



# RELACIONES INTERPERSONALES

## LENGUAJE NO VERBAL Y PARAVERBAL

A fin de que después de la jornada de distanciamiento social las relaciones interpersonales en el aula puedan reestablecerse de forma positiva y sean un vehículo para trabajar otros aspectos relacionados con la comunicación y la expresión de emociones, es necesario reconocer el sentir del Otro, lo que éste dice más allá de las palabras. El lenguaje no verbal y paraverbal nos dará información para aproximarnos a una comprensión de los demás, y en ese sentido crear puentes con qué dirimir diferencias o entablar acuerdos.

**¿QUÉ ES?** Las relaciones interpersonales son el conjunto de actitudes y la red de interacciones que mantienen las personas dentro de un grupo. Nos permiten establecer vínculos de forma positiva con las personas, así sostenemos lazos con ellas e interactuamos para favorecer nuestro bienestar socio afectivo y mental, y también nos permiten concluir vínculos de forma constructiva. En el aula, las relaciones interpersonales son fundamentales si deseamos crear ambientes favorables para el aprendizaje.

**ACCIÓN A REALIZAR** Durante los primeros días después del regreso al aula dedique un tiempo a observar las conductas de sus alumnos mientras se comunican entre sí. Recuerde que el lenguaje verbal va acompañado de elementos no verbales y paraverbales que refuerzan o contradicen lo que se dice mediante las palabras, y que también comunican sensaciones, pensamientos y sentimientos de forma espontánea.



## 1 IDENTIFIQUE.

Observe las conductas atípicas que puedan presentarse en el grupo. Por ejemplo, reacciones emocionales impulsadas por la ira, amenaza, enojo y también tristeza, abatimiento e incluso miedo o congoja. Es normal que tengamos este tipo de emociones, debe observar si son frecuentes para entonces comenzar un proceso de identificación de señales de alerta.

## 2 ACTÚE.

1. Identifique a quienes de forma constante se comuniquen con un lenguaje atípico, use una bitácora para llevar un registro. Considere que en este caso el contenido de la comunicación verbal, es decir, lo que dicen, no es tan relevante, por lo que puede estar a una distancia en la que no interfiera. Ponga atención en los gestos y movimientos faciales, el uso del espacio y las distancias para comunicarse; el tono, volumen y velocidad de la voz, la posición del cuerpo e incluso si hay algún sonido gutural.

2. ¿Cuándo determinar una señal de alerta? Observe si las señales comunicativas del lenguaje no verbal y paraverbal van en aumento y lanzan una alerta roja, por ejemplo: poco o nulo respeto por el espacio y la distancia, tensión muscular acompañada de manoteos o golpes en el piso con los pies, posición del torso muy echado hacia adelante (desafiante) o hacia atrás (intimidado), tono y volumen de voz muy alto o bajo.

3. Convoque a una sesión individual al estudiante, consulte con él cuál es su sentir. Escuche atento y, a partir de lo que le comente, proponga soluciones con la finalidad de cambiar en el aula aquello que pueda ser posible. Enfatique la importancia de mantener una comunicación positiva para entablar relaciones interpersonales benéficas para todos.

**Importante:** Busque apoyo profesional si considera que la situación sale de sus posibilidades de controlarla. Dé parte a las autoridades escolares o padres de familia apoyándose en la información recabada en la bitácora.

**RECUERDE** La interacción es la base de toda relación social, por lo que es necesario prestar atención a lo que “nos dicen” nuestros estudiantes con sus posturas, su tono de voz, sus gestos y hasta con sus silencios. En situaciones postraumáticas, como puede ser esta pandemia, debemos estar atentos y escuchar lo que el cuerpo dice y la palabra no. Los adolescentes tienen periodos de silencios, posturas y gestos característicos por lo que no será complicado “leerlos”, sin embargo es necesario que sepa diferenciar mensajes atípicos para entonces encender la alerta roja.

## INFORMACIÓN EXTRA

### ¿Cómo puedo promover las relaciones interpersonales en el salón de clases?

Las relaciones interpersonales están basadas en otras habilidades como la empatía y el autoconocimiento, y valores como la cooperación y la comprensión del bien común. Será en el salón de clases, a partir de la implementación de estrategias como el trabajo colaborativo, que las relaciones interpersonales podrán favorecerse. Es necesario que los estudiantes también sean capaces de identificar sus fortalezas personales, que se reconozcan capaces de brindar a sus compañeros apoyo emocional y se visualicen como parte de una red de apoyo con la que también ellos pueden contar.

**CONOZCA OTROS MATERIALES QUE ANUIES PONE A SU DISPOSICIÓN. LO INVITAMOS A NAVEGAR EN NUESTRO SITIO WEB.**

[IR A SITIO WEB](#)

## FUENTES

**García Requena, F.** (1997). Organización escolar y gestión de centros educativos. Málaga, España: Ediciones Aljibe.

**Shablico, S.** (2012). La comunicación no verbal en el aula, un análisis en la enseñanza disciplinar. Cuadernos de Investigación Educativa, 3(18), pp. 99-121. [fecha de Consulta 1 de mayo de 2020].