

LA COMUNICACIÓN

Trabajadora Social
Geraldine Vicencio Saavedra

¿QUE ES LA COMUNICACIÓN?

La comunicación es la acción consciente de intercambiar información entre dos o más participantes con el fin de transmitir o recibir información u opiniones distintas. Los pasos básicos de la comunicación son la formación de una **intención de comunicar**, la composición del **mensaje**, la **codificación** del mensaje, la **transmisión** de la señal, la **recepción** de la señal, la **decodificación** del mensaje y finalmente, la **interpretación** del mensaje por parte de un receptor.



TIPOS DE COMUNICACIÓN



Comunicación verbal: Existen dos tipos, pues se las palabras o el lenguaje puede ser expresado de manera hablada o escrita:

- Comunicación oral: se realiza a través de signos orales o palabras habladas. Los gritos, el llanto o la risa también son comunicación oral.
- Comunicación escrita: se realiza a través de códigos escritos. Los jeroglíficos, alfabetos o logotipos también pertenecen a este tipo de comunicación.

TIPOS DE COMUNICACIÓN



Comunicación no verbal

- Este tipo de lenguaje se lleva a cabo sin el uso de palabras y, en muchos casos de forma inconsciente. Los movimientos corporales, las posturas, la mirada, la forma de sentarse o de andar son algunos ejemplos.
- En la mayoría de los casos, tanto la emisión de mensajes como la interpretación de estos son procesos realizados de manera automática, incluso involuntaria.

LA IMPORTANCIA DE LA COMUNICACIÓN ENTRE PADRES E HIJOS

Los conflictos en la familia En el ámbito familiar surgen numerosos conflictos, y en muchas ocasiones acaban en discusiones cargadas de emociones incontroladas, una guerra de egos, donde las consecuencias son devastadoras para las personas y, por supuesto, para su relación. No obstante, el conflicto propiamente dicho, no es ni positivo ni negativo, simplemente depende, entre otros factores, de las interpretaciones que le damos o también por nuestra forma de comunicarnos.

Una pareja que resuelva las discrepancias, en cuanto a la educación de sus hijos de una manera inquisitiva, donde un miembro impone y el otro acata, con el tiempo su relación se verá resentida, gobernando el distanciamiento y la frialdad entre ellos. Una madre que critique constantemente a su hija por su forma de vestir, por ejemplo, será caldo de cultivo para generar una relación fría, distante, además de afectar a nivel emocional a la hija.



BASES DE UNA BUENA COMUNICACIÓN ENTRE PADRES E HIJOS

Principales elementos para una adecuada comunicación entre padres e hijos



- Establecer una buena comunicación con nuestra pareja y con nuestros.
- Nuestra pareja sólo necesita sentir apoyo transmitiéndole con gestos y la mirada que la estamos escuchando y que nos preocupa lo que le está pasando.
- Nuestro hijo necesita que le digamos lo que vale, aunque a veces las cosas no salgan como queremos.

En ocasiones, aprender que hay situaciones donde sobran las palabras es el mayor acto de comunicación que podemos tener en nuestras relaciones humanas, generando un ambiente de confianza, respeto y empatía

ERRORES QUE DIFICULTAN UNA COMUNICACIÓN ADECUADA EN FAMILIA

- Tendencia a minimizar las preocupaciones de nuestros hijos.
- No ofrecer apoyo a los hijos cuando tienen un problema y posicionarse a favor del contrario.
- Dar un juicio de valor en función de la experiencia de los padres.
- Optar por respuestas sarcásticas.
- Mostrar una actitud de culpabilidad.
- El hecho de tratar de resolver un problema.



RECORDAR

“Escucha con atención cualquier cosa que tus hijos quieran decirte, sin importar lo que sea. Si no escuchas con entusiasmo las cosas pequeñas cuando son pequeños, no te dirán las cosas grandes cuando sean grandes. Porque para ellos se habrá tratado siempre de cosas importantes”

(Catherine M Wallace)

