

BARREIRAS AO OUVIR



EXTERNAS

- **Barulho:** Os sons de outras pessoas conversando, carros e máquinas, música, ou até mesmo o riso das pessoas podem interferir em nossa habilidade de ouvir.



- **Ambiente Físico:** sentar numa sala quente, sem ventilação, ou numa sala muito fria, pode nos impedir de ouvir – especialmente se você estiver sentado numa cadeira desconfortável ou não tiver lugar para sentar!



- **Distrações Visuais:** olhar por uma janela, para uma bela pintura ou um quadro de avisos coloridos podem certamente tirar nossa atenção se não formos cuidadosos – assim imagine o que uma camiseta realmente extravagante, ou um penteado pouco comum, ou uma garota sensual, duas cadeiras adiante podem fazer ao processo de ouvir.



- **Problemas com Aquele que Fala:** Problemas de fala, línguas estrangeira e sotaques podem interferir na forma de ouvir. Imagine o que uma entonação irada ou ameaçadora pode fazer!



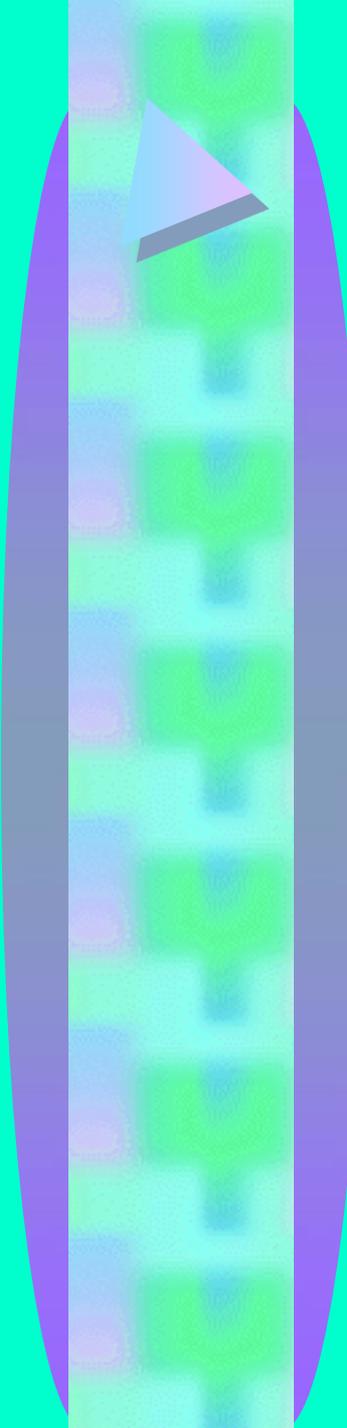
INTERNAS

- **Preocupações Pessoais:** É difícil ouvir bem se você está preocupado com uma importante prova que se aproxima, com uma briga com um amigo, ou problemas em casa.



- **Sobrecarga de Informação:** Às vezes nossa audição se fecha após recebermos uma carga excessiva de informações. É difícil ouvir horas e horas o professor, os pais e os amigos.



- 
- **Pensamento Rápido:** A maioria de nós fala cerca de 125 palavras por minuto, porém nosso cérebro age a uma velocidade muito mais alta.
 - Nós somos capazes de assimilar mais de 600 palavras por minuto.
 - Isto deixa muitas horas vagas para pensar.
 - Não é de admirar que somos tentados a divagar.

- **Problemas Físicos:** Se uma pessoa está cansada, irritada, ou ficando doente – ouvir é quase impossível.
- Quando as pessoas têm deficiência auditiva que as impedem de receber certas frequências auditivas ouve sons em determinados volumes, a capacidade de ouvir obviamente fica comprometida.



HÁBITOS INADEQUADOS EM RELAÇÃO AO OUVIR (as barreiras que criamos)

- **Ouvir dissimulado:** Quando fingimos ouvir, olhamos nos olhos de quem fala, sorrimos e até mesmo acenamos com a cabeça enquanto os nossos pensamentos voam pela janela.



- **Ouvir Combativo:** Prontos para o ataque, nós ouvimos de forma combativa, apenas para preparar nosso argumento persuasivo ou réplica.

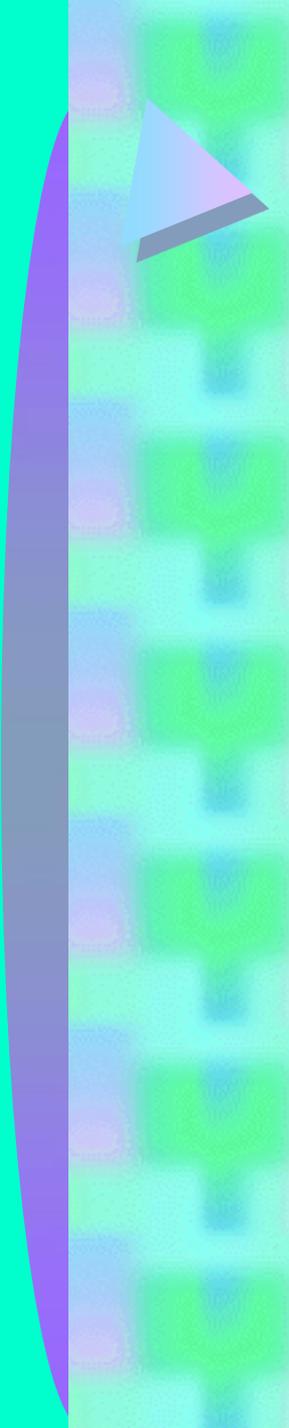


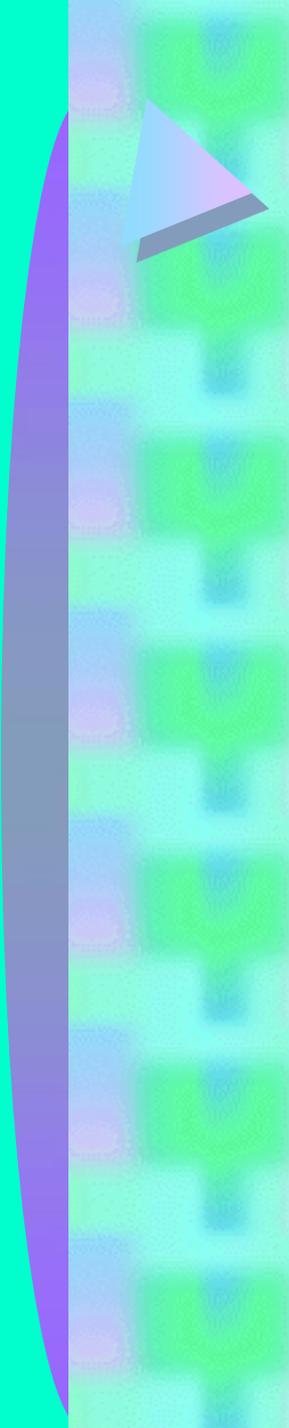
- **Ouvir Defensivo:** Quando nos sentimos um pouco inseguros ou talvez até mesmo culpados, ouvimos comentários inocentes como se fossem ameaças pessoais ou mesmo agressões.



- **Ouvir Seletivo:** Com tantas coisas para pensar e tantas para fazer, é difícil ouvir apenas as partes que nos interessam eliminar o restante.



- 
- **Ouvir Imaginário:** Muitas vezes nos adiantamos e preenchemos as lacunas para fazer uma história completa – qualquer coisa que o interlocutor omite nós completamos.
 - **Ex:** O que a mulher diz:
Esta casa está uma confusão!
Amor, tu e eu temos que limpar isto,
As tuas coisas estão no chão e
Ficarás sem roupas para vestir se
Não as lavares agora mesmo!



O que o homem escuta....

- **O que o homem escuta:**
blah, blah, blah, blah, Amor
blah, blah, blah, blah, tu e eu
blah, blah, blah, blah, no chão
blah, blah, blah, blah, sem roupas
blah, blah, blah, blah, agora mesmo!



- **Ouvir Protetor:** Se um tema nos deixa desconfortáveis ou embaraçados – como notas baixas, um trabalho incompleto, ou problemas com amigos – a tendência é nos desligarmos, evitar e esquecer.