

A young child with light-colored hair is shown in profile, blowing bubbles. The background is a soft, greenish-yellow color with many bubbles floating around. The child's face is lit up with a smile, and their mouth is open as they blow. The overall mood is joyful and carefree.

# Jerarquía de las Necesidades y Barreras en la Comunicación

LIC. MA. GUADALUPE DÍAZ CÁRABES



## INTRODUCCIÓN

- El presente trabajo práctico se divide en dos partes, la primera es una aplicación de la Teoría de la Jerarquía de las Necesidades de Maslow en la vida diaria y la segunda es una selección de las barreras comunicacionales.



## Pirámide de Maslow





## NIVELES DE COMUNICACIÓN





## JERARQUÍA DE LAS NECESIDADES

- La Teoría de la Jerarquía de las Necesidades de Maslow, forma parte de las teorías de motivación y expresa las necesidades de los individuos ordenándolas dentro de la siguiente pirámide:
- Necesidades de Autorrealización
- Necesidades de Estima y Logro
- Necesidades de Afiliación
- Necesidades de Seguridad
- Necesidades Fisiológicas
- La base de la pirámide muestra las necesidades fisiológicas, es decir, nuestras necesidades vitales o básicas.



- Arriba, se encuentran las necesidades de seguridad; las personas necesitan tener seguridad en su trabajo (por ejemplo, contrato indefinido) y sentirse protegidas en el lugar donde viven.
- Siguiendo el orden ascendente, encontramos la necesidad de afiliación o aceptación dentro de un grupo.
- Y finalmente, en la parte superior de la pirámide, están las necesidades de estima y logro, es decir, sentirse querido, apreciado y ser reconocido por los demás; y la necesidad de autorrealización, ya sea como persona o profesionalmente.



- Quizá las actividades de mayor importancia no son necesariamente las que ocupan mayor parte del tiempo, ya que hay actividades de gran importancia pero que todavía no empezamos a llevar a cabo, como lo son las actividades extra programáticas o cualquier actividad de recreación.



## BARRERAS EN LA COMUNICACIÓN

- *"Quizás la habilidad más importante que debería ser enseñada a todas las personas es la capacidad de ver, escuchar y comprender realmente a los otros"*
- La comunicación se da en toda relación humana, ya que el lenguaje es una necesidad vital dentro de cualquier grupo. Están conformadas por todo un conjunto de hábitos y actitudes que la hacen compleja y la clasifican en diversos tipos.



- Esto ha llevado a que las comunicaciones sean estudiadas y practicadas desde antiguas épocas; los filósofos griegos, como Sócrates, consideraban el diálogo como parte importante de sus vidas y gracias a los debates iban adquiriendo conocimientos, los que eran sinónimo de felicidad.



- Las comunicaciones cuentan con componentes básicos, como el emisor (persona que habla, escribe o se comunica con gestos); receptor (persona que escucha, lee, observa los gestos e interpreta lo que el emisor le entrega); canal (medio o vehículo por el cual se transporta el mensaje) y mensaje (contenido de lo que se quiere comunicar)



- Pero las comunicaciones no están formadas sólo por estos componentes, también se deben tener en cuenta los gestos, la entonación de las palabras, la expresión corporal, etc., es decir, entra en juego la comunicación no verbal.



- Debido a que esta serie de componentes no siempre se aplican, o no se emplean correctamente, los mensajes se distorsionan y por ende, no se logra una buena comunicación. Cuando llegamos a este punto nos encontramos con las llamadas "barreras de la comunicación".



- Observando la forma en que me comunico con los demás, pude notar varias barreras que me impiden tener una comunicación fluida con los demás, a pesar de que estas barreras no son tan frecuentes. Pero la comunicación no se dificulta sólo por mi culpa, sino que también los demás tienen barreras en su forma de comunicarse.



- Teniendo en cuenta la clasificación de las actividades que realizo cotidianamente puedo detectar cuales son mis barreras en la comunicación, cuales son las más importantes dentro de mis quehaceres diarios, me puedo dar cuenta donde están mis mayores necesidades donde encuentran en la base de la pirámide de Maslow, es decir, necesidades fisiológicas o vitales etc.



- Claro que quizá no las siento como "necesidades", ya que puedo considerar que llevo una buena alimentación y no me desvelo, entonces más bien, creo que debo mantenerme así para que estas actividades importantes no se transformen en una necesidad.



- Del resto de las actividades que considere importantes en mi vida diaria sí las veo como necesidades, me llevarán a que siempre voy a estar fijando metas que me ayuden a realizarme como persona y el hecho de que me guste conocer gente, me va a llevar a estar buscando personas nuevas con las cuales tratar. Estas necesidades son muy difíciles de satisfacer, ya que al momento de pasar una meta, aparecen otras y es ahí donde está el crecimiento personal.



## CONCLUSIONES

- Lo primero que puedo concluir al notar mis barreras comunicacionales, es descubrir como me expreso mejor; escribiendo que hablando?. Tal vez sea porque escribiendo me puedo equivocar mil veces y puedo corregir hasta que quede bien?, en cambio al hablar hay que tratar de hacerlo bien la primera vez para evitar confusiones y malos entendidos?. Además tal vez descubra que escribiendo, me cuesta menos encontrar las palabras adecuadas para expresarme?.



- En definitiva me puedo dar cuenta de que "creo que me cuesta entablar una conversación y mantenerla"
- Lo anterior sólo son suposiciones para que cada persona haga su propio análisis.
- Para solucionar este problema deberé releer las técnicas para mejorar la comunicación, concentrarme más en mejorar los errores y cumplir lo que me estoy proponiendo ahora.



- Algo más general sería decir que, así como yo, todas las personas tienen barreras que le impiden establecer una buena interacción y si cada uno analizara la forma en que se comunica, se evitarían muchos problemas y malos entendidos, y no se perdería tiempo en discusiones innecesarias.
- Esto haría más fácil poder hacer un análisis de la forma de comunicación y darse cuenta de las fallas en MI comunicación.



- También es fácil proponerse cambiar y decir que vamos a hacer esto o lo otro por mejorar.
- Lo difícil está en cumplir lo que nos proponemos y dar el gran salto que hay entre las palabras y los hechos; hace falta tener fuerza de voluntad para comenzar a cambiar uno primero y luego ayudar a los demás a que cumplan lo que se proponen, es decir, se necesita trabajo en equipo



## BIBLIOGRAFÍA

- Jerarquía de las necesidades y barreras en la comunicación.
- Barreras en la comunicación Psicosociología.
- Teoría de Maslow.
- Trabas comunicativas: distracción, falta de vocabulario, ...