Continue

A comunicação interpessoal é uma forma de interação entre duas ou mais pessoas que envolve a troca de mensagens, informações e emoções. Ela é essencial para o desenvolvimento de relacionamentos saudáveis, tanto pessoais quanto profissionais. Neste contexto, é importante compreender as características da comunicação interpessoal, as possíveis barreiras que podem surgir durante o processo, os diferentes tipos de comunicação e exemplos práticos que ilustram sua importância e eficácia. Este conhecimento pode ajudar a melhorar a qualidade das interações entre as pessoas e promover uma comunicação mais eficaz e significativa.Tipos de barreiras que dificultam a comunicação: conheça as três principais.A comunicação interpessoal é essencial para o convívio social e profissional, porém, muitas vezes, ela pode ser prejudicada por diversas barreiras que dificultam a troca de informações e o entendimento mútuo. Conhecer as principais barreiras é fundamental para superá-las e melhorar a qualidade da comunicação. Neste artigo, vamos abordar os três tipos de barreiras mais comuns.Falta de feedbackUm dos principais obstáculos na comunicação interpessoal é a falta de feedback. Quando uma pessoa não recebe um retorno sobre a sua mensagem, ela fica sem saber se foi compreendida, se as informações foram claras e se houve algum impacto na outra parte. Isso pode gerar mal-entendidos e dificultar a continuidade do diálogo. É importante que haja um feedback constante durante a comunicação para garantir que a mensagem foi recebida e compreendida.Preconceitos e estereótiposOutra barreira comum na comunicação interpessoal são os preconceitos e estereótipos. Quando as pessoas têm preconceitos pré-estabelecidos sobre determinados grupos ou indivíduos, isso pode influenciar a forma como elas interpretam as mensagens e interagem com os outros. É importante estar atento a essas barreiras e procurar se livrar de qualquer tipo de preconceito para garantir uma comunicação mais eficaz e empática.Ruídos na comunicaçãoOs ruídos na comunicação também podem dificultar a troca de informações entre as pessoas. Ruídos podem ser causados por interferências externas, como barulhos, ou por fatores internos, como falta de atenção ou má interpretação das mensagens. É importante estar atento aos ruídos na comunicação e tentar minimizá-los para garantir que a mensagem seja transmitida de forma clara e compreensível.Ao conhecer e identificar as principais barreiras na comunicação interpessoal, é possível superá-las e estabelecer relações mais saudáveis e produtivas. É importante estar sempre atento a essas barreiras e buscar formas de superá-las para garantir uma comunicação eficaz e assertiva.Descubra quais são as principais barreiras que dificultam a comunicação entre as pessoas.Quando se trata de comunicação interpessoal, é importante entender as principais barreiras que podem dificultar a troca efetiva de informações entre as pessoas. Essas barreiras podem surgir devido a uma série de fatores, podendo afetar a qualidade e a eficácia da comunicação.Uma das principais barreiras na comunicação interpessoal é a falta de feedback adequado. Quando as pessoas não fornecem retorno sobre a mensagem recebida, a comunicação pode se tornar unilateral e ineficaz. Outra barreira comum é a presença de preconceitos e estereótipos, que podem distorcer a interpretação das mensagens e impedir uma comunicação clara e objetiva.Além disso, a falta de empatia e compreensão também pode dificultar a comunicação entre as pessoas. Quando não nos colocamos no lugar do outro e não tentamos entender seu ponto de vista, as mensagens podem ser mal interpretadas e os conflitos podem surgir. A falta de habilidades de comunicação também é uma barreira importante, pois pode resultar em mal-entendidos e ruídos na transmissão da mensagem.Outras barreiras comuns incluem diferenças culturais e linguísticas, que podem levar a interpretações equivocadas e dificultar a compreensão mútua. O uso de jargões e termos técnicos também pode ser uma barreira para a comunicação, especialmente quando as partes envolvidas não estão familiarizadas com o vocabulário específico.Exemplos de comunicação interpessoal: como se comunicar de forma eficaz com os outros.A comunicação interpessoal é fundamental para o desenvolvimento de relacionamentos saudáveis e produtivos. Ela envolve a troca de informações, ideias, sentimentos e opiniões entre duas ou mais pessoas. Para se comunicar de forma eficaz com os outros, é importante ter em mente algumas características, superar barreiras e conhecer os diferentes tipos de comunicação interpessoal.Relacionado: Violência estrutural: características, tipos e exemplosCaracterísticas da comunicação interpessoal:Algumas características essenciais da comunicação interpessoal incluem a empatia, a escuta ativa, a clareza, a assertividade e a não verbal. A empatia é a capacidade de se colocar no lugar do outro e compreender seus sentimentos. A escuta ativa envolve prestar atenção ao que o outro está dizendo, sem interromper ou julgar. A clareza na comunicação é fundamental para evitar mal-entendidos. A assertividade é a capacidade de expressar opiniões e sentimentos de forma direta, porém respeitosa. A comunicação não verbal, por sua vez, inclui gestos, expressões faciais e postura corporal.Barreiras na comunicação interpessoal:Existem diversas barreiras que podem dificultar a comunicação interpessoal, tais como a falta de clareza, a falta de empatia, a linguagem agressiva, os preconceitos e estereótipos, as distrações e a falta de feedback. Para superar essas barreiras, é importante praticar a escuta ativa, ser claro e objetivo na comunicação, evitar julgamentos precipitados e dar feedback construtivo.Tipos de comunicação interpessoal:Existem diversos tipos de comunicação interpessoal, tais como a comunicação verbal, a comunicação não verbal, a comunicação escrita e a comunicação visual. A comunicação verbal envolve o uso de palavras faladas ou escritas para transmitir uma mensagem. A comunicação não verbal inclui gestos, expressões faciais e postura corporal. A comunicação escrita é feita por meio de textos, e-mails, mensagens de texto, entre outros. Já a comunicação visual envolve o uso de imagens, gráficos e vídeos para transmitir informações.Exemplos de comunicação interpessoal:Para se comunicar de forma eficaz com os outros, é importante praticar a empatia, a escuta ativa e a clareza na comunicação. Por exemplo, ao conversar com um colega de trabalho, demonstre interesse pelo que ele está dizendo, faça perguntas para esclarecer dúvidas e seja claro ao expressar suas ideias. Outro exemplo seria ao enviar um e-mail para um cliente, certifique-se de utilizar uma linguagem educada e profissional, evitando abreviações e gírias.Ao praticar a empatia, a escuta ativa e a clareza na comunicação, é possível se comunicar de forma eficaz com os outros e evitar mal-entendidos.Descubra os 4 tipos de comunicação mais comuns para se comunicar eficazmente.Para se comunicar eficazmente, é essencial compreender os diferentes tipos de comunicação interpessoal. Existem quatro tipos principais de comunicação que são comuns em nossas interações diárias: verbal, não verbal, escrita e visual.A comunicação verbal envolve a troca de informações por meio de palavras faladas ou escritas. Este tipo de comunicação é essencial para expressar pensamentos, sentimentos e ideias de forma clara e direta. Exemplos de comunicação verbal incluem conversas cara a cara, telefonemas e videochamadas.A comunicação não verbal, por outro lado, envolve a transmissão de mensagens sem o uso de palavras. Gestos, expressões faciais, postura e tom de voz são todos exemplos de comunicação não verbal. Este tipo de comunicação é importante para transmitir emoções e intenções de forma eficaz.A comunicação escrita é feita por meio de textos, e-mails, cartas e mensagens escritas. Este tipo de comunicação é crucial para a comunicação formal e profissional, pois permite a transmissão de informações de forma clara e organizada. Erros ortográficos e gramaticais podem prejudicar a eficácia da comunicação escrita.Por fim, a comunicação visual envolve o uso de imagens, gráficos e outros elementos visuais para transmitir informações. Este tipo de comunicação é frequentemente utilizado em apresentações, relatórios e mídias sociais para tornar a informação mais acessível e atrativa. Uma apresentação visualmente atraente pode ajudar a reforçar a mensagem que está sendo comunicada.A comunicação interpessoal é um processo pelo qual duas ou mais pessoas compartilham informações, significados, emoções ou idéias entre elas. Essa troca pode ser feita verbalmente e não verbalmente, e geralmente é considerada como sendo realizada pessoalmente.O processo de comunicação interpessoal inclui todos os tipos de processos e elementos, e não se limita apenas ao que é dito, mas também tem a ver com o que é dito, o contexto e outros elementos que não são tão fáceis de detectar a olho nu . De fato, a maioria das comunicações interpessoais é considerada não verbal.Ao contrário do que possa parecer a princípio, a comunicação interpessoal é um processo que ocorre constantemente, mesmo que não haja troca consciente de informações por parte dos envolvidos. Os especialistas acreditam que, assim que estamos na presença de outro indivíduo, começamos a nos comunicar indiretamente com ele.Relacionado: Pensamento interrogativo: características e exemplosEntre os elementos incluídos no processo de comunicação interpessoal estão postura, expressão facial, movimentos, tom de voz e proxemia (a distância entre os interlocutores). Graças a todos esses fatores, podemos tirar conclusões sobre a personalidade, estado emocional ou intenções da outra pessoa.Características da comunicação interpessoal– Isso acontece o tempo todoUm dos conceitos mais importantes a entender sobre a comunicação interpessoal é que sempre que há mais de um indivíduo presente, esse processo está ocorrendo. Isso é verdade mesmo que nenhum dos parceiros esteja ciente do que está acontecendo.Os seres humanos são animais extremamente sociais. Nosso cérebro está programado para interpretar todas as informações que nos chegam do ambiente relacionadas a outras pessoas, para que possamos prever seu comportamento e entender qual é a melhor maneira de agir em cada situação.– Possui um forte componente não verbalNa psicologia social, tradicionalmente se considerava que entre 80 e 90% das informações trocadas na comunicação interpessoal o fazem de maneira não verbal, através de gestos, expressões, posturas e tons de voz. Embora esses números estejam em dúvida hoje, a teoria mais amplamente aceita permanece que a maior parte da comunicação não se refere à fala.Os estudos modernos de neuroimagem nos permitiram descobrir que grande parte do nosso cérebro é especializada em detectar e interpretar dados de linguagem não-verbal, proxêmica, tonalidade da voz ou suas inflexões.– Inclui todos os elementos da comunicação tradicionalNo estudo da comunicação, esse fenômeno é normalmente considerado como incluindo uma série de elementos fundamentais, sem os quais não pode ocorrer diretamente. Esses elementos são os seguintes:– Mensagem. Esta é a informação que é transmitida, voluntária ou involuntariamente.– emissor. Ele é a pessoa que transmite a mensagem.– receptor. Quem recebe as informações transmitidas pelo emissor.Canal. O canal é o meio através do qual a mensagem é transmitida. Na comunicação interpessoal, o canal é normalmente fala, além dos elementos visuais e auditivos detectados pelo receptor.Código. É o idioma em que a mensagem é expressa. No caso da comunicação interpessoal, pode envolver elementos como as línguas faladas, mas também sinais e outros elementos semelhantes.Contexto. A comunicação sempre ocorre em um determinado contexto, e isso influencia todos os outros elementos dela. No caso da comunicação interpessoal, o contexto mais importante é o tipo de relacionamento que os interlocutores mantêm.– Produz efeitos em todos os participantesUma das características mais importantes da comunicação interpessoal é que ela sempre afeta o remetente e o destinatário. As pessoas estão preparadas para responder a outras pessoas sempre que estiverem presentes, e esse tipo de comunicação afeta nossas emoções, pensamentos e maneira de agir.Por outro lado, o efeito da comunicação interpessoal é recíproco, de tal maneira que o remetente influencia o receptor e vice-versa. Assim, esse fenômeno é um dos pilares das relações humanas e um dos que mais nos afetam emocionalmente, cognitivamente e pessoalmente.BarreirasEntre os elementos da comunicação, um dos mais importantes é a presença de distorções ou barreiras no processo. Esses fenômenos impedem a transmissão de informações entre as partes envolvidas e podem impedir que o processo seja realizado em alguns casos.A comunicação interpessoal é um dos tipos mais complexos que existem, portanto existem muitas barreiras diferentes que podem afetar o processo. A maioria deles está relacionada ao canal, ao código ou à própria mensagem. A seguir, veremos alguns dos mais comuns.– Barreiras no canalAs barreiras de canal geralmente estão associadas a deficiências físicas que impedem a transmissão correta da mensagem. Na comunicação interpessoal, por exemplo, a presença de muito ruído ambiental pode tornar muito mais difícil ouvir o que o interlocutor está dizendo, de maneira que parte da informação seja perdida.No caso da comunicação interpessoal online, pode haver muitos outros tipos de barreiras no canal. Entre as mais comuns, encontramos as falhas de rede no caso dos interlocutores que se comunicam na Internet ou a queda do aplicativo pelo qual as informações estão sendo transmitidas.Relacionado: Kurt Koffka: Biografia, Teoria e Outras Contribuições– Barreiras no códigoBarreiras no código estão entre as que mais afetam a transmissão de informações. O mais comum é o uso de diferentes idiomas pelos interlocutores, pois não compartilhar um idioma é muito mais complicado para duas pessoas se comunicarem corretamente.No entanto, esse problema não é o único que pode atuar como uma barreira no código. Por exemplo, algumas pessoas podem ter sérias dificuldades em ler o corpo ou a linguagem emocional de outras pessoas, portanto, não compartilham o código com seus interlocutores e perdem grande parte das informações que recebem.– Barreiras à mensagemPor fim, as barreiras à mensagem são aquelas que afetam diretamente as informações transmitidas. No caso da comunicação interpessoal, eles geralmente têm a ver com a expressão falada, mas, como no caso anterior, também podem estar relacionados a outros elementos dela, como a linguagem corporal.Tipos de comunicação interpessoalDentro da comunicação interpessoal, existem principalmente três tipos: verbal, não verbal e virtual. A seguir, estudaremos o que cada um deles consiste.– Comunicação verbalA comunicação verbal consiste na transmissão de informações através do uso de uma linguagem falada ou às vezes escrita. Através dele, você pode enviar todos os tipos de mensagens, embora sua principal função seja transmitir dados puros entre várias pessoas.Calcula-se que, em um contexto de comunicação normal, a parte verbal forma apenas aproximadamente 7% de todas as informações transmitidas entre o destinatário e o remetente. No entanto, mesmo este é um elemento fundamental para gerar mensagens compreensíveis que nos permitem funcionar na sociedade.– Comunicação não verbalO outro lado da moeda é a comunicação não verbal. Isso inclui um grande número de elementos diferentes, como o tom da voz, gestos faciais, linguagem corporal, proxemics ou contato físico. A grande maioria da comunicação é vista por muitos especialistas nesse nível, muitas vezes subconscientemente.A comunicação não verbal é usada principalmente para transmitir informações sobre o estado e as emoções do interlocutor. O receptor pode interpretar e prever seu comportamento usando esse tipo de comunicação, tornando-o muito útil em praticamente qualquer contexto.– Comunicação virtualO último tipo de comunicação interpessoal que existe é virtual, ou seja, que não ocorre pessoalmente, mas através do uso de algum tipo de tecnologia da informação. Embora alguns especialistas considerem que ele não pode ser classificado como parte desse fenômeno, a verdade é que é cada vez mais comum usar esse método de troca de informações como ferramenta principal.ImportânciaOs seres humanos são animais extremamente sociais. Por esse motivo, a comunicação interpessoal é uma das ferramentas mais importantes em nossa vida cotidiana, destacando principalmente a capacidade de falar.Através da comunicação interpessoal, somos capazes de influenciar nosso ambiente, prever o comportamento de outras pessoas e entender o que está acontecendo ao nosso redor. Portanto, grande parte do nosso tempo é dedicada ao uso dessa ferramenta e ao aperfeiçoamento de seu manuseio.ExemplosComo já vimos, a comunicação interpessoal ocorre de muitas maneiras diferentes e em muitos níveis diferentes. Assim, uma conversa dentro de um grupo pode ser um bom exemplo desse fenômeno, mas também um simples olhar, uma mensagem de texto ou até um abraço ou carinho entre pessoas com um relacionamento próximo.Referências“O que é comunicação interpessoal?” em: Habilidades que você precisa. Retirado em: 08 de março de 2020 em Skills You Need: skillsyouneed.com.“Comunicação interpessoal” em: Businesstopia. Retirado em: 08 de março de 2020 em Businesstopia: businesstopia.net.” Comunicação interpessoal: definição, importância e habilidades necessárias ” em: Smarp. Retirado em: 8 de março de 2020 no Smarp: blog.smarp.com.“Comunicação interpessoal” em: Teoria da Comunicação. Retirado em: 08 de março de 2020 de Communication Theory: communicationtheory.org.“Comunicação interpessoal” em: Wikipedia. Retirado em: 8 de março de 2020 da Wikipedia: en.wikipedia.org. Não é difícil entender porque as empresas com comunicação efetiva dão 47% mais lucro, segundo um estudo publicado no site Harvard Business Review. Isso porque a comunicação interpessoal é tópico importante em qualquer relação que se crie e sua não efetividade pode implicar em uma série de consequências negativas das mais diversas ordens. Sem tempo para ler? Clique no play abaixo para ouvir esse conteúdo. Você consegue pensar em um erro causado em algum projeto, trabalho, tarefa, primeiramente, por uma falha de comunicação? Então. Preocupar-se em desenvolver a sua habilidade de comunicação, então, só pode ser benéfico para todos os seus relacionamentos – e até para seus resultados. Aprenda técnicas para transmitir melhor sua própria história em entrevistas e discursos com o curso “Comunicação Interpessoal” O que significa o termo? Comunicação interpessoal é o termo que, dentro do macrotema “comunicação”, define a troca de informações entre duas ou mais pessoas, seja ela orientada por sinais verbais ou não verbais. Dentro desse campo de conhecimento, pesquisadores se dedicam atualmente a seis principais categorias: adaptação de comunicação verbal e não verbal presencialmente; processos de produção de mensagem; como a incerteza influencia comportamento e e estratégias de gestão de informação; comunicação enganosa; dialética relacional e interação social mediada por tecnologia. Comunicação Não-Violenta (CNV): o que é, como funciona e como aplicar o conceito Qual é a função da comunicação? De modo geral, a comunicação tem diversas funções. Informar, motivar, expressar emoções, comandar, persuadir, interagir. Nenhum interlocutor se limita a uma dessas funções e nem elas são completamente independentes entre si. Por exemplo, é possível utilizar uma expressão de emoções com a finalidade também de convencer, é possível informar com o objetivo de interagir socialmente em algum contexto, etc. O que é ter uma boa comunicação? Uma boa comunicação é uma comunicação efetiva. Isso envolve mais aspectos do que apenas trocar informações. É sobre entender a emoção e as intenções por trás da informação que o outro passa, ser capaz de transmitir claramente uma mensagem (para os mais diversos interlocutores), captar todo o sentido do que está sendo dito e conseguir mostrar ao outro que ele está sendo ouvido e compreendido. Comunicar-se de forma clara e eficaz, assim, requer aprender algumas habilidades importantes, mas oferece grandes vantagens: pode aprofundar as suas conexões, fomentar mais confiança e respeito e melhorar o trabalho em equipe e a resolução de problemas, entre muitas outras. [wpViralQuiz id=33795] Estilos de comunicação interpessoal no trabalho Mark Murphy, autor de best-sellers e CEO da empresa de consultoria e pesquisa Leadership IQ passou décadas pesquisando exatamente a comunicação interpessoal. Suas descobertas dão conta de que existem quatro estilos fundamentais de comunicadores, de acordo com as preferências que cada um tem na hora de se expressar. Para ele, a compreensão de onde você e os seus interlocutores estão nesse espectro ajuda a desenvolver uma comunicação mais eficiente. Não se trata de perder a autenticidade, mas sim ajustar em pouca medida a mensagem para que ela seja compreendida integralmente – pontos valiosos, principalmente, no ambiente de trabalho. Os quatro estilos, segundo Murphy, são: Pessoal Perfil de quem valoriza a linguagem emocional e conexão e busca avaliar não apenas como as pessoas pensam, mas como elas se sentem sobre os assuntos. Analítica Perfil de quem gosta de apontar (e ouvir) dados e números e tende a ter uma forte aversão à ambiguidade. Bastante receptivo a pessoas que estão no comando de fatos e dados e, ao contrário do estilo pessoal de comunicação, não se identifica muito com palavras emocionais. Intuitiva Perfil de quem valoriza mais uma visão ampla da situação do que detalhes – por isso, prefere ir direto ao ponto. A comunicação neste perfil costuma ser rápida e direta. Funcional Perfil de quem gosta de comunicar processos, detalhes, cronogramas, passo a passos e planos bem pensados. Na contramão da comunicação intuitiva, a funcional demonstra grande atenção e apreço às minuciosidades. O que fazer para melhorar a comunicação interpessoal? #1 Identifique os próprios problemas de comunicação Uma forma boa e simples de fazer isso é prestar atenção na forma com que os outros falam. Preste atenção em pessoas que falam bem e mal, na sua opinião e identifique os comportamentos que os diferem. Você pode fazer isso com quem conhece ou assistir vídeos de personalidades, por exemplo. #2 Module a mensagem de acordo com seu estilo e o dos outros Depois de entender melhor seu estilo de comunicação o teste do Na Prática, e prestar atenção no ponto acima, vai ficar mais fácil “modular” sua mensagem para maximizar a compreensão do interlocutor. Além disso, grandes chances de melhorar também a sua capacidade de compreender, visto que, na medida em que você se esforça para entender outros estilos, se torna cada vez melhor nisso. #3 Dê atenção ao interlocutor Tanto fazendo contato visual, quanto praticando a escuta ativa, que significa basicamente prestar atenção e demonstrar interesse genuíno no que o outro diz, fazendo perguntas pertinentes, se for o caso, e com uma linguagem corporal positiva – ou seja, sem braços cruzados, por exemplo. Aqui, além de te ajudar a entender o estilo de comunicação do outro, abre um canal para que você crie, com o interlocutor, um contato mais eficiente. Além disso, favorece o desenvolvimento de um relacionamento mais significativo entre ambos. #4 Repare na comunicação não verbal Nem sempre o que as pessoas dizem é o mais importante em uma comunicação. Tom da voz, linguagem corporal e expressões faciais são grandes indicadores de como o outro se sentem – e se compreende. Fique de olho na postura, movimentos das mãos e contato visual, por exemplo. #5 Limite os equívocos Qualquer mensagem pode ser compreendida de forma errada. Muitas vezes, as partes envolvidas nem percebem isso até que seja explícito em uma ação descoordenada, por exemplo. Por isso, preste atenção às diferenças nos padrões de reação, harmonia de palavras de ambos os lados, tom de voz, linguagem corporal, perguntas feitas e frases incompletas. Na dúvida, faça um resumo do que foi acordado sempre dando espaço para o input do outro interlocutor. Inscreva-se para o Curso por E-mail Gratuito: Como Melhorar Suas Habilidades de Comunicação O papel da comunicação é cada vez mais central em todos os aspectos da vida social e não é de estranhar que ao seu redor nasçam livros, seminários, cursos de licenciatura e profissões. Toda atividade humana baseada em relações interpessoais implica sempre em processos de comunicação. Em todos nossos contatos com os outros, precisamos da capacidade de nos comunicar e devemos ser eficazes.Neste artigo de Psicologia-Online, te falaremos sobre a comunicação interpessoal: o que é, tipos, características e exemplos. Índice A comunicação é o elemento essencial mediante o qual acontece a relação interpessoal. A palavra comunicação provém do latim communicare e significa compartilhar. Comunicar é um ato social e recíproco de participação, um ato mediado pelo uso de símbolos significativos entre indivíduos e grupos diferentes. Sendo assim, a comunicação pode ser definida como a modalidade através da qual se instauram, se estruturam, se desenvolvem as relações sociais e se afirma o "eu" no mundo como atores individuais e/ou coletivos.Então, o que é a comunicação interpessoal? A comunicação cara a cara. Pode ser considerada como o conjunto de fenômenos que permitem a troca de informação entre duas ou mais pessoas. Esta troca é feita através da linguagem falada e através dos sinais não verbais que enviamos por meio dos movimentos do corpo ou de partes do mesmo. Estes são recebidos através do canal visual. A comunicação interpessoal, entendida como um momento de encontro/troca, determina a qualidade da relação. A comunicação interpessoal, que implica várias pessoas, se baseia em uma troca na qual os interlocutores se influenciam mutuamente como em um círculo vicioso. Objetivamente, há três tipos de comunicação interpessoal:Comunicação verbal: é a realidade através do uso da linguagem, tanto escrita como oral, e que depende de regras precisas sintáticas e gramaticais. Comunicação não verbal: ocorre sem o uso das palavras, mas sim através de canais diversificados, como mímica facial, olhares, gestos e posturas. Descubra os tipos de comunicação não verbal.Comunicação paraverbal: refere-se em última instância à voz. Isto é, ao tom, ao volume e ao ritmo. Também faz referência às pausas e outras expressões sonoras como limpar a voz ou, por exemplo, brincar com tudo o que acontece por perto. A comunicação interpessoal trata-se de um processo em espiral, com características evidentes de reciprocidade, na qual a informação enviada por um "emissor" a um "receptor" produz neste reações ou respostas. Logo estas "voltam" como nova informação ao primeiro dos interlocutores, portanto, permite a ele enviar uma nova informação. Assim, os principais elementos e características da comunicação interpessoal são:O emissor, ou a fonte de transmissão, é a pessoa a partir da qual se produz a comunicação. O emissor se caracteriza e depende se sua cultura, de seus próprios interesses, de sua própria linguagem, dos recursos e instrumentos de que dispõe, de sua experiência passada e de seu conhecimento do contexto e de seus interlocutores.A mensagem é representada pelos conteúdos e significados que o emissor quer transmitir ao destinatário.O canal é o meio utilizado para transmitir a mensagem. Por exemplo, jornais, rádio, televisão, voz, etc.O código é o conjunto de normas convencionais utilizadas para expressar a mensagem. Por exemplo, a língua materna, a linguagem hierárquica utilizada dentro de um grupo juvenil, o alfabeto dos surdo-mudos ou o braille, para os cegos.O receptor é o sujeito ao qual se dirige a mensagem. Ele ou ela também é caracterizado por sua cultura, sua própria linguagem e suas experiências e instrumentos próprios.A retroalimentação representa a "mensagem de retorno" do receptor ao emissor. Permite verificar que a mensagem chegou a seu destino e foi compreendida. Quanto à estrutura do processo comunicativo, existem distúrbios da comunicação também chamados "ruídos". Estes atuam sobre os elementos da comunicação interpessoal e podem interromper este fluxo, provocando uma "má" recepção da mensagem emitida. Os distúrbios da comunicação podem afetar os seguintes fatores.Atitude: interesse escasso na comunicação.Canal ou código: uma linha telefônica perturbada, uma linguagem diferente, etc.Escuta: uma má escuta tanto por parte do receptor como do emissor.Contexto ou cultura: diversidade de valores culturais.Conteúdo e relação: uma mensagem construída de forma muito complexa para o receptor.Verbal ou não verbal.Estereótipos.Os distúrbios da comunicação também ocorrem quando um dos atores implicados no processo de comunicação se dá conta de que o outro não responde, isto é, que não dá a retroalimentação adequada a sua comunicação. Quando se comunica, especialmente se se comunica de forma pessoal e profunda, é muito importante receber uma retroalimentação adequada. Se isto não acontece, o emissor pode se retrair e deixar de se comunicar. Agora que já falamos do conceito de comunicação interpessoal, mostraremos alguns exemplos deste tipo de comunicação:Chamada telefônica: falar por telefone é um exemplo de comunicação interpessoal. A comunicação verbal e paraverbal são empregadas.Reunião de amigos: manter amizades supõe um ato de comunicação interpessoal. Há uma troca de informações mediante a comunicação verbal, não verbal e paraverbal.Exposição de um projeto no trabalho: reunião formal de pessoas na qual se produz uma troca de informações. Neste caso, a comunicação interpessoal é muito importante para transmitir o que queremos corretamente. Escrever um e-mail ou uma mensagem de texto: quando escrevemos uma mensagem de texto trata-se de comunicação escrita. A comunicação interpessoal também é um exemplo, porque existe uma troca de informações.Jogo de olhares: quando você cruza com alguém que você gosta ou conhece na rua. Nestas situações, geralmente há uma troca de olhares, gestos ou palavras. Neste caso, a comunicação não verbal tem um papel muito importante. Este artigo é meramente informativo, em Psicologia-Online não temos a capacidade de fazer um diagnóstico ou indicar um tratamento. Recomendamos que você consulte um psicólogo para que ele te aconselhe sobre o seu caso em particular. Se pretende ler mais artigos parecidos a Comunicação interpessoal: o que é, tipos, características e exemplos, recomendamos que entre na nossa categoria de Psicologia social. Bibliografia Cheli, E. (2004). Teorie e tecniche della comunicazione interpersonale. Un’introduzione interdisciplinare. Milán: Franco Angeli.PAQ (2013). Comunicazione interpersonale. Disponível em: qualitapa.gov.it/sitoarcheologico/relazioni-con-i-cittadini/comunicare-e-informare/comunicazione-interpersonale/index.htmlZanon, R. (2010). Elementi di etica per operatori socio-sanitari. Santarcangelo di Romagna: Maggioli Editore. Comunicação interpessoal: o que é, tipos, características e exemplos A capacidade de comunicação é inerente aos humanos. Na verdade, a complexidade do nosso sistema de linguagem é um dos principais fatores que nos distinguem de outras espécies. Em um ambiente corporativo, uma boa comunicação interpessoal pode ser a chave para o sucesso da equipe. Afinal, as conexões entre pessoas que se relacionam são mais harmoniosas e funcionam com mais fluidez. Pensando nisso, separamos para você um artigo completo para te explicar o que é comunicação interpessoal, qual é sua importância e como desenvolvê-la na sua empresa. Veja os tópicos que abordaremos a seguir: Vamos lá! A comunicação interpessoal inclui a troca de informações entre dois ou mais indivíduos. Em outras palavras, é a capacidade de transmitir, receber e interpretar mensagens verbais ou não-verbais com clareza. Essa competência é necessária para estabelecer diálogos coerentes que transmitam uma mensagem que os interlocutores – participantes de uma dada interação comunicativa – desejam externar de forma autêntica e precisa. Em outras palavras, uma boa comunicação interpessoal envolve falar, escrever e expressar seu corpo, bem como ouvir, ler e observar. Não basta saber se expressar, é preciso aprender e interpretar o que os outros têm a dizer. Este é um dos fatores mais importantes para a boa convivência dos indivíduos em qualquer sociedade. É por meio da comunicação interpessoal que se dá o diálogo entre as pessoas, partindo do pressuposto de que o homem é um ser social e deve conviver com seus semelhantes. Sabemos que um dos maiores desafios das relações humanas é a comunicação uns com os outros. É um recurso humano muito específico, precisamente porque contém emoções e formas de comportamento que variam de pessoa para pessoa. Ele também desempenha um papel muito importante no desenvolvimento racional. Uma pessoa com boa comunicação interpessoal tem a capacidade de realmente ouvir outra pessoa – a chamada ‘escuta ativa’. Ela vai muito além de ouvir as palavras da outra pessoa, mas dá atenção ao tom de voz, à velocidade com que alguém fala e à linguagem corporal. Além disso, outra característica de uma pessoa com boa comunicação interpessoal é a sensibilidade, isso é muito importante na criação de relacionamentos, pois promove a identificação, empatia e confiança. Basicamente, tanto a habilidade de ouvir ativamente quanto a habilidade de se conectar com pessoas diferentes requerem a habilidade de interpretar e se adaptar umas às outras. Portanto, parte de uma boa comunicação é praticamente ter essa flexibilidade, algo que pode ser desenvolvido prestando atenção aos pontos acima com frequência e dedicação. Apesar de serem termos semelhantes, eles não são conceitos iguais. Como dissemos anteriormente neste artigo, a comunicação interpessoal consiste basicamente, de passar e receber mensagens para uma outra pessoa, seja através da fala, da escrita, da mímica e até mesmo dos meios modernos, como SMS, e-mails, fotos e vídeos. Já o relacionamento interpessoal nada mais é do que a forma como interagimos com as pessoas ao nosso redor: amigos, colegas de trabalho, familiares, ou seja, as diversas interações que podem acontecer baseadas em sentimentos, emoções e tipos de relacionamentos que temos com o núcleo de pessoas que nos cerca em nosso dia a dia. Em outras palavras, um complementa o outro, a comunicação interpessoal é caracterizada por criar interações mais fortes e, portanto, mais satisfatórias. Essas interações constroem relacionamentos interpessoais mais fortes. As habilidades interpessoais abrangem vários cenários onde a comunicação e a colaboração são essenciais. Essas habilidades incluem a capacidade de se comunicar e construir relacionamentos com outras pessoas. Frequentemente chamadas de habilidades humanas, elas tendem a levar em consideração os traços de personalidade inatos de uma pessoa e como aprenderam a lidar com certas situações sociais. Aqui estão alguns exemplos de habilidades interpessoais: A seguir, apresentaremos cinco ações que farão toda a diferença na forma como você se comunica. Observe o tom de voz Ser capaz de controlar as emoções permite transmitir uma imagem de calma e segurança, sendo possível transmitir confiança ao interlocutor. Identifique sua linguagem não verbal É necessário aprender a dominar essa linguagem para poder identificar os sinais de desinteresse ou ansiedade. Eles podem impedir sua demonstração de autoconfiança. Ouça seu interlocutor É importante saber identificar os momentos de falar e ouvir. Isso se traduz em buscar uma participação ativa no diálogo, e não apenas em ouvir o que o outro fala. Portanto, mantenha o foco na conversa, demonstrando interesse. Use o vocabulário corretamente Se você não fala bem o seu idioma, é provável que encontre dificuldades de comunicação. Um discurso longo ou ambíguo pode arruinar seus argumentos. Portanto, é necessário distinguir a linguagem e o vocabulário que devem ser usados em cada cenário e para cada público. A comunicação interpessoal é essencial para qualquer empresa, pois como falamos antes, ninguém trabalha sozinho. De todos os tipos de relacionamento, os profissionais costumam ser os mais delicados porque não podemos escolher quem são nossos colegas, chefes, funcionários e clientes. O problema da falta de comunicação interpessoal no trabalho é que isso pode afetar a produtividade, a motivação e a qualidade de vida. Por isso, desenvolver uma boa comunicação interpessoal na empresa é tão importante para a construção de uma boa produtividade no ambiente de trabalho. São as pessoas que movem os negócios e que estão por trás dos números, lucros e todos os bons resultados. A partir disso, pode-se entender porque investir na comunicação interpessoal da empresa é fundamental. Confira abaixo os benefícios de promover a comunicação interpessoal no trabalho: Incentivo ao networking – Uma rede de relacionamentos profissionais não existe sem a prática da comunicação. Estímulo entre novas culturas – Por meio da interação, você pode descobrir fatores que nunca seriam conhecidos sem o estímulo. Diminuição de conflitos – A clareza de ideias e opiniões cria um ambiente menos propício a mal-entendidos de qualquer tipo. Aumento do aprendizado – A riqueza de informações que pode ser obtida por meio da comunicação é um ponto muito positivo para qualquer profissional. Maior liberdade – Aumenta a confiança do profissional e, consequentemente, promove mais interação, na qual ele possa expressar sua opinião e ser ouvido com mais facilidade. Ampliação do autoconhecimento – A comunicação também pode ser um bom parâmetro para avaliar como os outros profissionais se percebem, permitindo que você faça mudanças e, assim, alcance um maior nível de sucesso e interação. Aqui estão algumas dicas essenciais sobre como melhorar a comunicação interpessoal na empresa: Invista na gamificação A gamificação oferece várias possibilidades que podem melhorar a comunicação interpessoal. O formato pode ser usado para realizar tarefas onde vários funcionários estão envolvidos na mesma missão e dependem uns dos outros para atingir o objetivo final. Além disso, é possível promover atividades para que a equipe se conheça melhor. Promova treinamentos em equipe O treinamento da equipe também é uma excelente estratégia. Além de capacitar seus colaboradores, promovem ainda mais a interação e o engajamento da equipe. A empresa também pode oferecer um curso para falar especificamente sobre a importância da comunicação interpessoal no ambiente de trabalho e quais são seus impactos nos resultados. Promova a interação entre os funcionários É normal que os profissionais de uma empresa tenham personalidades diferentes. Para evitar que isso seja um obstáculo à comunicação, tome medidas estratégicas para aumentar a interação e fazer com que as pessoas se conheçam melhor. Uma boa política de comunicação interna e a criação de um ambiente de trabalho saudável são práticas básicas neste processo. Organize eventos internos Esta ação está relacionada com o tópico anterior sobre promoção da interação entre os colaboradores. Os eventos internos podem ter um impacto muito positivo no envolvimento da equipe, melhorando a comunicação interpessoal. Incentive a troca de conhecimento A troca de conhecimento é de fundamental importância para o desenvolvimento da comunicação interpessoal. Portanto, mostre como é importante compartilhar ideias, estar aberto para aprender com os membros da equipe. Essa troca pode aproximar a equipe e contribuir significativamente para melhorar a comunicação. Faça reuniões de equipe As reuniões frequentes são uma ótima maneira de os funcionários apresentarem suas ideias, fornecerem feedback, discutirem suas posições e falarem livremente. É importante criar um ambiente propício para esse compartilhamento e fazer com que toda a equipe se sinta mais confiante e confortável para se comunicar dentro do contexto da empresa. Enquanto cada pessoa é responsável por desenvolver a capacidade de se comunicar bem dentro de si, cabe aos gestores e lideranças promover, estimular e fortalecer as políticas de comunicação interna. Alguns exercícios são essenciais para o progresso e melhoria da comunicação interpessoal na organização. Observe! É estimulando a empatia que as diferenças comportamentais se ajustam para utilizar o perfil dos colaboradores em projetos e atividades que mais se adaptem à sua personalidade – ler o outro é fundamental para entender seus limites. Um bom relacionamento exige confiança, respeito e segurança sobre o que o outro fala ou faz, portanto, quanto mais honestos os colaboradores forem em qualquer aspecto que envolva a equipe e a empresa, mais a comunicação e o relacionamento serão fortalecidos. É preciso estimular quem tem dificuldade de se expressar a participar de forma mais efetiva das ações e planos. Nas reuniões, estimular os funcionários mais tímidos a falar sobre suas atividades pode ser uma boa estratégia para desenvolver a comunicação e a iniciativa. As pessoas são o principal ativo da organização porque produzirão os resultados de que a empresa precisa. Portanto, é fundamental que a comunicação interpessoal seja eficaz, principalmente no que diz respeito aos gestores. Certifique-se de que sua mensagem seja sempre compreensível. Pergunte e ouça com atenção. Todos podem se beneficiar da comunicação interpessoal