

**Acuerdos del Grupo de Trabajo del Personal de IDEA**

1. Hablar desde la perspectiva del “yo”: Evitar hablar por otros usando “nosotros”, “nos” o “ellos”.
2. Escuchar activamente: Escuchar para entender, no para responder. A veces, estamos tentados a comenzar a formular lo que queremos decir en respuesta, en lugar de dar el 100% de nuestra atención al orador. Asegurémonos de estar escuchando al 100%.
3. Dar un paso adelante, dar un paso atrás: Si normalmente hablas mucho o te encuentras hablando más que otros, desafíate a ti mismo a escuchar y abrir espacio para los demás. Si no hablas tanto en grupos y haces mucho de tu pensamiento y procesamiento en tu propia cabeza, sabe que nos encantaría escuchar tus contribuciones, y desafíate a ti mismo a expresar tu voz en la conversación.
4. Respetar el silencio: No te fuerces a llenar el silencio. El silencio puede ser una indicación de pensamiento y procesamiento. Permite que las personas tengan tiempo para procesar.
5. Compartir, incluso si no tienes las palabras adecuadas: Suspende el juicio y permite que otros hablen de manera libre. Si no estás seguro de algún significado, entonces pide aclaraciones.
6. Abrazar la incomodidad: El aprendizaje ocurre en el límite de nuestras zonas de confort. Empújate a ti mismo a estar abierto a nuevas ideas y experiencias, incluso si inicialmente te parecen incómodas.
7. Mantener la confidencialidad: Trata la franqueza de los demás como un regalo. Asume que las identidades personales, experiencias y perspectivas compartidas en este espacio seguro son confidenciales a menos que se te dé permiso para utilizarlas.