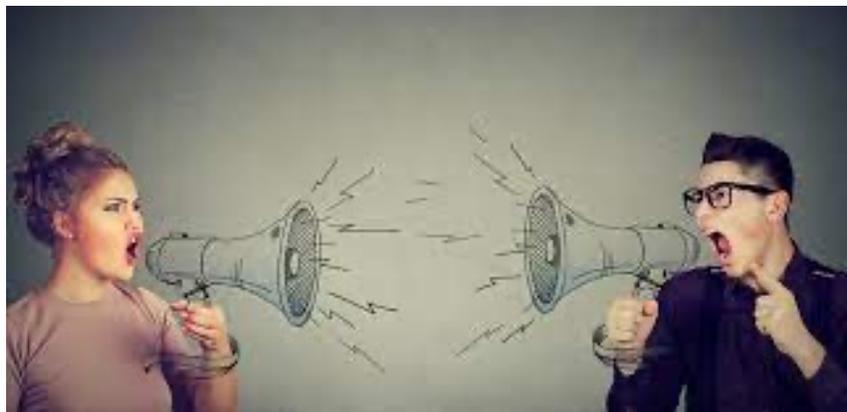
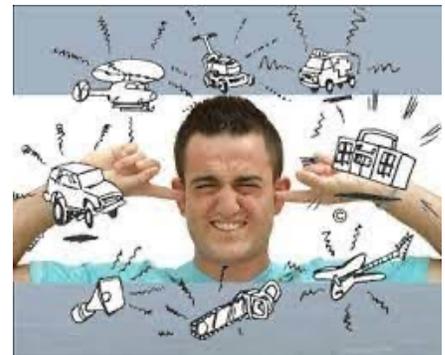


Las estrategias para minimizar los ruidos o barreras de la comunicación.

El ruido es cualquier factor que perturba, interfiere, o crea una situación confusa en la comunicación. Puede ser interno (cuando el receptor no está prestando atención), o externo (cuando el mensaje es distorsionado por otros sonidos del ambiente). Puede presentarse en cualquier etapa del proceso de comunicación. Las instrucciones poco claras sobre cómo realizar una actividad pueden hacer que los empleados "oigan" instrucciones diferentes o incorrectas.

Dado que el ruido puede interferir con la comprensión, los dirigentes deben tratar de que no rebase el nivel que permita una buena comunicación. El malestar físico, el hambre, el dolor o fatiga, también pueden considerarse una forma de ruido y pueden impedir una comunicación satisfactoria. El problema empeora con un mensaje excesivamente complejo o poco claro.

Las barreras son factores de diferente naturaleza que crean dificultades para lograr una comunicación exitosa.



Para evitar que se den barreras comunicativas es recomendable:

- Enviar mensajes claros, a través del uso de un código común a todos.
- Emplear expresiones que favorezcan la comunicación y dejar de lado las que la obstruyan.
- Establecer un equilibrio entre el lenguaje verbal y el no verbal.
- Ser empático y ponerse en el lugar del otro.
- Practicar la escucha activa.
- Valerse de la retroalimentación, para verificar que todos comprenden adecuadamente el mensaje, evitando monopolizar la comunicación.
- Procurar controlar las emociones, para que no intervengan en la comunicación y por ende distorsionen el mensaje.
- Cuidar el ambiente; es decir aspectos como la iluminación, el ruido ambiental.
- Adaptar el mensaje a la edad y al perfil a quien se vaya a comunicar.



Estrategias Para Evitar Las Barreras De La Comunicación



Evitar los prejuicios, tratar de dejarlos a un lado

Enviar mensajes claros, comprensibles, que se adecuen a las posibilidades del receptor



Utilizar expresiones que "faciliten" la comunicación y evitar las que la "obstruyen".

Mantener la congruencia entre el lenguaje verbal y el no verbal.



Asumir una actitud de empatía con el interlocutor. "Ponerse" en el lugar del otro.



Una barrera no es un obstáculo imposible para la comunicación es posible adoptar estrategias para evitarlas o superarlas, como son las siguientes:



Escuchar con atención

Evitar comunicarse corriendo, sin el tiempo suficiente para garantizar la correcta recepción del mensaje o en ámbitos que dificulten la recepción del mensaje.

Aclarar las diferencias en las percepciones



Utilizar la retroalimentación, para verificar la comprensión adecuada



Eliminar o evitar los ruidos o interferencias



Controlar las emociones que puedan perjudicar las comunicaciones.

