

COMPETENCIAS COMUNICATIVAS

COMUNICACIÓN NO VERBAL

ÁNGELA MARÍA PANTOJA CÓD:1087418048

SANDRA JIMENA CUAICAL CÓD: 1088596076

YULIED VANESA BOLAÑOS MARTÍNEZ CÓD: 1088973922

GRUPO

40003_173

UNIVERSIDAD NACIONAL ABIERTA Y A DISTANCIA UNAD

ESCUELA DE CIENCIAS SOCIALES ARTES Y HUMANIDADES

PSICOLOGÍA

PASTO

2015

*GERMÁN ALBERTO SÁENZ PACHECO

INTRODUCCIÓN

La Comunicación no verbal es sin duda alguna el mecanismo más efectivo a la hora de exteriorizar y compartir todo aquello que pensamos, sentimos o deseamos, es este el tema que desarrollaremos en el presente documento, en donde se encuentra una completa reflexión acerca de la importancia de dicha comunicación así como los subtemas que la conforman, en donde es preciso referirse a los Tipos de actos no verbales relacionados con las manos, la Kinesis que es la disciplina que analiza de forma particular las posturas, gestos y movimientos del cuerpo humano que apoyan los procesos comunicativos asertivos.

Por otra parte se menciona la Proxémica que describe los espacios y distancias entre las personas que establecen procesos comunicativos, y por último se menciona la Imagen personal. Así mismo en el documento se describe el video Signs, dividido en tres escenas, a partir de los temas mencionados anteriormente y que se concluye después de la realización de dos encuentros realmente interesantes, en donde se expone el conocimiento adquirido por parte de cada una de las integrantes; en el primero llevado a cabo mediante el foro general del curso y vía Skype, se dividen los temas a trabajar y las tareas a realizar, se crea el documento en Google doc con participación de todas y permitiendo procesos de edición, se resuelven dudas y se agenda el próximo encuentro.

En los próximos días se realiza la partición en el foro acerca de los temas divididos, se observa el video con detenimiento bajo la mirada del tema elegido, para luego mediante un texto descriptivo compartir en el foro general del curso las observaciones hechas individualmente. En el segundo encuentro se socializan las percepciones y puntos de vista de cada una de las integrantes, teniendo en cuenta el video planteado en la guía de actividades, además se consolida el trabajo en Google Doc, para luego ser enviado por medio del entorno de evaluación y seguimiento, cumpliendo con los objetivos de la actividad que son reconocer la importancia de la comunicación no verbal, adquirir aprendizajes significativos acerca de ella y comprender que esta comunicación hace parte

de nuestra vida cotidiana en todas las situaciones y entornos en donde nos hallamos inmersos y que sin duda alguna es la principal forma de expresar lo que llevamos dentro.

Finalmente en el documento se plantea una serie de conclusiones que enmarcan el proceso de aprendizaje realizado, también se exponen las referencias bibliográficas tenidas en cuenta y que son el soporte del presente escrito. Los anexos son el complemento que buscan evidenciar los encuentros realizados, a partir de los cuales se llevó a cabo de manera eficiente el objetivo de esta temática.

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Adquirir conocimientos significativos acerca de la Comunicación no verbal, comprender su importancia y aplicar dichos saberes en la vida diaria.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Comprender qué es la comunicación no verbal, qué tipo de temas la conforman y el significado de cada uno de ellos en la realidad.

a partir de los referentes teóricos estudiados.

Aplicar los conocimientos adquiridos en la vida diaria, detectando en nosotros y en las demás personas las actitudes y sentimientos expresados a partir de gestos, posturas, miradas, expresiones, entre otros.

COMUNICACIÓN NO VERBAL

1. IMPORTANCIA DE LA COMUNICACIÓN NO VERBAL

REFLEXIÓN GRUPAL

La humanidad existe desde hace millones de años atrás, buscando desde siempre las formas adecuadas para comunicarse unos a otros, dejando como resultado grandes avances como la existencia de la escritura, la oralidad y la expresión verbal, así como la comunicación no verbal que conocemos hoy y que se ha convertido en la principal fuente de expresión de sentimientos, emociones o pensamientos, de allí su gran importancia motivo de estudio en este curso y en especial de esta unidad.

La comunicación no verbal es el conjunto de gestos, miradas, sonrisas, movimientos, señales, posturas, entre otros, que fortalecen los procesos de interacción y participación social, como lenguaje complementario al de las palabras y que es realmente importante porque un alto porcentaje de la información que recibe una persona durante una conversación por ejemplo, proviene de los actos no verbales, que buscan en muchos casos sustituir palabras, orientar y ejemplificar mensajes para que sean entendidos correctamente, apoyar los procesos de interpretación, regular la comunicación e incluso contradecir a aquello que se expresa de forma verbal.

En conclusión la comunicación no verbal es importante porque es innata en las personas, a veces inconsciente, pero siempre presente a la hora de expresar y comunicar lo que llevamos dentro, además porque es la mejor forma de enfatizar la comunicación verbal evitando percepciones erróneas de la realidad, también es ese detalle que nos identifica y que nos hace únicos, especiales, auténticos e irrepetibles, pues nuestra forma de caminar o hablar hace que se nos distinga sin lugar a confusión. Por otro lado la comunicación no verbal es importante, ya que permite percibir y detectar la personalidad de los demás y aún más la propia, pues una postura, un gesto o el tono de voz desencadenan características o

defectos de una determinado persona, evidenciando una realidad desconocida para muchos y que puede ser analizada a partir de una primera impresión solamente.

Por último es preciso decir que la comunicación no verbal más que importante es necesaria para llevar a cabo una comunicación adecuada, pues sin duda alguna es el elemento principal para compartir con los demás en un proceso de comunión innovador, interesante y ante todo enriquecedor, ya que todos tenemos algo para dar y mucho por aprender.

2. DESCRIPCIÓN DE LOS ASPECTOS DE LA COMUNICACIÓN NO VERBAL DENTRO DEL CORTOMETRAJE POR ESCENAS (SIGNS)

TIPOS DE ACTOS NO VERBALES

El video Signs nos presenta la vida de un joven tímido y solitario, su rutina diaria transcurre en 3 campos: su casa, la calle y su lugar de trabajo, es un muchacho que sólo observa, su timidez lo lleva a utilizar la comunicación no verbal. Gracias a una hermosa chica su vida se hace más interesante y ella es su motivación para ir a trabajar, ella con sus miradas, gestos y sus notas alegra los días de aquel joven y aunque ellos no tienen comunicación verbal expresan muchos sentimientos a través de su manera de actuar. En una parte de la escena al ver que él no tiene noticias de ella podemos observar como su rostro y sus actitudes demuestran tristeza y desmotivación, le hacen falta las miradas y notas de aquella muchacha, pero cuando ella llega otra vez a su vida observamos que ellos encuentran el amor gracias a la comunicación no verbal.

KINESIA O KINESIS

PRIMERA ESCENA: “UNA COTIDIANIDAD PARTICULAR”

Sings narra la historia de un joven que vive solo en algún apartamento de una gran ciudad y que trabaja en una importante empresa. Su vida se ve rodeada de timidez, tristeza, soledad, agotamiento y desinterés por sus tareas diarias, pues a pesar de que en el video el joven no pronuncia palabra, sus gestos, movimientos y posturas evidencian lo anteriormente mencionado. Al inicio del video se ve al joven despertando con una cara afligida, con un cuerpo cansado y con muy poco ánimo, evidenciado en su forma de levantarse de la cama, luego se viste y desayuna con una mirada siempre baja sinónimo de timidez, sale de su casa y toma la ruta para ir al trabajo con sus ojos siempre tristes y su postura rígida que demuestra falta de seguridad.

En la empresa lleva a cabo su trabajo con una expresión poco alentadora. Más tarde toma el autobús en donde con una expresión tímida y triste observa a una pareja que se demuestra amor públicamente siendo esto un poco sorprendente para el joven. Al regresar a su casa con la mirada triste y sonrisa ausente, se encuentra con un mensaje telefónico dejado por sus padres, quienes creen que su hijo está feliz con la vida que lleva y que se encuentra rodeado de amigos y mujeres, lo que produce mayor estrés en su hijo, evidenciado en su cara de negación respecto a lo dicho. Al siguiente día se dirige nuevamente en el autobús a su trabajo, llega a su oficina, se sienta, observa a su alrededor con una expresión de agotamiento y frustración que exige y espera una pronta solución, y es en ese momento en el que cambia el rumbo de esta historia triste, melancólica y sin ilusión.

SEGUNDA ESCENA: “EL SENDERO DEL AMOR”

Un día al dirigir su mirada al edificio de al lado, observa fijamente a una hermosa mujer, sentada en un escritorio, con actitud de laboriosidad, y que desde entonces despierta su interés, ella lo mira también, pero como normalmente sucede con otras personas él la esquiva, ella vuelve su mirada y él también, dudando que sea él la persona a quien mira, él observa a todos lados y finalmente comprende que ella al igual que él: lo mira. Luego al entablar una mirada profunda entre los dos, rápidamente simula continuar con sus tareas, con mucho nerviosismo, pues no sabe qué hacer con sus manos, hacia donde mirar, cómo sentarse o que expresión hacer. Después de un momento ella escribe una nota, mientras él espera expectante y nervioso expresándolo en su rostro, la nota dice: “tómame una foto”, como expresión sarcástica, pues la mira demasiado, a lo que él responde con una postura nerviosa y un gesto de desesperación.

Luego ella escribe otra nota en la que afirma que era una broma, con una sutil sonrisa y mirada agradable, a lo que él asiente con un gesto de tranquilidad. Ella se presenta y él con movimientos acelerados en sus manos e incoherentes quizá, escribe rápidamente su

nombre y lo muestra con una expresión de gusto. Después ella escribe en una hoja que le agrada conocerlo con una expresión de interés, él responde de la misma manera, con una sutil sonrisa que perdura por unos segundos, cambiando radicalmente la actitud del joven frente a la realidad. Al llegar a su casa expone en su nevera con una sonrisa tranquila los postales presentados a su amiga y que le inyectan valor para seguir con su vida, asistiendo al trabajo con mayor fervor pues ahora existe un interés: conquistar a tan hermosa mujer. Al siguiente día despierta y se dirige a su trabajo con una deslumbrante sonrisa y con gran afán, con movimientos ahora tranquilos y luz en su mirada.

En una ocasión en medio de una reunión laboral el joven mira por unas de las ventanas a su amiga quien mediante un juego logra distraerlo hasta que este cae hacia atrás, produciendo asombro entre los presentes, la joven no para de reír, aunque después de levantarse la expresión de Jason es de vergüenza y de intranquilidad. En medio de sus labores diarias ella siempre le sorprende con buenas acciones como jugar con una carita pintada en un papel acompañada de una expresión graciosa en su cara, a lo que él responde de igual manera, o al menos eso es lo cree porque tras una mirada desconcertante de Staley, se da cuenta con una expresión de asombro que la hoja con su carita pintada está en la fotocopidora, en lugar del documento que realmente debe duplicar, siendo esto muy gracioso para la chica.

Los días pasan y Jason alimenta su ilusión, colecciona en su nevera los postales escritos para Staley, asiste a su trabajo con una cara sonriente y una postura con ya pocos reflejos de timidez, ella con sus gestos alegra cada día, muestra dibujos locos que desencadenan fuertes episodios de risa en Jason, como ocurrió un día en un momento de total silencio en la oficina, en donde gracias a un dibujo y a los gestos graciosos de Staley se produce en él una gran risa, realmente interesante pues no es muy usual en él y que acaba con el silencio total de aquel lugar, produciendo molestia en sus compañeros, quien con gestos agresivos le exigen callar. Ahora su cara expresa felicidad, la forma de sentarse demuestra confianza y tranquilidad, su mirada y su sonrisa satisfacción. Los días pasan y

con ellos crece la ilusión, pues las miradas profundas de parte de los dos, demuestran que existe un sentimiento profundo, producto de sus acciones sencillas, pero cargadas de interés y amor.

Un día en medio de un vaivén de mensajes escritos y expuestos de lado a lado, ella le comenta que tiene un secreto: “Yo te vi primero”, afirmado con una mirada sincera y arrolladora, motivándolo para que le escriba algo que cambie su situación de amigos, pero él con sus movimientos inestables, su postura nerviosa y su mirada poco expresiva, evidencia su falta de decisión para proponer algo trascendental. En el momento en el que se anima a escribir y a mostrar su mensaje, Staley debe salir de su oficina, acabando con el encuentro. Él se dirige al baño con su escrito, se pone frente al espejo, ensayando la mejor expresión y el mejor gesto para mostrarse frente a ella, dejando claro que la expresión de una persona cambia en gran medida el significado de lo escrito y que una mirada o una sonrisa comparten mayor información acerca de lo que sentimos o pensamos que las palabras mismas.

Al siguiente día despierta efusivamente, sube con rapidez por las escaleras, llega a su oficina, saca con agilidad en sus manos aquella nota que no ha podido mostrar, pero al fijar su mirada profunda, se da cuenta de que ella ya no está. En ese momento vuelve su mirada triste, su postura desalentadora, grita y golpea la ventana buscando respuestas, pero no lo consigue, sólo comprende que Staley se ha ido. Después de ese día retorna a su vida la mirada de tristeza y la expresión de dolor, camina por las calles agobiado y lleno de incertidumbre, toma el bus con desánimo como antes lo hacía, regresa a su casa exhausto, sin ganas de tan siquiera comer.

Un día en medio de su jornada laboral, se ve agobiado por el reflejo molesto del sol, mediante un espejo, que insistentemente le fastidia, hasta que decide con una expresión un poco molesta y a la vez interesada, mirar hacia arriba, desde donde proviene el rayo de luz, y en donde se encuentra con una gran sorpresa: Staley, quien le saluda efusivamente y le

comenta mediante un mensaje que fue ascendida, él con una sonrisa tranquila, gestos de alegría y movimientos rápidos, le escribe que sería bueno celebrarlo, lo que ella con seguridad y felicidad en su rostro acepta. En aquel momento de tensión reflejada en sus ojos y de nerviosismo expresado en sus labios, decide con un poco de temor en los movimientos temblorosos de sus manos, y mientras ella espera intranquila, mostrar el escrito tan anhelado por los dos. Después de un momento ella expone con emoción en su rostro y en sus movimientos rápidos que pensaba que nunca lo expresaría.

TERCERA ESCENA: “EL ENCUENTRO”

Tras una mirada fija, inesperada y profunda, salen a gran velocidad de sus oficinas, con un rostro de incertidumbre al encuentro más deseado, en medio de la calle, cuando el semáforo da luz verde para las personas, en medio de la gente y del mundo real en el que es necesario tener al lado a alguien a quien amar y con quien contar para seguir adelante y alcanzar la tan anhelada felicidad. Su mirada profunda, su sonrisa tranquila y la ausencia de palabras hacen de aquel momento el más sublime, demostrando que existe un sentimiento bonito entre los dos, que se creó sin necesidad de la voz o del contacto físico, sólo con gestos y expresiones primero tímidas y luego agradables que fortalecieron desde el primer día este bonito sendero del amor que concluye en el más amoroso encuentro.

PROXÉMICA

DISTANCIA LABORAL

El video narra la historia de un joven que estaba separado de su familia, por lo cual él se sentía solo, su rutina diaria hacía que esté deprimido, solitario y sin ánimo. Trabajaba en una empresa, en una escena se observa que su jefe realiza una reunión, en donde están sus empleados, se evidencia la distancia del gerente con los empleados que se puede decir es muy distante más o menos de 120 cm ya que esta es una conversación formal. En el

trabajo se evidencia una gran separación de todos los empleados entre sí para una mayor concentración de su labor. Desde su puesto de trabajo mira una mujer a la cual no la conocía pero llamó mucho su atención, se podría decir que su distancia era muy lejana ambos estaban en dos edificios diferentes pero con esta chica mantuvieron una comunicación no verbal porque se comunicaban a través de notas en papel. En una escena se mira que el jefe de ella llega a su puesto de trabajo y le muestra unos oficios, la distancia que mantiene ellos es cercana pero es una distancia personal que se mantiene bien sea con compañeros de trabajo o conocidos.

DISTANCIA PÚBLICA

En una escena se puede evidenciar cuando hay varias personas en un ascensor es inevitable no acercarse mutuamente, pero esto sucede inconscientemente, en esta ocasión solo se puede limitar al saludo y luego desviar la mirada en algo sin importancias como miramos en la escena todos tiene una mirada hacia diferente dirección pero no mirándose entre sí.

DISTANCIA ÍNTIMA

Esta escena indica una distancia íntima pues no hay muchas distancias y esta distancia es de amigos o con una relación más especial, Jasón se encuentra frente a frente con ella, se miran a los ojos y sonríen.

IMAGEN PERSONAL

CAMPO LABORAL

Se mira como Jasón se levanta y se arregla, acomoda su corbata, su rostro demuestra seriedad. Jasón en su trabajo viste de una forma elegante es pulcro sabe que la imagen es importante para el trabajo que desarrolla en la empresa. Se observa en escenas

como todos en la empresa visten de forma elegante tanto mujeres y hombres. Staley es una chica que trabaja en una empresa y que al igual viste con elegancia sus posturas su mirada, gestos y movimientos son elegantes.

EN SU HOGAR

Jason viste elegante no solo en la empresa sino rutinariamente se mira como él está sentado en una banca comiendo pero no está con un vestido normal, al igual que en su casa sentado en una mesa.

CONCLUSIONES

Como estudiantes de psicología el estudio y conocimiento de la comunicación no verbal es realmente importante y más cuando se analiza a partir de recursos o situaciones creativas e innovadoras como el texto obligatorio y la interpretación del video Signs, en donde nos adentramos en el maravilloso mundo de los gestos, las miradas o las posturas que exteriorizan la realidad de las personas, fortaleciendo además los procesos comunicativos que engrandecen nuestra profesión.

Con la realización de los ejercicios propuestos hemos alcanzado conocimientos significativos y valiosos acerca de la comunicación no verbal que ha existido desde siempre en nosotros, pero que nunca habíamos analizado desde una perspectiva técnica, científica e incluso psicológica, para entender que nuestros gestos o movimientos han expresado desde siempre lo que somos sin darnos cuenta.

Con el desarrollo de las tareas propuestas obtuvimos un dominio de la temática: comunicación no verbal, comprendiendo que esta comunicación es muy importante para poder expresar nuestros sentimientos y emociones que a diario experimentamos, además aprendimos que la comunicación no verbal tiene unos factores ciertos asociados: la paralingüística, la kinesia y la proxémica, y que estos factores están asociados al lenguaje verbal y al comportamiento.

Así mismo profundizamos en los factores asociados al lenguaje y que es lo que estudia cada una de las áreas, como la paralingüística que estudia, el tono y timbre de voz, la kinesia las posturas gestos y movimientos del cuerpo y la proxémica la distancia que existe entre las personas en los procesos comunicativos y de interacción. Por otro lado analizamos la importancia que tiene la imagen personal, pues hay que tener una apariencia de acuerdo a las situaciones y espacios en donde nos relacionamos.

En conclusión con el desarrollo de esta actividad logramos la adquisición de grandes conocimientos, obtuvimos elementos valiosos para nuestra vida profesional, personal y académica que son de vital importancia y utilidad.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- F, J. G. (14 de Marzo de 2015). *La Comunicación No Verbal* . Recuperado el 18 de Marzo de 2015, de <https://www.youtube.com/watch?t=201&v=Kq58ezXrqII>
- Forero, J. G. (2014). *El poder de lo que no-se-Dice* . Recuperado el 18 de Marzo de 2015, de http://datateca.unad.edu.co/contenidos/40003/Competencias_40003_20151/UNIDAD_DOS/Gutierrez_Juan_2014_.El_Poder_de_lo_que_No-Se-Dice-1.pdf
- Hughes, P. (12 de Febrero de 2013). *SIGNS*. Recuperado el 18 de Marzo de 2015, de <https://www.youtube.com/watch?v=TIvvhhlvrBM>
- McGraw-Hill. (s.f.). *la comunicaciónn no verbal* . Recuperado el 19 de Marzo de 2015, de http://datateca.unad.edu.co/contenidos/40003/Competencias_40003_20151/UNIDAD_DOS/Comunicacion_no_verbal.pdf
- Punset, E. (14 de Junio de 2014). *Consejos para usar el lenguaje no verbal*. Recuperado el 19 de Marzo de 2015, de <https://www.youtube.com/watch?t=24&v=tWcbxSVusms>