

## Consejos De Expertos Para Trabajar Juntos

### Lo Que Decimos

- Di "OK" o contesta cuando alguien te habla.
- Usa una voz tranquila, agradable, de interior (en voz baja).
- No te burles de las ideas de nadie ni le tomes el pelo. No les critiques.
- Si hieres los sentimientos de otra persona o haces algo mal, pide perdón.
- Utiliza enunciados "yo" ("yo siento... yo pienso... yo no entiendo...") en lugar de enunciados "tú" o "esa gente" ("tú no sabes... esa gente piensa que...").
- No seas sarcástico ni menosprecies a otra persona, ni siquiera en broma. ¡Puedes ser gracioso sin menospreciar a los demás!
- Parafrasea lo que dice la otra persona o repite lo que oyés ("Así que piensas que ..." o "Lo que te oigo decir es que ...").
- Pide a la persona que te explique algo que no entiendas.
- No intentes tener siempre la última palabra.

### Lo Que Hacemos

- Presta atención cuando habla otro miembro del grupo.
- Mira a la persona que está hablando. Intenta no distraerte con otras cosas, como la televisión, el móvil, la música, etc. Así sabrá que estás escuchando.
- Seguir trabajando.
- No interrumpas al orador.
- Si no estás de acuerdo, explica por qué no estás de acuerdo con la idea, pero no critiques a la otra persona.
- No abandones la sala si te sientes frustrado o aburrido.
- No participes en conversaciones paralelas cuando esté hablando un miembro del equipo.

