



MARZO DE 2004

1.4 BARRERAS DE LA COMUNICACIÓN.

1. Filtrado. Se refiere a la manipulación de la información por el emisor, de manera que sea considerado desde una perspectiva más favorable por parte del receptor. Se dice lo que el otro quiere oír.
2. Percepción selectiva. Los receptores en el proceso de comunicación ven y escuchan selectivamente, con base en sus necesidades, motivaciones, experiencia, antecedentes y otras características personales. Los receptores también proyectan sus intereses y expectativas cuando decodifican la comunicación. Las personas oyen lo que quieren.



3. Emociones. El estado de ánimo del receptor en el momento de la recepción de una comunicación influirá en la forma como la interprete.



4. Falta de planeación.
5. Suposiciones no aclaradas.
6. Distorsión semántica.
7. Mensajes mal expresados.
8. Diferencias de idiomas, culturas y costumbres sociales.



9. Pérdidas por la transmisión del mensaje.
10. Retención deficiente.



MARZO DE 2004

11. Falta de atención y evaluación prematura de las ideas.
12. Desconfianza, amenaza y temor.
13. Sobrecarga de información.
14. Tener objetivos contradictorios.
15. Lugar o momento poco apropiados.
16. Estados emocionales que perturban la atención, la comprensión y el recuerdo de los mensajes.
17. Acusaciones, amenazas i / o exigencias.
18. Preguntas con recriminación.
19. Declaraciones del tipo "tendrías que..."
20. Inconsistencia, incoherencia o inestabilidad de los mensajes.
21. Cortar la conversación.
22. Etiquetar.
23. Generalizaciones del tipo "siempre" o "nunca".
24. Consejo prematuro y no pedido.
25. Utilización de términos poco precisos.
26. Juzgar los mensajes del interlocutor.
27. Ignorar mensajes importantes.
28. Interpretar y "hacer diagnósticos de personalidad".
29. Disputa sobre diferentes versiones de sucesos pasados.
30. Justificación excesiva de las propias posiciones.
31. Hablar "en chino".
32. No escuchar.





MARZO DE 2004

ESCALA DE ASERTIVIDAD

Rathus - 1973

Esta escala tiene como objetivo evaluar el comportamiento social autoafirmativo de la persona. La persona asertiva es aquella persona capaz de expresar sentimientos, actitudes, deseos y opiniones de un modo adecuado a cada situación social que se le presente, respetando esas conductas en los demás y resolviendo de modo adecuado los posibles problemas que surjan.

Indica mediante las respuestas apropiadas, hasta que punto te describen o caracterizan cada una de las afirmaciones que te mostramos a continuación.

Respuestas:

V-->Verdadero

F --> Falso

Nº	Preguntas	V	F
1	Mucha gente parece ser más agresiva que yo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	He dudado en solicitar a aceptar citas por timidez	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	Cuando la comida que me han servido en un restaurante no está hecha a mi gusto me quejo al camarero	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	Me esfuerzo en evitar ofender los sentimientos de otras personas aun cuando me hayan molestado	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	Cuando un vendedor se ha molestado mucho mostrándome un producto que luego no me agrada, paso un mal rato al decir NO.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	Cuando me dicen que haga algo, insisto en saber por qué	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7	Hay veces en que provoco abiertamente una discusión	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8	Lucho, como la mayoría de la gente, por mantener mi posición	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9	En realidad, la gente se aprovecha con frecuencia de mí	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10	Disfruto entablando conversación con conocidos y extraños	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11	Con frecuencia no se que decir a personas atractivas del otro sexo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12	Rehuyo telefonar a instituciones y empresas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13	En caso de solicitar un trabajo o la admisión en una institución preferiría escribir cartas a realizar entrevistas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14	Me resulta embarazoso devolver un artículo comprado	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15	Si un pariente cercano o respetable me molesta, prefiero ocultar mis sentimientos antes que expresar mi disgusto	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16	He evitado hacer preguntas por miedo a parecer tonto	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



MARZO DE 2004

- | | | |
|--|--------------------------|--------------------------|
| 17 Durante una discusión, con frecuencia temo alterarme tanto como para ponerme a temblar | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 18 Si un eminente conferenciante hiciera una afirmación que considero incorrecta, yo expondría públicamente mi punto de vista | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 19 Evito discutir sobre precios con dependientes o vendedores | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 20 Cuando he hecho algo importante o meritorio, trato de que los demás se enteren de ello | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 21 Soy abierto y franco en lo que respecta a mis sentimientos | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 22 Si alguien ha hablado mal de mí o me ha atribuido hechos falsos, lo/la busco cuanto antes para dejar las cosas claras | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 23 Con frecuencia paso un mal rato al decir NO | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 24 Suelo reprimir mis emociones antes de hacer una escena | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 25 En el restaurante o en cualquier sitio semejante, protesto por un mal servicio | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 26 Cuando me alaban con frecuencia, suelo desconfiar y no se que responder | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 27 Si dos personas en el teatro o en una conferencia están hablando demasiado alto, les digo que se callen o que se vayan ha hablar a otra parte | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 28 Si alguien se me cuela en una fila, le llamo abiertamente la atención | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 29 Expreso mis opiniones con facilidad | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 30 Hay ocasiones en que soy incapaz de decir nada | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |