

LA COMUNICACIÓN INTERPERSONAL

Es la base fundamental para poder satisfacer nuestras necesidades. Puede ser tanto una fuente de enorme satisfacción como de problemas. Somos seres sociales en interacción.

Podemos decir que nos comunicamos cuando:

- 1) Influimos en el comportamiento de otra persona (incluso sin hablar).
- 2) La otra persona tiene ocasión de poder reaccionar a lo que le decimos.



- REGLAS DE LA COMUNICACIÓN - (Watzlawick, P.)

1. No es posible no comunicarnos.
2. Lo importante no es lo que yo digo, sino lo que el otro *entiende*.
3. Cuando el que escucha entiende mal lo que yo digo, es *responsabilidad mía* aclarárselo (si quiero que haya comunicación).
4. En toda comunicación se dan dos aspectos:
 - *contenido del lenguaje* (ideas u opiniones que transmitimos mediante palabras).
 - *emociones o sentimientos* (que expresamos mediante el tono, gestos...). Es un aspecto relacional.

Esos sentimientos influyen sobre lo que entendemos de las palabras.



5. Siempre *aprendemos* algo al comunicarnos. Hay un intercambio continuo.

Hablar NO es lo mismo que COMUNICAR

- Nos sorprendemos de que después de estar mucho tiempo hablando con una persona parezca que no se ha enterado de nada
- Hay quien sin hablar puede comunicar mucho
- Hay quien habla mucho y no comunica



Comunicar es Llegar (al otro), no Partir

Dificultades a afrontar:

- ✓ Nos cuesta mirar al otro, estar con él, nos enfocamos en nosotros
Diferente Escucha del niño (interesada) frente al adulto (educada), usemos la del niño
- ✓ Estamos en el Pasado o en el Futuro; no en el Presente. Presencia en la conversación me permite captar las cosas, conectar
- ✓ Comprender Mensaje requiere Tiempo, he de adaptarme a mi interlocutor
- ✓ He de captar su Atención (mensaje interesante) y mantenerla (relevante)

- PROCESO Y COMPONENTES -

EMISOR	MENSAJE	CANAL	RECEPTOR
Habilidades comunicación	Contenido	Oído Vista	Habilidades comunicación
Actitudes	Tratamiento Estructura	Tacto	Actitudes
Conocimiento	Código	Olfato	Conocimiento
Sistema social		Gusto	Sistema social
Cultura			Cultura



- EFICACIA COMUNICATIVA -

Comunicar es enviar un mensaje. Supone que:

- ✓ Mensaje llegue al Receptor previsto
- ✓ Sea atendido y comprendido por el Receptor
- ✓ Comprensión sea de la forma que el Emisor deseaba

Lenguaje ha de ser adecuado a: - la Persona a la que lo dirigimos
- nuestros Objetivos

Características: Relevancia, Sencillez, Definición, Estructura, Comparación-contraste, Énfasis, Repetición

Requisitos: Claridad, Interés, Objetividad, Precisión, Oportunidad, Continuidad, Difusión

