho mensaje y dispersarnos muy rápidamente, o que el mensaje o la voz nos provoque inquietud aparentemente sin motivo ni razón de ser.

**¿Por qué?**

La escucha, está relacionada con la capacidad biológica de ser impactados por perturbaciones ambientales a las que llamamos sonidos. Esta capacidad está condicionada por aspectos fisiológicos del oído interno (capacidad de oír), que la facilitan o dificultan. Pero, puede haber pérdida de escucha, teniendo una buena audición. La pérdida de escucha cuando no hay enfermedad se produce como **mecanismo de defensa psicológico** del ser humano ante situaciones que no puede o no quiere afrontar y que le pueden perturbar. El oído se hace selectivo y cierra la escucha. **Cerrar la escucha** implica a nivel neurofisiológico una serie de cambios sobre todo a nivel de oído medio (martillo, yunque y estribo) que dificultan una escucha activa íntegra, provocando alteraciones en el mensaje emitido que el cerebro no puede codificar íntegramente, o provocando que dicho mensaje nos impacte a nivel emocional.

**Lectura recomendada:** *Hacia la escucha humana*, del **Dr. Alfred A. Tomati**