

COMUNICACION NO VERBAL

A lo largo de nuestra materia hemos visto cómo estructurar los mensajes y que estos sean captados eficazmente por nuestro(s) receptor(es); sin embargo, hasta ahora no hemos mencionado nada respecto a este otro tipo de lenguaje que enriquece y complementa al de las palabras; el cual está formado por los gestos, las posturas, las miradas, movimientos, etc. Este tipo de lenguaje lo usamos a diario y, en la mayoría de los casos, lo hacemos inconscientemente con el fin de expresar estados de ánimo o sentimientos de manera habitual o simplemente para complementar la comunicación verbal, a este tipo de lenguaje lo conocemos como **lenguaje no verbal**.

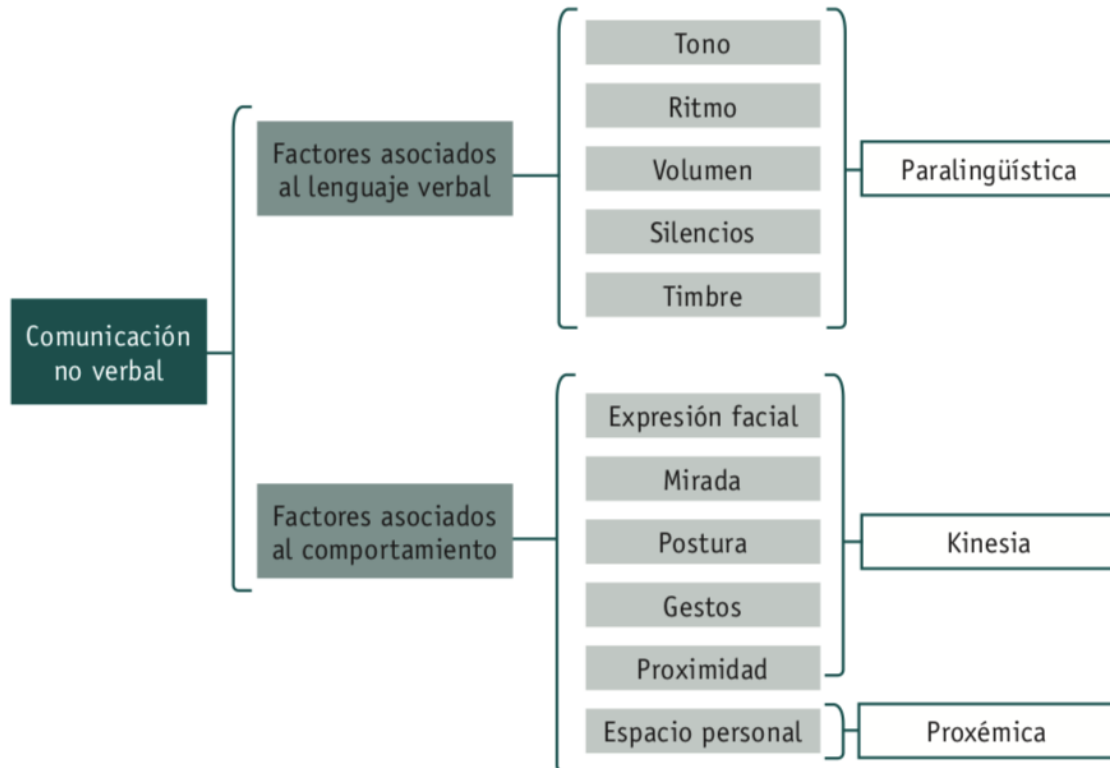
Podemos pensar que con palabras lo podemos decir todo; sin embargo, imagina decir *"¡Qué lindo día!"* sin acompañar esta expresión de una sonrisa y abriendo más de lo normal tus ojos. ¿Verdad que no se percibe igual, siquiera imaginándolo? Es así de importante la **comunicación no verbal** en nuestra comunicación diaria. Se dice que, en una comunicación cara a cara, el componente verbal es del 35% aproximadamente frente al 65% que corresponde con la comunicación no verbal (gestos, movimientos, señales, etc.). Por tanto, es la que transmite más información.

No debemos confundir la comunicación no verbal con la comunicación que no es oral, ya que un tipo de comunicación no oral es el lenguaje escrito y como puedes ver, no son lo mismo.

En la comunicación no verbal existen factores que se agrupan en tres disciplinas que son: paralingüística, kinesia y proxémica.

Estos factores también están asociados a la comunicación verbal y al comportamiento. Incluimos el siguiente esquema donde lo podemos observar y comprender mejor. dicho esquema es tomado del sitio *meducation*.

COMUNICACION NO VERBAL



Esquema 1. Factores asociados al lenguaje verbal y al comportamiento.

La paralingüística se refiere a la comunicación verbal y el tono y timbre de voz que utilizamos, el volumen, lo rápido o despacio que hablamos y las pausas que solemos hacer. Al hablar de todas estas características podemos darnos cuenta de que no las podemos considerar verbales, más bien son dependientes de circunstancias del emisor y cómo se encuentra respecto a sus emociones o cuáles son sus intenciones al momento de emitir el mensaje.

La kinesia o kinesis es la disciplina que analiza las posturas, los gestos y los movimientos del cuerpo humano. Todos sabemos que muchos gestos, posturas y movimientos son involuntarios, que pueden derivar de cansancio, estrés, dolor, incluso de empatía que sentimos hacia las personas.

COMUNICACION NO VERBAL

La proxémica se refiere al espacio entre las personas al comunicarse. Son variados los factores que determinan la distancia entre las personas, estos son algunos:

- Relación existente entre el emisor y el receptor: si existe una relación muy cercana, la distancia será próxima. Por ejemplo, en una conversación entre madre e hijo, muy seguramente habrá poca distancia entre ellos, así como en una pareja de novios. Por el contrario, la distancia será considerable en una conversación entre una persona con su jefe de trabajo.
- El motivo del encuentro: si se trata de una reunión de trabajo o formal, la distancia entre emisor y receptor será mayor que cuando se trata de un encuentro social. Pueden ser las mismas personas en diferentes encuentros; sin embargo, el motivo marcará la referencia en cuanto a la distancia.
- La personalidad de las personas también influye, es muy común que un introvertido conserve mayor distancia con su interlocutor que un extrovertido.
- La edad influye determinadamente también en este aspecto, puesto que, entre más jóvenes son las personas, mayor es su cercanía al momento de interactuar.
- La cultura es otro aspecto que influye en el grado de proximidad que tenemos las personas al comunicarnos. Por ejemplo: los árabes, mediterráneos y japoneses se aproximan más al momento de conversar que los anglosajones, que pueden interpretar el acercamiento como una invasión, agresión o intento de cortejo.

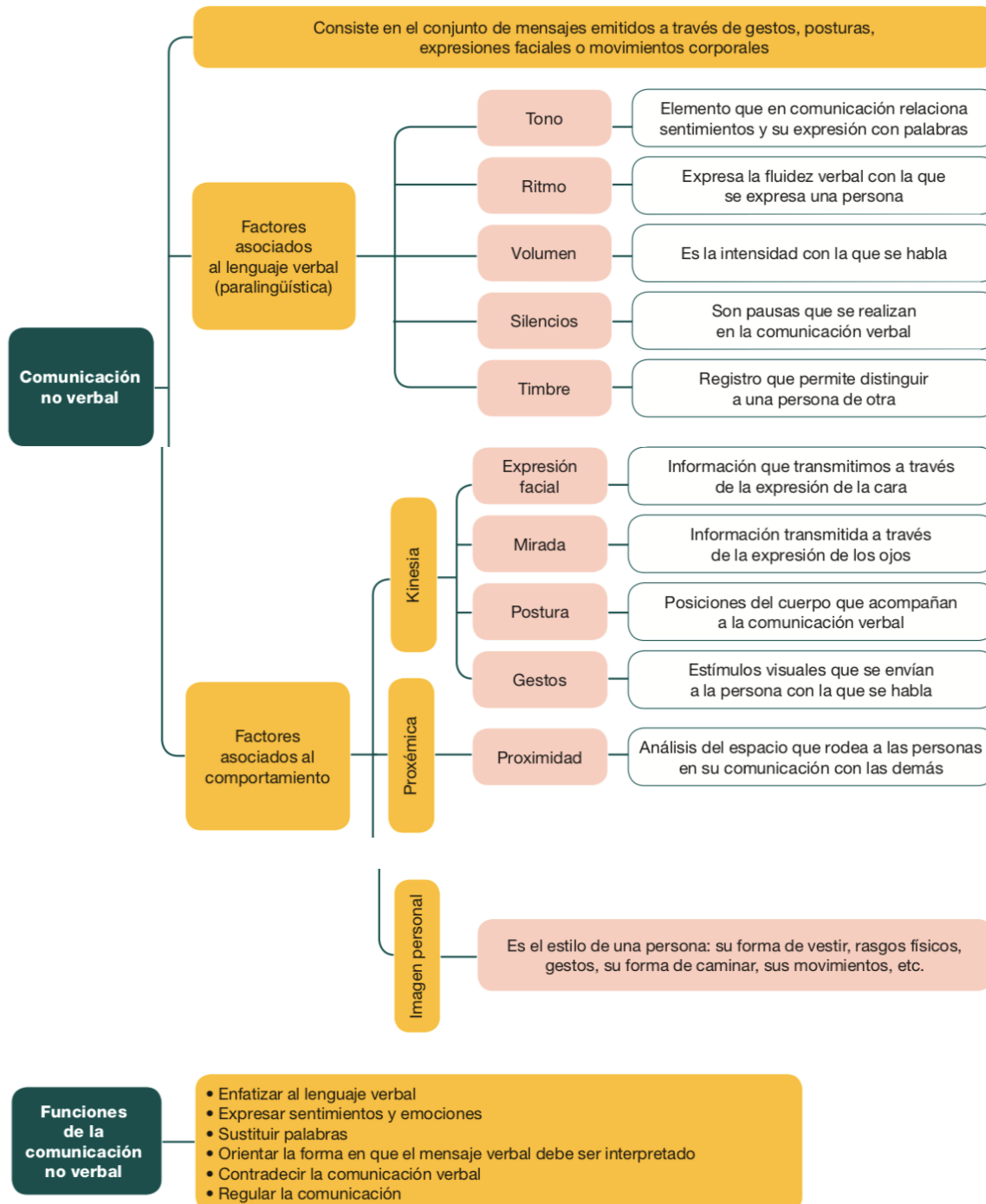
Como lo hemos visto, la comunicación no verbal complementa a la verbal, así como también cumple con varias funciones, que son:

COMUNICACION NO VERBAL

- Enfatiza el lenguaje verbal; podríamos decir que subraya en ocasiones lo que estamos diciendo con palabras, como por ejemplo si al decir adiós, además movemos la mano, la persona sabrá que estamos saludando o despidiéndonos.
- Expresa sentimientos y emociones aun sin pretenderlo, con esto nos referimos a que nuestro estado de ánimo, en muchas ocasiones, domina nuestras expresiones. Por ejemplo, cuando recibimos una mala noticia y por consecuencia de esto nuestro estado de ánimo decae, suele suceder que alguien nos pregunta si todo está bien, a lo que en la mayoría de las ocasiones respondemos con una afirmación; sin embargo, nuestra expresión indica lo contrario.
- Sustituye palabras. Es muy común que utilicemos este lenguaje para complementar al dar una indicación, ya sea arriba, abajo, izquierda, derecha. Por ejemplo, cuando nos preguntan algo y no podemos responder con palabras y lo hacemos usando nuestras manos para indicar “dar vuelta a la derecha”.

Podemos resumir la comunicación no verbal en la siguiente imagen tomada del sitio *meducation*:

COMUNICACION NO VERBAL



REFERENCIA:

Meducation. (s.f.). La comunicación no verbal. Recuperado a partir de: <https://www.mheducation.es/bcv/guide/capitulo/8448175743.pdf>