

## **8ª LEI DA QUALIDADE DE VIDA**

### **A Arte de Ouvir e a Arte de Dialogar**



#### **A Arte de ouvir é...**

- 1** Arte de se esvaziar para ouvir o que as outras pessoas têm para dizer e não o que queremos ouvir.
- 2** A capacidade de se colocar no lugar d@s outr@s e perceber suas dores e necessidades sociais.
- 3** Penetrar no coração psíquico e desvendar as causas da agressividade, da timidez, da angústia, dos comportamentos estranhos.
- 4** Interpretar o que as palavras não disseram e o que as imagens não revelaram.
- 5** Ter a sensibilidade para respeitar as lágrimas visíveis e perceber as que nunca foram choradas.

#### **A Arte de dialogar é...**

- 1** Arte de falar de si mesm@.
- 2** Trocar experiência de vida.
- 3** Revelar segredos do coração.
- 4** Ser transparente. Não simular os sentimentos e as intenções.
- 5** Não ter vergonha das suas falhas nem medo dos seus fracassos.
- 6** Respeitar os limites e os conflitos d@s outr@s. Não dar respostas superficiais.
- 7** O diálogo interpessoal que cruza os mundos psíquicos e implode a solidão.