

---

# ÍNDICE

|                    |    |
|--------------------|----|
| Introducción ..... | 15 |
|--------------------|----|

## I. ESCUCHAR EL MUNDO

|  |    |
|--|----|
| Lo que oímos... y lo que no .....                          | 25 |
| El concepto de atención.....                               | 31 |
| ¿A cuántos objetos podemos poner atención? .....           | 35 |
| ¿Durante cuánto tiempo podemos fijar<br>la atención? ..... | 37 |
| ¿Qué significa escuchar?.....                              | 40 |

## II. ESCUCHAMOS LO QUE QUEREMOS

|   |    |
|---|----|
| Los mecanismos de defensa .....                                       | 58 |
| Mecanismos de defensa y escucha .....                                 | 60 |
| Las distorsiones del deseo: el enamoramiento<br>ciego (y sordo) ..... | 63 |
| El narcisismo y la escucha glorificada de<br>sí mismo.....            | 64 |
| Otros obstáculos a la escucha.....                                    | 67 |
| Condiciones mínimas para la escucha.....                              | 72 |
| La curiosidad.....  | 73 |
| Aburrimiento y expectativas.....                                      | 74 |

|  |    |
|--|----|
| La imaginación.....                        | 76 |
| La escucha: ¿altruista o interesada? ..... | 78 |

### III. ¿NOS ESTAMOS ESCUCHANDO?

|  |     |
|--|-----|
| Todo es comunicación.....                          | 85  |
| Escucha y relación de poder .....                  | 87  |
| La reciprocidad.....                               | 90  |
| La congruencia .....                               | 92  |
| Roles y escucha.....                               | 94  |
| Los tabúes.....                                    | 97  |
| Género y escucha .....                             | 98  |
| Seducción y escucha .....                          | 101 |
| La pseudoescucha.....                              | 102 |
| La escucha ideal: el arte de la conversación ..... | 104 |

### IV. ASPECTOS HISTÓRICOS Y SOCIALES

|  |     |
|--|-----|
| Culturas orales y escritas.....                          | 115 |
| La influencia del individualismo y el Romanticismo ..... | 120 |
| La cultura del narcisismo .....                          | 122 |
| La cultura de la psicoterapia.....                       | 125 |
| La influencia del consumismo .....                       | 127 |
| ¿A quiénes escuchamos y desde cuándo? .....              | 130 |
| La escucha y el poder de compra .....                    | 135 |
| La autoridad y la escucha .....                          | 137 |
| La escucha, los estereotipos y la lástima .....          | 139 |
| La escucha y la brecha generacional .....                | 143 |

### V. SER ESCUCHADO, HOY

|                            |     |
|----------------------------|-----|
| ¿Me están escuchando?..... | 150 |
| El no ser escuchado .....  | 152 |

ÍNDICE

|   |     |
|---|-----|
| Expectativas e ilusiones de la comunicación instantánea ..... | 157 |
| La escucha y los mundos virtuales .....                       | 165 |
| Las redes sociales y la fantasía de la escucha.....           | 170 |
| Las comunidades virtuales.....                                | 173 |
| Los menús automatizados .....                                 | 175 |
| El derecho a la privacidad y a la invisibilidad .....         | 177 |
| El populismo cibernético .....                                | 180 |

VI. LA ESCUCHA ESPECIALIZADA:  
LA PSICOTERAPIA Y EL SECTOR SERVICIOS

|   |     |
|---|-----|
| ¿Qué escuchan los psicoterapeutas? .....                | 191 |
| La escucha del hipnoterapeuta.....                      | 200 |
| La escucha en busca de soluciones.....                  | 200 |
| La escucha flotante del psicoanalista.....              | 204 |
| ¿Existe una escucha “objetiva” en la psicoterapia?..... | 207 |
| Importancia de la escucha en otras profesiones .....    | 208 |
| El papel de la escucha en el sector servicios .....     | 209 |
| Funciones cambiantes de la escucha .....                | 211 |

VII. CONCLUSIONES Y PREGUNTAS

|   |     |
|---|-----|
| ¿Una predisposición a la escucha? .....             | 216 |
| Hacia una ética de la escucha .....                 | 220 |
| El dilema de la empatía.....                        | 223 |
| Hacia una nueva civilidad.....                      | 224 |
| La democratización de la escucha .....              | 227 |
| El problema del relativismo .....                   | 228 |
| ¿El derecho a ser escuchado?.....                   | 232 |
| ¿Está desapareciendo la capacidad de escuchar?..... | 233 |

ESCUCHAR (NOS)

|  |     |
|--|-----|
| La desaparición del silencio .....         | 234 |
| Algunas preguntas sobre la educación ..... | 236 |
| Sugerencias para cultivar la escucha.....  | 240 |
| <br>                                       |     |
| Preguntas para la reflexión .....          | 243 |
| Bibliografía.....                          | 251 |