

Cómo saber si me están mintiendo - Lenguaje gestual

Ciudadanía, 14/12/2015

Existen diversas formas de comunicarnos. En realidad, lo hacemos conscientes e inconscientemente.

Una de las maneras de comunicación a la que menos le prestamos atención es a la que abarca el lenguaje gestual y no verbal, que en infinidad de oportunidades, dice mucho más de lo que creemos.

El lenguaje gestual como cualquier sistema organizado a base de gestos o signos corporales, aprendidos o somáticos, no orales, de percepción auditiva o táctil, son empleados por personas que, o bien no tienen una lengua común para comunicarse, o bien están discapacitadas física o psíquicamente para usar el lenguaje oral. Sin embargo, compartiendo una lengua y una cultura, también lo utilizamos.

Solemos llamarlo “sexto sentido” cuando logramos interpretar una mirada o un gesto de una cara de desagrado o cuando es “el otro” el que logra decodificarnos a nosotros.

Pero vamos a develar algunos secretos de lo que dice nuestro cuerpo.

En el caso de las manos: las palmas hacia arriba es un gesto no amenazador que denota sumisión. Las palmas hacia abajo: la persona adquiere autoridad. Las palmas cerradas apuntando con el dedo: es uno de los gestos que más pueden irritar al interlocutor con quien habla, especialmente si sigue el ritmo de las palabras.

En el caso de los ojos: Al mantener la mirada fija el ser humano se siente amenazado, e inmediatamente aparta la vista. Mirar hacia arriba y a la izquierda es buscar una excusa, mirar hacia arriba y a la derecha es buscar algo en el recuerdo.

Las cejas son todo un diccionario. Alzamiento de una ceja: Es una clásica señal de duda. Alzamiento de ambas cejas: señal de sorpresa y bajar ambas cejas es un mensaje de incomodidad o sospecha.

Vale aclarar que en el ámbito de la comunicación, también existe un perímetro, un área, una zona donde establecemos contacto con el otro aunque no nos toquemos y estemos en silencio. No es en vano que muchas personas se sientan incómodas en medio de una multitud o que cambien su actitud por sentirse invadidos en su espacio. Esto, tan sutil, también entra en las ramas de la comunicación no verbal y gestual.

Para resumirlo: existen en derredor de nosotros 3 zonas. Estas son: la zona íntima (que cubre un área de 15 a 34 cm.). En ella se permite la entrada a personas que están emocionalmente cerca. Cuando una persona no autorizada penetra en la zona íntima puede que se la reciba como hostil. La zona personal (de entre 46 y 122 cm). Es la distancia que separa a las personas en el trabajo o reuniones sociales y la denominada zona social (entre 1.23 y 3.6 metros.). Es el espacio que nos separa de los extraños.

Estas cuestiones, que parecen invisibles, son analizadas y estudiadas por expertos. Son utilizadas por quienes deben asesorar a políticos, dirigentes, personalidades públicas y líderes.

Es por ello que conocer los buenos manejos de las herramientas de la comunicación es tan importante.

No olvidemos que aunque estemos en silencio y creyendo que no movemos un pelo, desde el mismo momento en que respiramos, nos estamos comunicando.-

www.uruguay30.com.uy

www.facebook.com/uruguay30comunicaciones