

# COMO MINIMIZAR LAS BARRERAS DE LA COMUNICACION

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**? En este post analizamos en qué consisten, qué tipos existen y cómo evitarlas.

## ¿Qué son las barreras de 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**; algo comparable con lo que sucedía en el colegio cuando los niños jugaban al “teléfono descompuesto” y el mensaje original no era fluido y por ende llegaba distorsionado al receptor final.

## Tipos de barreras de comunicación

Existen diferentes clases de obstáculos comunicativos, en función de qué aspecto se vea alterado; aunque, el denominador común es que **todas perjudican a la correcta transmisión e interpretación del mensaje**. Estos accidentes pueden ser de distinto tipo:

### Barreras semánticas

Están relacionadas con el significado de las palabras; es decir, con el **código** usado para la comunicación, el cual puede variar entre emisores y receptores, lo cual se presta a que se produzca una interpretación errónea o se deforme el mensaje. Esta barrera está vinculada a las diferencias dialectales o idiomáticas.

### Barreras psicológicas

Tienen que ver con la situación psicológica del emisor o el receptor, condicionada por su **estado emocional o su personalidad**, lo que lo predisponen, de algún modo, a una forma de comunicación determinada. También está vinculada a la simpatía o rechazo hacia el receptor o emisor, o al mensaje que se transmite, deformado por diversos estados como miedo, frustración, alegría; o bien a que no se entiende lo que se dice o lee.

## **Barreras fisiológicas**

Las deficiencias fisiológicas del emisor o receptor, tanto por **condiciones médicas** (sordera, ceguera, mudez...) o **enfermedades transitorias** (resfriado, alergia, disfonía...), determinan el correcto funcionamiento de la comunicación, toda vez que restan claridad y fidelidad a un mensaje.

## **Barreras físicas**

Están relacionadas, no con la persona, sino con el **entorno** en el que se encuentran las personas. Los obstáculos que impiden una correcta comunicación pueden ser ambientales (ruido, distancia...) o tecnológicos (falta de Internet, mala calidad de los equipos...).

## **Barreras administrativas**

Son menos comunes o fáciles de distinguir, pero tienen una gran importancia al estar relacionadas con la forma en la que se administra la comunicación; o, lo que es lo mismo, con los **canales** a través de los cuales se transmite el mensaje en un proceso comunicativo. Un claro ejemplo sería la sobrecarga y pérdida de información, las deficiencias en la atención al cliente y la falta de planificación, entre otras.

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

Hasta este punto se ha hecho un repaso por las principales barreras que afectan el proceso de comunicación, pero ¿cómo podemos evitarlas?

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.

