

Comunicación

efectiva

IA
y Z^s
c B a f N
H, w l s t f c y r v
G v B a A' s w

Edufuturo



La idea de comunicarse efectivamente es que el emisor, o persona que transmite el mensaje, logre ser claro y comprendido por su receptor, o persona que recibe el mensaje. Lo que se persigue es que no exista confusión, no queden dudas y que no haya interpretaciones erróneas.

El mensaje puede ser informativo, contar un secreto, hacer una propuesta o despedir a una persona, lo importante es que lo que se desea comunicar sea comprendido y no genere confusión. Para lograr este objetivo, debe hacerse uso del tono de voz correcto, con palabras que no se presten a duda o a doble interpretación, utilizando la postura y gestos adecuados, de acuerdo a la ocasión. Recuerda, no puedes ir a dar un pésame por el fallecimiento de alguien, con una sonrisa en los labios, o a la inversa, llegar a una celebración con cara de “funeral”. Dependiendo de las circunstancias, debes adoptar la postura, los gestos y actitudes apropiados.



La comunicación expresa ideas y sentimientos y puede tener diferentes objetivos, para que sea efectiva, debe llegar al receptor transmitiendo la idea o sentimiento que la originó. En caso de no hacerlo, no será efectiva. Ayuda mucho, conocer a quién nos estamos dirigiendo, por ejemplo, la edad de la persona, su nivel académico y sociocultural, su nacionalidad y costumbres. No es lo mismo dirigirse a un adulto que a un niño, a una persona muy culta o a una persona muy humilde, a un connacional o a un extranjero.

En la comunicación efectiva intervienen el tono y timbre de voz, gestos y movimientos corporales, contacto positivo y otro elemento que debes tener muy en cuenta, es la relación de igualdad: así como tú quieres transmitir tu mensaje, es importante que estés dispuesto a escuchar y validar los mensajes de la otra persona. El tono de voz debe ser el adecuado: ni muy bajo, para que parezcas tímido e inseguro, ni muy alto para que intimides. Si te están contando una

buena noticia, recibe el mensaje con gestos de empatía, como un aplauso o un abrazo, si la noticia no es tan buena, debes recibirla con los gestos y actitud apropiada.



Muchas veces los mensajes no transmiten lo que deseamos y se prestan a confusiones, resultamos diciendo lo que no queríamos decir y en lugar de agradar, terminamos disgustando a las personas. Por esta razón y para mejorar nuestras relaciones sociales, debemos prepararnos y adquirir habilidades de comunicación efectiva.

Tips para una comunicación efectiva

Según una investigación del Ministerio de Educación, Cultura y Deporte de España, “la comunicación eficaz es el proceso de formar con precisión un mensaje, enviarlo y que sea completamente entendido por los destinatarios. Se requieren que las acciones verbales (palabras habladas) y no verbales (lenguaje corporal, los gestos y las acciones) estén de acuerdo entre sí”.



Los investigadores de dicha institución comparten algunos **tips para una comunicación efectiva** que te ayudarán a comunicarte en forma efectiva:



Cortesía: Getty Images

1. Debes mirar a los ojos a la persona con la que estás hablando.
2. Hazle preguntas, que sienta que tienes interés en lo que dice. De esta forma, también captarás su interés.
3. Ser muy cuidadoso para elegir el momento para intervenir, procura no interrumpir.
4. No cambies el tema de imprevisto.
5. Demuestra empatía por la persona que habla.
6. Permite la retroalimentación y diversidad de opiniones. No controles la conversación.

7. Responde de manera verbal y no verbal. Esto implica, hacer uso de gestos y palabras.
8. Juzga sólo el contenido y no a los interlocutores.
9. Comunica tus emociones y opiniones.

Para comunicarte efectivamente, debes plantearte las siguientes preguntas: ¿Qué quiero decir?, ¿qué mensaje quiero transmitir?; ¿a quién se lo quiero transmitir?, ¿cuál es el mejor momento para hacerlo?, y ¿de qué manera voy a lograr que mi mensaje sea claro y comprendido?

Estas recomendaciones son de aplicación diaria, con todas las personas con las que interactúas. De esta forma, de tanto practicarlas, terminarán por ser parte de ti y te brindarán seguridad al comunicarte en cualquier situación.

Referencias

<http://bienestar.salud180.com/salud-dia-dia/9-tips-para-lograr-una-comunicacion-efectiva>

<http://deconceptos.com/ciencias-sociales/comunicacionefectiva#ixzz4M80CRhye>

<https://pixabay.com>

<http://www.stockvault.net/free-photos>

<https://www.shutterstock.com>