

INTRODUCCIÓN

El cuerpo funciona como instrumento de expresión y comunicación humana. Muchas de las formas de comportamiento o expresión corporal que realizamos son independientes de nuestra voluntad, sin embargo, esto no significa que no constituyan un vehículo de comunicación con los demás. Por ello, debemos controlar nuestro cuerpo al igual que controlamos y cuidamos el discurso oral y escrito.

DESARROLLO

La comunicación no verbal tiene que ver con gestos, sonidos, movimientos y otros elementos paralingüísticos, o sea, que suelen acompañar al uso del lenguaje verbal para matizarlo y encauzarlo.

El lenguaje no verbal cumple multitud de funciones. Por lo general, existe una interdependencia entre lo que decimos y lo que expresamos con el cuerpo, pero se dan situaciones en las que la comunicación no verbal tiene más significado que el lenguaje oral.

La regulación suele ser la función más usual y permanente, especialmente en situaciones interpersonales, como la conversación, en la cual todo un repertorio de gestos regula el curso de la misma, aunque no seamos conscientes de ello. La repetición, en algunas ocasiones el lenguaje corporal replica al verbal, reafirmando y potenciando de esa manera el mensaje lingüístico. El refuerzo es parecida al anterior, pero levemente distinta, esta función de la comunicación no verbal es una suerte de correlato de lo que son los signos de admiración en el lenguaje escrito. La contradicción, al ser el mensaje gestual incongruente con el lingüístico, le resta fuerza a este último y lo torna poco creíble, confiable o verosímil. La complementación es en alguna medida opuesta a la anterior y parecida a la de repetición, pero sutilmente distinta, se

produce cuando la conducta verbal amplifica o complementa al mensaje lingüístico. La sustitución se produce cuando el lenguaje no verbal sustituye al verbal, en una suerte de momentáneo "díjalo con mimica", el conocido juego infantil.

La postura constituye la principal expresión corporal que se debe trabajar. Es fundamental situarse a la misma o mayor altura que el público u oyente, debemos situarnos firmes y erguidos, del mismo modo, el orador debe mostrar vida, y la vida reside en el movimiento natural, y lo más importante, no dar la espalda al público.

A simple vista puede resultar algo no muy importante, sin embargo independientemente de los gustos de vestimenta de cada persona, es fundamental cumplir un protocolo de indumentaria adecuado, entre las que se incluyen acudir especialmente aseados y pulcros, con ropa cómoda, sin sobrecarga de complementos, con un peinado que no implique tocarse el pelo a cada rato y un calzado seguro y cómodo.

CONCLUSIÓN

Un buen orador, lo mismo que un buen actor, debe tener un buen control del espacio físico en el que se mueve, sabiendo utilizar de forma voluntaria y adecuada sus movimientos y su aproximación o alejamiento del público, con el fin de dotar su discurso de la mayor eficacia comunicativa.