

PROXEMIA

Juan Quiros

Sergio León

Andres Rodrigues

3147910



La Proxemia: El Lenguaje del Espacio en la Comunicación Humana

Descubramos cómo el espacio físico se convierte en una herramienta poderosa de comunicación no verbal en nuestras interacciones diarias.

¿Qué es la Proxemia?

La proxemia es una fascinante rama de la comunicación no verbal que estudia cómo utilizamos y percibimos el espacio físico durante nuestras interacciones sociales.

Este término fue acuñado por el antropólogo estadounidense **Edward T. Hall** en la década de 1960, quien revolucionó nuestra comprensión de la comunicación humana.

La proxemia abarca elementos como la postura corporal, los gestos, el contacto físico y especialmente la **distancia interpersonal** que mantenemos con otros.



Edward T. Hall, pionero en el estudio de la proxemia

Las Cuatro Distancias Proxémicas según Edward T. Hall



Distancia Pública

3 a 360 metros

Ideal para discursos, presentaciones formales y eventos públicos donde el orador se dirige a una audiencia amplia.



Distancia Social

1,25 a 3,5 metros

Común en entornos laborales, reuniones de trabajo y conversaciones con personas desconocidas o poco conocidas.



Distancia Personal

50 cm a 1,20 metros

Espacio reservado para amigos cercanos y conocidos, permitiendo conversaciones casuales y cómodas.



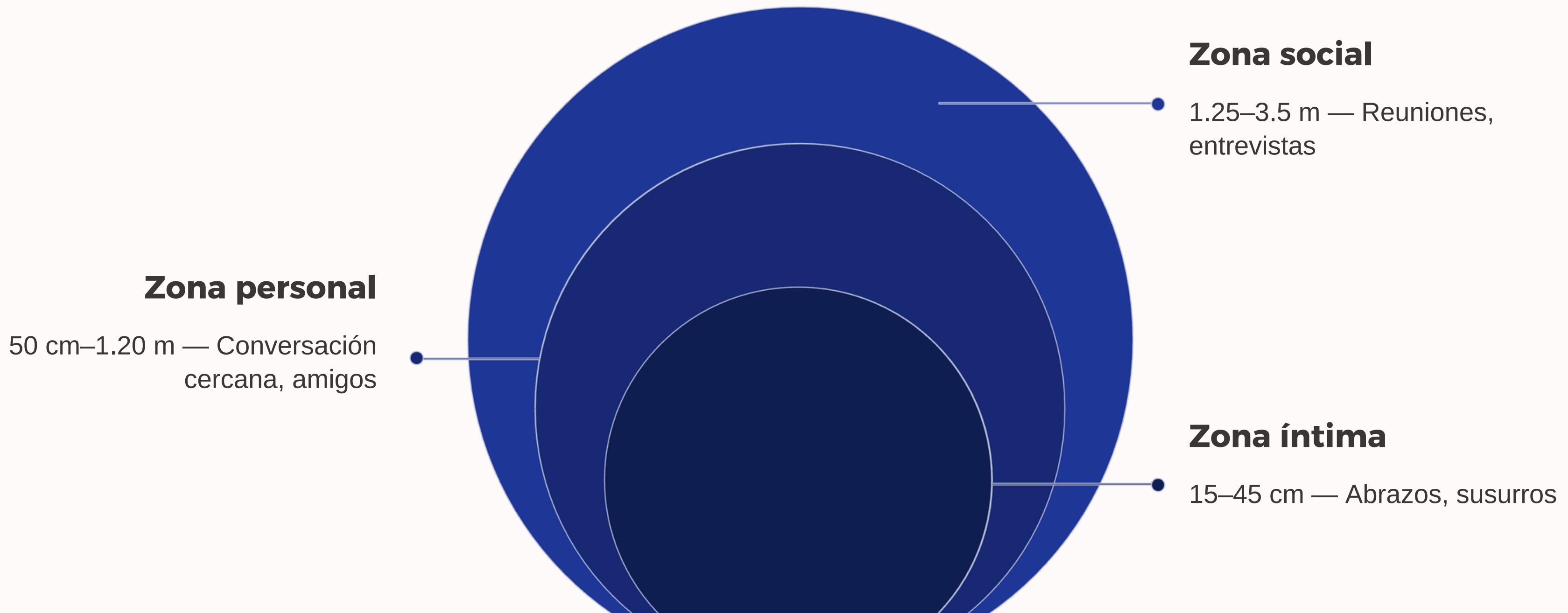
Distancia Íntima

15 a 45 centímetros

Reservada exclusivamente para relaciones muy cercanas como familia, pareja y seres queridos más íntimos.



Visualizando las Zonas Proxémicas



La Proxemia y la Comunicación No Verbal

Complementa el Mensaje Verbal

La distancia física que mantenemos no es casual: **modula y amplifica** nuestro mensaje verbal de manera inconsciente pero poderosa.

Un acercamiento puede expresar confianza y cercanía, mientras que el alejamiento puede comunicar respeto, incomodidad o incluso rechazo.



Proxemia en la Vida Cotidiana y Contextos Culturales

Impacto de la Pandemia

El COVID-19 popularizó el concepto de "**distancia social**", haciendo visible la importancia de la proxemia en nuestra salud y bienestar.

Diversidad Cultural

Las distancias consideradas apropiadas varían significativamente entre culturas. Lo que es normal en una sociedad puede resultar incómodo en otra.

Contextos Profesionales

En ámbitos laborales, educativos y sociales, comprender la proxemia es fundamental para evitar malentendidos y construir relaciones sólidas.



Conclusión: La Proxemia, Clave para una Comunicación Más Efectiva



| "El espacio que dejamos o cedemos habla tanto como las palabras que pronunciamos."

Ser conscientes de la proxemia nos permite respetar los límites personales de otros y fortalecer nuestros vínculos interpersonales de manera natural.

Te invito a observar y practicar estos conceptos en tu día a día para lograr una comunicación más efectiva, empática y respetuosa con quienes te rodean.

Referencias

ChatGPT (versión GPT-5) OpenAI
<https://chatgpt.com/>

