Habilidades comunicativas

Edufuturo

Para que la comunicación sea eficaz, la persona que escucha debe entender lo que el emisor le está diciendo. Muchas veces oímos lo que queremos y pasamos por alto el mensaje que nos están enviando. Existe la comunicación, pero lo importante no es su sola existencia, sino que sea eficaz y efectiva.

La comunicación eficaz no se vale solo de las palabras para enviar los mensajes, tanto para el envío, como para la recepción y la correcta interpretación del mensaje, hacemos uso de una serie de elementos paralingüísticos y no verbales. El comunicador eficaz debe ser capaz de comunicarse a nivel cognitivo, comunicativo y sociocultural.

Los **elementos verbales** se refieren al contenido de lo que estamos hablando. El contenido de la conversación es la herramienta de la que nos valemos para relacionarnos con las demás personas. Es aquí, en donde aplicamos las reglas cotidianas de la comunicación.

Entre los **elementos paralingüísticos**, podemos mencionar, la velocidad a la que hablamos, la fluidez con que pronunciamos las palabras y las oraciones, el tono de voz que empleamos. Estos elementos, aunque no lo creas, le añaden sentido a la comunicación.
Estos elementos, no tienen nada que ver con el contenido expreso del mensaje, pero definitivamente lo modulan y puede decirse que hablan por sí mismos. El tono de voz y los demás elementos paralingüísticos, a veces, no los podemos controlar y aunque nuestras palabras digan una cosa, los elementos paralingüísticos, nos traicionan y dicen otra cosa. Afortunadamente, podemos controlarlos con base a esfuerzo y trabajo personal. Es importante que tengas en cuenta estos aspectos importantes:

- **FLUIDEZ VERBAL**

- **VOLUMEN**. El volumen adecuado es el que permite que nos escuchen con claridad. La regla general debería ser, NO gritar, aunque en determinadas circunstancias, se hace necesario hacerlo, cuando las condiciones ambientales no son las adecuadas. Por ejemplo, si estás en un concierto, definitivamente tienes que gritar, para que te

escuchen. Pero, si estás hablando con tu pareja, definitivamente no debes gritar. En definitiva, la situación particular que estás viviendo, es la que determina el volumen de voz que debes utilizar. Recuerda: los gritos son una forma de violencia, el que primero grita, es al que se le terminaron los argumentos.

Dentro de un discurso o una conversación, algunas veces resulta efectivo elevar el tono de voz, para temer más impacto. Por lo general, el tono de voz muy alto, sugiere gritos, lo que conlleva a asociarlo con agresividad.

- **CLARIDAD**

- **TONO**. Es la cualidad que permite hacer mayor o menor tensión en las cuerdas vocales y como consecuencia, se obtiene una voz más aguda o más grave. La voz aguda se relaciona con lo chillante y la voz grave, con lo ronco. Para que una conversación resulte amena, debemos ir cambiando el tono de voz, de esta forma se evita caer en la monotonía y se le va agregando emoción a lo que se dice. Observa el tono empleado por los conferencistas, van alternando diferentes tonos de voz y de esa forma se les percibe con dinamismo.

- **VELOCIDAD**

- **LATENCIA**. El tiempo que transcurre entre el final de la frase que emite el usuario y el comienzo de otra por parte del interlocutor. Un tiempo prolongado puede indicar que la persona no está de acuerdo, que lo está meditando. Por el contrario, un tiempo muy breve, nos indica que está totalmente de acuerdo o que ni siquiera lo quiere considerar. Mucho cuidado, observa detenidamente este componente de la comunicación.

- **EL TIEMPO DEL HABLA**. Se refiere al tiempo que se mantiene hablando el individuo. El tiempo de conversación de una persona puede ser problemático por ambos extremos, es decir, tanto si apenas

habla como si habla demasiado. Lo más adecuado es un intercambio recíproco de información.

En la comunicación eficaz, también intervienen **elementos no verbales**, que le añaden sal, pimienta y sentido al mensaje, ente ellos podemos mencionar: la expresión de nuestra cara, la forma de mirar, los gestos que usamos, la distancia interpersonal, o sea, qué tan cerca estamos de las personas cuando hablamos.

Todo mensaje verbal debe ser enviado en forma breve, clara y concisa, mientras más vueltas le demos a lo que queremos decir, menos será comprendido. Para comunicarnos, debemos enviar la información completa, estar atentos a las señales verbales y no verbales y a la respuesta o feedback de nuestro interlocutor.

Referencias

http://comunicacionencambio.com/habilidades-comunicativas-paralinguisticos/

Araceli Castelló, coaching 22 octubre, 2013

www.pixabay.com