



A Importância da Comunicação no Dia a Dia das Pessoas.

Atualmente as pessoas têm um ritmo de vida acelerado. A rápida velocidade com que recebem informações e a grande quantidade de trabalho faz com que durmam e descansem pouco, andem e alimentem-se rápido.



Este ritmo de vida acaba se refletindo também na fala. As pessoas têm necessidade de se comunicar com a mesma velocidade com que recebe informações e atuam no mundo.

Com essa velocidade de fala aumentada, os sons são pronunciados de forma imprecisa e as palavras, muitas vezes, incompletas. Problema de comunicação que resulta em perda de tempo e transmissão de insegurança ou incerteza no conteúdo da mensagem. Uma outra característica observada na fala de algumas pessoas modernas é a ausência de pausas no discurso. As pessoas

falam sem parar.

A comunicação humana é a ferramenta que possuímos para construir relacionamentos. Ela nos oferece a possibilidade de gerar conhecimento, entendimento, aceitação, comprometimento e ação. A comunicação é fundamental para o ser humano conhecer pessoas, descobrir caminhos e oportunidades de troca e crescimento/evolução.

Na maioria das situações, estamos em contato com pessoas muito diferentes de nós. Pessoas que nasceram em outras famílias, tiveram outra educação, fazem parte de outra cultura, têm outra crença religiosa, enfim, têm uma visão de mundo diferente da nossa. Este é um fato que não podemos esquecer quando nos comunicamos. O conteúdo que falamos pode ser interpretado de forma diferente da que desejamos passar.



Núcleo de Desenvolvimento Humano
www.ndh.com.br



Desta forma, para que a comunicação seja assertiva, temos que cativar as pessoas, estabelecer laços empáticos, ter boa argumentação e transmitir confiança através de nossa postura, gestos, voz, linguagem, ritmo de fala, dentre outros.

Utilizar o *feedback*, ou seja, verificar com quem nos ouve o próprio desempenho e corrigir quando necessário, fazendo perguntas, tais como: “Estou sendo claro?” , “Você está me entendendo?”, e obter respostas para as mesmas.

Um passo importante para uma comunicação eficaz é a prática do "ouvir". Quando não ouvimos o outro, a comunicação fica prejudicada porque não conseguimos captar a mensagem. Quando ouvimos realmente o outro, conseguimos compreender o que ele diz e o que está além do que ele diz. Conseguimos ser melhores em nossas colocações e transmitimos credibilidade nas relações interpessoais. Para que isso aconteça precisamos ter muita atenção.

O processo de comunicação é uma arte e não existem receitas prontas para uma interação eficaz. É importante que cada um faça a sua parte.

[Conheça o trabalho da fonoaudiologia](#)



Núcleo de Desenvolvimento Humano
www.ndh.com.br

