**Nombre:** Karla Pamela Bala Estrada

**Grado:** 4to.Baco

**Materia:** Literatura

**Tema:** Las estrategias para minimizar los ruidos o barreras de la comunicación

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

Las barreras de la comunicación son interferencias que, de no aplicar acciones correctivas para evitarlas, dificultan la llegada de un mensaje claro y correcto en un proceso comunicativo.

**¿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 distorsione 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.
* Poder implementar una comunicación eficiente en la que no existan obstáculos o, que los que puedan aparecer sean mínimos y subsanables, requiere de conocimientos específicos que permitan implementar la escucha activa y crear mensajes específicos, que se adapten a los interlocutores y a sus circunstancias.



