

 05

## Para saber mais

### Desenvolve a empatia

Para desenvolver um interesse genuíno no que o outro tem a dizer, é preciso trabalhar a empatia. Nesse sentido, a escuta ativa ajuda a incluir pensamentos empáticos e a habilidade de se colocar no lugar do outro, graças a uma comunicação muito mais efetiva. Aprender a ouvir o outro sem deixar que questões pessoais interfiram e colocando-se na perspectiva do interlocutor é, sem dúvida, uma das formas mais eficientes de praticar a empatia.

### Diminui conflitos organizacionais

Com o aumento da empatia e a comunicação muito mais clara, é possível reduzir conflitos que costumam estar presentes no nosso dia a dia. Afinal, quanto mais atenção você dá para um discurso, mais informações você absorve e menos desentendimentos acontecem diariamente.

### Estimula o trabalho em equipe

O trabalho em equipe tende a ser, inclusive, estimulado durante o processo de escuta ativa. Isso acontece porque, agora, é possível melhorar o relacionamento com os colegas, o que permite que você realmente faça um trabalho em conjunto de qualidade, sem estresse e desentendimentos.