

Nombre: Valery Avigail Ixmucane Vicente Bac

## La estrategia para minimizar los ruidos o barreras de la comunicación

### ¿Qué son las barreras de comunicación?

**Las barreras de la comunicación son interferencias que, dificultan la llegada de un mensaje claro y correcto en un proceso comunicativo.**

**Si las barreras son obstáculos y la definición pura de comunicación es el proceso que implica la transmisión de un mensaje entre un emisor y un receptor, a través un determinado canal y un código común, entonces ¿a qué se refieren las barreras de la comunicación?**

Sumando las dos definiciones anteriores se puede decir que las barreras de la comunicación son obstáculos que se dan en el proceso comunicativo y pueden llegar a entorpecer, hacer menos comprensible o distorsionar un mensaje.

### Tipos de barreras de comunicación

Existen diferentes clases de obstáculos comunicativos, en función de qué aspecto se vea alterado.

**Barreras semánticas**

**Barreras psicológicas**

**Barreras fisiológicas**

**Barreras física**

**Barreras administrativas**

## **¿Cómo evitar las barreras de comunicación?**

Que hasta este punto se a hecho un repaso por las principales barreras que afectan el proceso de comunicación , y se evita a travde de estas recomendaciones tales como:

- 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.