

Os tipos de comunicação

Comunicação Verbal - A comunicação verbal abrange a comunicação escrita e a comunicação oral. É a forma de comunicação mais utilizada devido à sua capacidade de transmitir ideias de grande complexidade.

Está presente nas mais diversas situações de convívio social ou nas corporações, sendo importante ferramenta para todos os tipos de relações que pudermos imaginar. Essa comunicação ocorre na forma passiva, ou seja, quando ouvimos alguém falando ou lemos uma mensagem escrita – quando somos os receptores; ou na forma ativa, quando falamos ou escrevemos - quando somos o emissor da mensagem.

Comunicação Escrita - A comunicação escrita é o código utilizado pelos livros, pelo jornalismo impresso ou on-line e pelas ferramentas de comunicação virtual. Nela o receptor está ausente, o que transforma a comunicação em um constante monólogo do emissor. Requer o máximo cuidado na ordenação das informações e na correção ortográfica e de pontuação. Ainda que sejam possíveis as retificações, os erros ou os ruídos nesse tipo de comunicação comprometem o entendimento da mensagem pelo receptor.

Comunicação Oral - Ao contrário da comunicação escrita, a comunicação oral é presencial, ou seja, nela emissor e receptor estão presentes (exceto o caso da televisão, do rádio e das mensagens gravadas). Essa, também, é um instrumento necessário para quem deseja conquistar amigos, uma vez que possibilita a interação social. Para saber como transmitir uma mensagem de forma correta, segue algumas dicas:

- Não tenha medo de falar;
- Fale com naturalidade;
- Contorne situações difíceis e inesperadas;
- Planeje uma imagem simpática e confiante;
- Converse com desenvoltura;
- Se necessário, responda perguntas com segurança;
- Não gesticule em excesso.

Comunicação não verbal- A comunicação não verbal ocorre por meio de gestos, sinais, códigos sonoros, expressões faciais ou corporais, imagens ou outros códigos representativos. Essa comunicação pode ser utilizada de forma isolada, a exemplo dos sinais de trânsito, da mímica ou da linguagem de Libras, linguagem de sinais para deficientes auditivos.

Comunicação por olhar - As pessoas se fazem entender somente pelo olhar.

Comunicação por mímica - São os gestos das mãos, corpo, face e as caretas que transmitem determinada informação.

Comunicação por gesto - Pode ser de forma voluntária, como um beijo, mas também pode ser involuntária, como mãos que não param de rabiscar ou de mexer em algo, o que caracteriza tensão e nervosismo.

Comunicação pela postura - O modo como sentamos, com o corpo para um lado ou para o outro, até mesmo a posição pela qual relaxamos nossos pés. Essas posturas, na maioria das vezes, correspondem ao subconsciente transmitindo uma mensagem.

Comunicação Assertiva - A capacidade de ser assertivo é uma das grandes ferramentas para conquistar amizades nos diversos níveis de relacionamento interpessoal. Ser assertivo é comunicar-se adequadamente de maneira direta, aberta, sincera, objetiva e efetiva sem provocar constrangimentos em outras pessoas. A assertividade é definida como autoexpressão da qual o indivíduo manifesta o que sente e pensa, defendendo seus direitos humanos básicos sem desrespeitar os direitos básicos dos outros.

Na comunicação humana, o comportamento não assertivo e agressivo, raramente, ajuda as pessoas a alcançarem seus objetivos ou a traduzirem seus sentimentos e necessidades.

A postura assertiva é a habilidade de dar respostas assertivas e honestas, que sejam adequadas à cultura, à situação e às outras pessoas envolvidas. Ser assertivo é apostar na mudança de comportamento para melhorar e se adaptar a todos os tipos de personalidade. Ter comportamento assertivo é ser:

- Ativo;
- Direto;
- Honesto;
- Transparente;
- Transmitir respeito pelos outros.