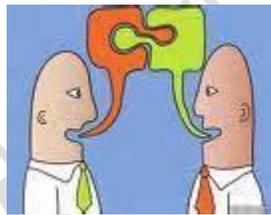


Comunicación efectiva

La comunicación efectiva es una forma de comunicación, que logra que quien transmite el mensaje lo haga de modo claro y entendible para su interlocutor/es, sin que genere confusión, dudas o interpretaciones erróneas.

No tiene que ver con el contenido del mensaje que puede ser una información, un secreto, una propuesta, etcétera, y resultar grato o no, para quien lo recibe, como por ejemplo, en el primer caso, invitar a una fiesta, o en el segundo, cuando se decide prescindir de los servicios de un empleado. En este caso el mensaje debe darse sin rodeos, en forma educada, breve, con palabras que no presenten ambigüedades, sin incluir “peros”, y si es oral, con tono firme, aunque no autoritario. El lenguaje no verbal también debe cuidarse, pues si se pretende decir algo serio, con una postura descontracturada y una sonrisa en los labios, no será creíble, o por lo menos resultará dudoso.



Es efectiva la comunicación cuando el mensaje que se pretende enviar llega al receptor de la manera más similar posible a la idea que quiso expresarse. Conocer las características de la personalidad y de la cultura del receptor, ayudan mucho en este sentido. En efecto, no es lo mismo hacernos entender por un niño que por un adulto; por un analfabeto que por quien posee estudios universitarios; por un compatriota que por un extranjero que habla otra lengua, etcétera.

Para establecer un contacto positivo, debe tratar de mantenerse con el otro una igualdad, exigir ser escuchado, pero también escuchar, no alzar la voz, pero tampoco usar un tono demasiado bajo; tratar de acompañar los movimientos del cuerpo que hace la persona, de modo disimulado; por ejemplo, si ella se cruza los brazos o se toma la cara con las manos en actitud reflexiva podemos imitarlas para que sienta nuestra empatía. Si nos replican lo que decimos, podemos acompañar asintiendo con la cabeza, para demostrar que estamos

atentos a lo que se nos dice; y si se nos habla en tono fuerte, podemos contestar en un tono bajo, para que el otro nos imite.

¿Te ha pasado que quieres comunicar algo y no sabes cómo? En muchas ocasiones no logramos que nos comprendan debido a la falta de habilidades, tanto para comunicarnos, como por la necesidad de mejores relaciones sociales, por lo que es necesario tener en cuenta estos **tips para una comunicación efectiva**.

Una investigación del Ministerio de Educación, Cultura y Deporte de España, revela que 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.



Cortesía: Getty Images

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

1. Mira a la persona que está hablando.
2. Haz preguntas. Muestra interés para que captes interés.
3. No interrumpas; reconoce el momento adecuado para intervenir.
4. No cambies el tema de imprevisto.
5. Muestra empatía por la persona que habla.
6. No controles la conversación. Permite la retroalimentación y diversidad de opiniones.
7. Responde de manera verbal y no verbal.
8. Juzga sólo el contenido y no a los interlocutores.
9. Comunica tus emociones y opiniones.

Para obtener mejores resultados de los **tips para una comunicación efectiva**, siempre ten en mente 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?

Para que estas recomendaciones te sirvan efectivamente, trata de emplearlas todos los días con la gente que te rodea. Practicarlas te ayudará a sentirte segura en cualquier situación.

Referencias

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

Lee todo en: Concepto de comunicación efectiva - Definición en DeConceptos.com <http://deconceptos.com/ciencias-sociales/comunicacion-efectiva#ixzz4M80CRhye>