

ARTÍCULOS DE TECNOLOGÍA > INNOVACIÓN Y GESTIÓN

5 pasos para una comunicación más asertiva



Jennifer Koppe

25/06/2021

Una postura más asertiva es extremadamente importante para evitar fallas de comunicación no solo en el entorno laboral sino también en las relaciones interpersonales en su conjunto. Informaciones cruzadas y los malentendidos constantes pueden provocar crisis de imagen y mucho desgaste; en el mundo corporativo, el "teléfono inalámbrico" puede tener graves consecuencias.

Asertividad no es sinónimo de agresividad. Para ser asertivo es necesario saber escuchar, ser claro y, sobre todo, tener empatía. Solo así se pueden evitar los conflictos y garantizar un entorno adecuado para escuchar e intercambiar ideas.

Para encontrar la asertividad que existe en todos nosotros, es necesario mucho autoconocimiento. El proceso no siempre es rápido, pero es muy gratificante. Para ayudar en esta búsqueda, vea cinco formas de comunicarte de manera más segura y efectiva.

1. Domina el tema



Prepararte antes de hablar es fundamental para garantizar una comunicación asertiva.
(Fuente: Unsplash)

Si necesitas hablar sobre un tema específico, prepárate, estudia, investiga a fondo y ten siempre buenos argumentos para defender tu punto de vista. Si no puedes responder a una pregunta, sé sincero y di que buscarás la respuesta.

Al mediar algún conflicto, intenta entender las motivaciones de los involucrados y conoce todos los lados de la historia antes de sacar conclusiones.

2. Saber escuchar

Respetar la opinión de los demás. Por mucho que no estés de acuerdo con algo, escucha lo que la persona tiene que decir antes de hablar. Haz preguntas, demuestra interés, trata de entender bien lo que dice el otro. A menudo es posible solucionar una situación conflictiva mediante el escuchar activo, ya que algunas personas solo quieren ser escuchadas, mientras que otras no saben cómo manifestarse de manera segura y necesitan ayuda.

3. Ten empatía

Ponerse en el lugar del otro también es fundamental para una buena comunicación. Solo así podremos comprender la forma de pensar e incluso de actuar de los demás. Si una persona está siendo agresiva, ¿es porque está insegura o ansiosa? Independientemente de su función en la empresa, todos merecen ser escuchados.

4. Elige bien las palabras

Preocúpate siempre por la claridad de tus palabras. Conoce a tu público y el nivel de entendimiento de este público, porque no tiene sentido un vocabulario muy formal si no se entiende el mensaje.

Siempre que sea posible, sé positivo y evita las palabras o expresiones negativas. Tus ideas serán mejor recibidas si tienes una postura constructiva, incluso ante una situación difícil.

5. Atenta a lo que no dices



También es importante atender a la comunicación no verbal (Fuente: Unsplash)

La postura es tan importante o más importante que lo que decimos. Mantén la calma, respira y controla tus gestos, tu mirada y tus expresiones faciales. Tener una presencia segura y al mismo tiempo receptiva ayuda a crear una conexión con los demás y las personas se sienten más seguras para hablar.

ARTÍCULOS DE TECNOLOGÍA > INNOVACIÓN Y GESTIÓN

En Alura encontrarás variados cursos sobre Innovación y Gestión. ¡Comienza ahora!

SEMESTRAL

US\$49,90

un solo pago de US\$49,90

- ✓ 212 cursos
- ✓ Videos y actividades 100% en Español
- ✓ Certificado de participación
- ✓ Estudia las 24 horas, los 7 días de la semana
- ✓ Foro y comunidad exclusiva para resolver tus dudas
- ✓ Acceso a todo el contenido de la plataforma por 6 meses