

La UPRL informa

5 ideas para comunicar con tu equipo

Hablar lo sabemos hacer todos –se supone-. Hablando lo que hacemos es transmitir información, algo que no entraña mucha dificultad. Comunicar sin embargo supone algo más, no solo nos tenemos que limitar a lanzar información, también debemos implicar las emociones. Con las emociones conseguiremos llamar la atención de nuestros interlocutores y haremos que nuestro mensaje sea recordado.

“Si no comunicas no transmites sentimientos, sin estos es imposible liderar a tu equipo”

Se estima que un **75% de la población sufre algún sentimiento de ansiedad y nerviosismo al hablar en público**. Si lo trasladamos al mundo profesional nos encontramos con un problema clave para comunicar eficazmente a un equipo de trabajo, sobre todo si te encuentras dentro de ese 75%.



Para la empresa **es fundamental que sus empleados sepan comunicar con eficacia**, sin problemas añadidos que impidan que el mensaje llegue con claridad. Pero como decíamos al principio, comunicar no solo implica transmitir un mensaje, si queremos que sea útil, debe ir acompañado de la parte emocional que requieren nuestras relaciones con otras personas.

Un paréntesis. Nuestro sistema educativo no ayuda para nada a desarrollar esta habilidad, en ningún momento se fomenta en este país la oratoria, la argumentación y el intercambio de ideas. Algo que se debería tener muy en cuenta.

El liderazgo actual –con multitud de canales de comunicación e interferencias- **implica en gran medida conectar con el equipo**. Esto no lo consigues de ninguna manera si te limitas a transmitir órdenes y a juzgar dependiendo solo del resultado de la tarea, recompensa o castigo.

Nadie enseña a nadie a ser jefe, cierto, al menos en el mundo cotidiano de la empresa, pero sin embargo es absolutamente necesario conseguir ese nivel de implicación en la comunicación. Básicamente **nos podemos centrar en 5 aspectos que nos pueden ayudar** a encontrar ese nivel mínimo de desarrollo de la buena comunicación.

- **Usa los sentimientos.** No comuniques solo con la razón, esta solo lleva al mundo de los resultados fríos. No es malo transmitir emociones y sentimientos en tu mensaje, llegarás mucho más lejos en la conexión con los demás. Si no crees en lo que estás diciendo, si no estás convencido de tu mensaje, de poco servirán tus palabras. **Las cosas que además de entenderlas las sentimos, solemos no olvidarlas.**
- **Sé concreto, todo no es importante.** Estamos en un mundo donde sobran las fuentes de comunicación y continuamente estamos siendo bombardeados por diferentes canales en nuestro entorno, todos sabemos de todo. Centra una **“idea única” e impacta** con ella a tu equipo, no te andes por las ramas, el tiempo es importante, el tuyo y el de los demás.

La UPRL informa

- **Construye una historia con tu mensaje.** Si lo que quieres transmitir no es posible resumirlo en una historia de 5 minutos, es que no tiene contenido. Además, no olvides que debes tener un buen comienzo, como toda buena historia, y por supuesto un final, una conclusión.
- **Usa el sentido del humor.** No lo olvides nunca, transmites también tu estado de ánimo, si estás enfadado o preocupado o alegre o enfermo. Nuestro **mensaje no es lo que dices, sino cómo lo dices**, el lenguaje no verbal es fundamental en tu comunicación. Lo importante no es lo que dices, sino como lo interpreta tu equipo.

- **Busca siempre la complicidad.** Pregunta, haz que sean cómplices de tu mensaje. No te sientas el único protagonista de la historia, porque entonces solo será tu historia, no será la historia de nadie más.



No es necesario complicarse mucho la vida, empieza por llevar a la práctica estas cinco recomendaciones en tu trabajo del día a día. Después podrás perfeccionar tu comunicación con la práctica y sobre todo el “feedback” de tu equipo. **Ellos te ayudaran a mejorar si los sabes escuchar.**

Fuente: Prevención integral