

Edufuturo

# Los enemigos de la comunicación

Para compartir nuestras ideas, pensamientos y opiniones, hacemos uso de la comunicación; pero debemos recordar que la comunicación es en doble vía, es un intercambio de ideas, un ir y venir en el que a veces somos emisores y casi al instante nos convertimos en receptores. La comunicación es dinámica, no implica solo hablar, la esencia de una comunicación efectiva es saber lo que se dice y saber escuchar.

La clave para una buena comunicación es dominar el arte de escuchar. Cuando nos hablan, estamos pendiente de cómo defendernos, cómo justificarnos, de lo qué vamos a contestar; cuando en realidad, deberíamos de estar enfocados solamente en escuchar, en descifrar el mensaje que el emisor nos está enviando.

Los errores más comunes que cometemos en la comunicación:

- Emitir, aunque sea mentalmente, juicios sobre lo que nos dicen. Te dicen: estoy pasando por una mala racha económica; tú piensas: me va a pedir dinero prestado.

- Malinterpretar lo que nos están diciendo, te dicen: ¡cómo tienes el cabello de largo!; tú interpretas: me está diciendo peludo(a).
- Interrumpir constantemente.
- No darles importancia a los sentimientos de la otra persona. Te está contando que está triste y vienes tú y le dices: no estés triste, lo que te pasó no tiene importancia.
- Ofrecer ayuda o consejo que no nos ha solicitado. Los consejos son gratis, pero no por ellos los vamos a andar repartiendo por montones. Debes dar un consejo, solo cuando te lo pidan.
- Ser prepotente y decir: a MÍ no me pasa eso, YO soy diferente.
- No permitir que la otra persona termine de hablar y darle una respuesta, muchas veces errónea, cuando ni siquiera ha terminado de contar su historia.

- Escuchar lo que nos dicen y de inmediato contraatacar con una historia personal. Te dicen: me duele la rodilla; tú respondes: pero yo estoy peor, a mí me duele la pierna entera.
- Distraernos mientras nos están hablando, hacer una pregunta y que no nos interese lo que nos responden.

Por supuesto que todo lo anterior, lo hacemos sin tener malas intenciones. Debemos entender que la comunicación es compleja y que es importante poner atención, tanto a lo que decimos, como a la forma en que nos comportamos y respondemos. Con la práctica de la escucha activa podemos estar seguros de que iremos por buen camino.

## ¿Cómo superar las barreras en la comunicación?

Reconocer que existen barreras y comprometernos a combatirlas. Debemos reconocer que además de lo mencionado, existen otros tipos de barreras:

- Ambientales

Dependiendo de la importancia del tema, escoger el lugar más adecuado para platicar, el ambiente debe ser tranquilo y procurar que no haya interrupciones ni distracciones. También influyen: la iluminación, el ruido, distancia. Hay temas que pueden tratarse por teléfono y otros que deben tratarse frente a frente.

- Verbales

Escuchar atentamente lo que nos están diciendo y responder en forma asertiva. Tomar en cuenta que las palabras tienen varios significados y que, dependiendo de la región, escoger cuidadosamente las palabras para que no sean malinterpretadas.

- Interpersonales.

Está prohibido suponer, si tenemos duda sobre algo de lo dicho, lo mejor es preguntar. Asegurarnos de que el mensaje que deseamos enviar ha sido comprendido, en caso de tener duda, buscar una nueva forma de expresarlo para que sea más claro.

- Fisiológicas

Son las limitantes que existen en las personas, tales como: sordera, problemas de la vista, problemas para pronunciar, voz muy baja. Todas estas limitaciones deben de tomarse en cuenta y buscar la forma para facilitar la comunicación.

- Psicológicas

Debe tomarse en cuenta la situación emocional de la persona con la que se habla. No se emplea el mismo tono de voz con una persona que está alterada, que con una persona que está tranquila. El temor, odio, tristeza o alegría, son emociones diferentes en donde el mensaje, aunque sea el mismo, debe ser comunicado en forma diferente.

## Referencias

<http://es.slideshare.net/nachirauch1/cmo-superar-las-barreras-en-la-comunicacin>

<http://lacomunicacionesasi.blogspot.com/2010/07/los-enemigos-de-la-comunicacion.html>

<https://pixabay.com>

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

<https://www.shutterstock.com>