

Teoría de la comunicación humana

DR. IÑIGO OCHOA DE ALDA
UNIVERSIDAD DEL PAÍS VASCO
Inigo.ochoadealda@ehu.eus

AXIOMAS DE LA COMUNICACIÓN

Propiedad básica de la comunicación que encierra
consecuencias interpersonales básicas.

TEORÍA DE LA COMUNICACIÓN HUMANA

Grupo de Bateson, estudio del lenguaje de la esquizofrenia. Estudiando la interacción que se daban en las familias de esquizofrénicos.

Su intención era descubrir estilos interaccionales que permitieran entender el origen de la esquizofrenia.

Aplicaron a las relaciones humanas unas teorías como la de los tipos lógicos, la teoría general de los sistemas, y desarrollaron lo que se llamó la Teoría de la Comunicación.

El libro de Watzlawick, Jackson y Halle plantean que la comunicación humana tiene una serie de características y axiomas.

TEORÍA DE LA COMUNICACIÓN HUMANA

AXIOMA 1

"ES IMPOSIBLE NO COMUNICAR"

Dicen que siempre estamos transmitiendo información, yo con mis actitudes transmito alguna información. Ej. ¿?

TERAPIA?

Si yo transmito algo con la conducta y el síntoma es generalmente una conducta, entonces el síntoma siempre comunica algo.

El síntoma adquiere las características de mensaje.

Psicoanálisis el síntoma es algo intrapsíquico. Lucha interna entre instancias, apareciendo una fórmula transaccional, que es el síntoma.

No es que todo síntoma sea siempre un mensaje, sino que vamos a tener en cuenta preguntas cómo: ¿Este síntoma puede transmitir algo?, ¿Qué puede estar diciendo esta persona a los demás?....

CONFLICTO PSÍQUICO Vs COMUNICACIÓN

AXIOMA 1

NO LE DIJE NADA Y SE PUSO COMO UN LOCO

Es imposible no comunicar, pero ante el intento de no comunicar...

- a) Rechazar
- b) Aceptar
- c) Descalificar
- d) Síntoma (Perfecto si te lo crees...)

Síntoma= Mensaje no verbal

CUANDO ALGUIEN NO HABLA, ESTÁ DICIENDO ALGO.. EN ESE MOMENTO ¿CÓMO NOS SENTIMOS?.... OBSERVAR LO QUE HAY DETRÁS DE NO HACER CASO, DE NO HABLAR, DE COMER A PESAR DEL DAÑO O DE LAS CONSECUENCIAS....

TEORÍA DE LA COMUNICACIÓN HUMANA

AXIOMA 2

"LA COMUNICACIÓN TIENE DOS ASPECTOS:
UNO DE CONTENIDO Y OTRO DE RELACIÓN"

En el nivel informativo transmitimos "INFORMACIÓN".

yo estoy metiendo la chapa sobre la teoría de la comunicación humana.

En el nivel conativo transmitimos "RELACIÓN".

No hay tarima, ni hábito, ni regla de madera...relación simétrica.

Por un lado atenderemos a lo que se dice, pero como definen la relación?

TERAPIA?

¿A qué juegan estos dos? ¿Quién manda? ¿Y en las peleas, quién domina?.

Es primordial lo Relacional, porque nos va a definir la relación. Ej. ¿?

Axioma 2

Variaciones posibles

1. **Contenido y Relación : Acuerdo**

LO QUE DIGO Y CÓMO LO DIGO ME LO ACEPTAN

2. **Contenido: Desacuerdo / Relación :Acuerdo.**

NO ESTOY DE ACUERDO PERO ACEPTO TU OPINIÓN

Acuerdan estar en desacuerdo, Relación Madura

3. **Contenido. Acuerdo / Relación: desacuerdo**

ME PARECE BIEN LO QUE DICES PERO NO CÓMO..

Ej. Padres con acuerdo en como educar a su hijo y desacuerdo en su relación → que pasa si el hijo sale???

4. **Contenido y relación en desacuerdo**

NO ME PARECE BIEN NADA....

Axioma 2

- **Confusión** entre contenido y relación:

Intentar resolver el desacuerdo en otro nivel

a) Desacuerdo : Contenido ► Intento de solución: Relación

“ Si me amaras, no me contradecirías ”

b) Desacuerdo : Relación ► Intento de solución: Contenido.

Para resolver metacomunicar... **HABLAR DE LO QUE OCURRE, PONERMO ENCIMA DE LA MESA...**

TEORÍA DE LA COMUNICACIÓN HUMANA

AXIOMA 3

"LA NATURALEZA DE LA RELACIÓN DEPENDE DE LA PUNTUACIÓN DE LAS SECUENCIAS DE COMUNICACIÓN DE LOS COMUNICANTES"

La lógica Aristotélica nos legó la "CAUSALIDAD LINEAL": Antes y Después, lo que empieza primero es la causa de lo segundo. Atribución de Responsabilidad y CULPA

"PUNTUACIÓN DE LA SECUENCIA DE LOS HECHOS"

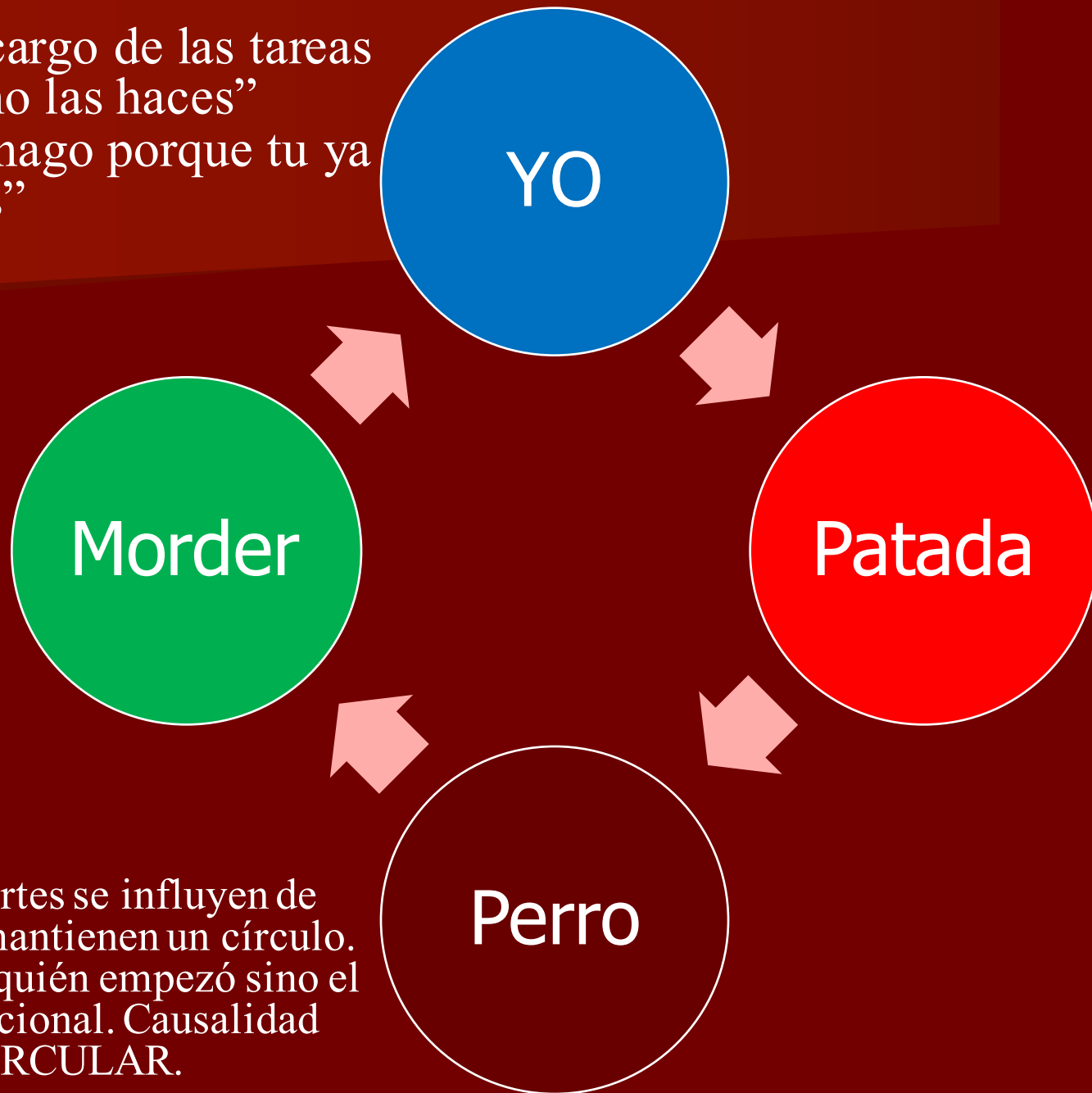
TERAPIA?

No interesa quién empezó, sino el juego relacional. Aplicar una CAUSALIDAD CIRCULAR.

La actitud de uno potencia la del otro, y esta es a su vez potenciada por la del otro, entrando en un circuito en la que causalidad es circular.

La posición del terapeuta ha de ser neutral. Teniendo en cuenta la responsabilidad en excepciones

P: “Me encargo de las tareas porque tú no las haces”
O: “No lo hago porque tu ya te encargas”



Ambas partes se influyen de forma que mantienen un círculo. No interesa quién empezó sino el juego relacional. Causalidad CIRCULAR.

- Ambos contribuyen a que todo siga igual.
- Reaccionamos y condicionamos la conducta del otro (Circularidad).
- ¿ Como estoy influyendo yo en que la otra persona se comporte así?

AXIOMA 3

Conflictos:

1. Cuando uno no cuenta con la misma información, pero el otro no lo sabe. Ej. Carta que no llega
2. Convicción de que solo hay una realidad: el mundo tal y como yo lo veo, el resto de visiones son irracionales o de mala voluntad. Ej. Eructo en las distintas culturas
3. Discusiones: Causa-efecto
4. Profecía autocumplida: conducta que provoca en los demás la reacción frente a la cual esa conducta sería reacción adecuada.

TEORÍA DE LA COMUNICACIÓN HUMANA

AXIOMA 4 "TIPOS DE COMUNICACIÓN DIGITAL Y ANALÓGICO"

EL lenguaje digital es más claro, estructurado, abstracto y manipulable.

El lenguaje analógico es más ambiguo "yo no quise decir eso", más difícil de controlar pero más difícil de engañar. Transmite el aspecto relacional de la comunicación.

METACOMUNICACIÓN: Hablar de la comunicación (clínica), cuando un mensaje digital dice cómo hay que entender otro mensaje digital, o como hemos visto el mensaje analógico dice cómo entender un mensaje digital.

TERAPIA?

Qué nos dice el lenguaje analógico? Dónde se sienta? Tono? Gestos?...Por qué?

Observar la congruencia o la **incongruencia** de los tipos de comunicación. Como en la esquizofrenia, padre con una amenaza que no cumple... **Comunicación Distorsionada**.

Menos problemática es la **Contradicción**. No hay congruencia entre dos mensajes digitales.

AXIOMA 4

COMUNICACIÓN DIGITAL Y ANALÓGICA

Digital

- Lenguaje verbal
- No hay semejanza entre palabra y objeto.
- Aspecto de información de la comunicación
- Manipulable. ³³ "No quise decir eso."
- Influencia 7% del mensaje total.

Analógico

- Leguaje no verbal
- Mas arcaico
- Semejanza con lo que representa
- Aspecto relacional de la comunicación
- Difícil de engañar
- Influencia 93% del mensaje total

Para poder comunicar acerca de la comunicación...

METACOMUNICACIÓN

AXIOMA 4

Cuando las personas se comunican entre sí, en su necesidad de integrar ambos

lenguajes deben **traducir** constantemente lo digital a lo analógico, y viceversa, operación en la cual se pierde mucha información

Errores de "traducción" entre el material analógico y el digital:



1) Error al traducir lo analógico a lo digital (Digitalización):

- Muchas interpretaciones posibles y a menudo incompatibles condicionadas por la relación

Ej. Regalo/ sudor en un interrogatorio

2) Error al traducir lo digital a lo analógico (Simbolización)

- Cuando se hace difícil hablar de una relación a nivel digital, se hace de forma analógica

Ej. Discusión...me levanto y me voy

ATENCIÓN

- CONGRUENCIAS
 - MISMO MENSAJE DIGITAL Y ANALÓGICO
- AUTO-CONTRADICCIONES
 - DIFERENTES MENSAJES DIGITALES
- INCONGRUENCIAS
 - DIFERENTE MENSAJE DIGITAL Y ANALÓGICO

TEORÍA DE LA COMUNICACIÓN HUMANA

AXIOMA 5

“LOS INTERCAMBIOS DE COMUNICACIÓN SON SIMÉTRICOS O COMPLEMENTARIOS, SEGÚN ESTÉN BASADOS EN LA IGUALDAD O EN LA DIFERENCIA”

Hay **relaciones simétricas**, en donde los dos están al mismo nivel. Tienden a igualar sus conductas (competitividad).

Hay **relaciones complementarias**, en donde uno complementa al otro, uno superior y otro inferior.

DEFINICIÓN DEL SELF DEL OTRO

Confirmación: Te valoro, acepto, reconozco

Desconfirmación: Anulación del otro

Rechazo: No acepto algo concreto del otro

ESCALADA SIMÉTRICA: Dos confirmados, pero predomina el *Rechazo* y cada vez va “in crecento”. Escalada simétrica basada en el rechazo / basada en la igualdad.

COMPLEMENTAREIDAD RÍGIDA: Dos polos extremadamente rígidos.

AXIOMA 5

Los intercambios comunicacionales son simétricos o complementarios según estén basados en la igualdad o en la diferencia

- Interacción simétrica: igualdad.
- Interacción complementaria: Diferencia, uno complementa al otro.
- Lo sano es que puedan ir cambiando.

A
↓
B

B
↓
A

A → B

AXIOMA 5

RELACIONES SIMÉTRICAS:

- Relación simétrica sana: Respeto, confianza, confirmación recíproca
- Relación simétrica derrumbada: Rechazo del otro, escalada simétrica.

RELACIONES COMPLEMENTARIAS:

- Complementaridad rígida: no flexible para cambiar de tipo de relación. Riesgo de desgaste.

ATENCIÓN

- RECONOCIMIENTO DEL SELF DEL OTRO:
 - CONFIRMACIÓN: Confirmo al otro, lo reconozco y estoy de acuerdo con lo que dice.
 - RECHAZO: Reconozco al otro, le acepto pero no comparto lo que dice.
 - DESCALIFICACIÓN: Agradeo al otro no reconociéndolo como interlocutor, lo ignoro tanto a el como a lo que dice.

TEORÍA GENERAL DE LOS SISTEMAS HUMANOS

Su origen es de las teorías de la física que analizaban el funcionamiento de los sistemas y de cómo era la relación de estos con el medio. Algunos autores decidieron aplicar estas teorías a las relaciones humanas.

La referencia es a los sistemas abiertos, es decir, aquellos que intercambian información con el medio y cuyas características vamos a aplicar a los sistemas familiares.

PATRÓN: Estilo o modelo de funcionamiento. Repeticiones y redundancias que se dan dentro de un sistema,

SISTEMA: Conjunto de objetos, sus relaciones y sus atributos.

MEDIO: Conjunto por el que los objetos cuyos atributos cambian afectan al sistema y viceversa.

HAY CIERTAS CARACTERÍSTICAS QUE LOS DEFINEN

TOTALIDAD I

El sistema es algo más que la suma de las partes.

Entender el problema de un individuo, no sólo como individual sino como grupal, ya que está inmerso en un contexto relacional en el que cada uno influye y es influido por los demás, y a su vez todos forman una unidad. **La TOTALIDAD es la familia, que puede ser el contexto relacional**

SUBSISTEMAS

Si cogemos como ejemplo el cuerpo humano, vemos que está compuesto por sistemas diferentes pero interconectados entre sí (sistema muscular, sistema óseo, circulatorio, nervioso, respiratorio...). En la familia hay distintos tipos de subsistemas.

PARENTAL

Quien ejerce las funciones de crianza. Varía en función de la estructura de la familia. Entre las funciones principales destacan: **CUIDADO** (físico y psíquico), **APOYO** (favorecedor del crecimiento), **EDUCACIÓN** y **GUÍA**.

ESTILO EDUCATIVO y JERARQUÍA

TOTALIDAD II

El sistema es algo más que la suma de las partes.

CONYUGAL

Formado por los cónyuges, LA PAREJA. Es el primer subsistema que se crea, es previo a la formación de la familia y sin el que ella no podría darse. Sus funciones principales son: **APOYO** (poder contar con el otro, en el que podemos depositar confianza..), **COLABORACIÓN** (en las decisiones, proyectos, deberes...) y **SATISFACCIÓN MUTUA** (dar respuesta adecuada a las necesidades y expectativas). Formar un equipo compacto que sabe preservar sus espacios, para que aquello que fue el origen de la familia actual siga vivo.

LÍMITES – SALTOS TRANSGENERACIONALES – CONFUSIÓN CON LO PARENTAL

FRATERNAL

Formado por los hermanos o hijos. Sus funciones son **COLABORACIÓN**, **COMPETICIÓN** y **APOYO**. Apoyo y Colaboración serían lo mismo que en el resto de subsistemas. La competición ayudará a desarrollar habilidades entre hermanos, útiles para la socialización, como la negociación entre iguales, empatía, asertividad...

FAVORECER

RETROALIMENTACIÓN I

Morfogénesis (Cambio) y Homeostasis (Estabilidad)

La necesidad de estabilidad es inherente a cualquier sistema. Necesaria para el equilibrio y así poder funcionar y adaptarse cuando llegue información. Para esta estabilidad el sistema necesita ambas tendencias. Ej: Temperatura del cuerpo.

Cuando la retroalimentación neutraliza homeostáticamente la información externa, hablaremos de Retroalimentación negativa. Ej: El anterior.

Hay ocasiones en las que la información que llega provoca cambios reales en el sistema y por lo tanto debe adaptarse y activar mecanismos para el cambio, los llamaremos Retroalimentación positiva. Ej: Pubertad.

Organismo, Individuo y en la Familia hay ciclos, en los que el equilibrio entre cambio y estabilidad es necesario.

RETROALIMENTACIÓN II

Morfogénesis (Cambio) y Homeostasis (Estabilidad)

SISTEMA RÍGIDO – RETROALIMENTACIÓN NEGATIVA.

SISTEMA CAÓTICO – RETROALIMENTACIÓN POSITIVA.

SISTEMA FLEXIBLE – EQUILIBRIO ENTRE AMBOS.

REDUNDANCIAS.
REGLAS. ROLES

ESTOS MOVIMIENTOS SE REGULAR MEDIANTE DOS FUNCIONES:

ESCALONAMIENTO

CALIBRACIÓN

EQUIFINALIDAD

No importa tanto la información que entra sino cómo es procesada.

ACONTECIMIENTOS VITALES ESTRESANTES

Cómo es vivido?....Por quién?...En qué momento?

Cómo se ha procesado por el sistema cierta información, cómo han sucedido las cosas a lo largo del ciclo vital?..deberemos introducir el factor tiempo, así como el modo de procesar los acontecimientos.

Hay elementos que por su intensidad pueden bloquear el funcionamiento del sistema, al verse desbordado puede generar mecanismos morfogenéticos para adaptarse de nuevo y generar nuevas reglas..roles y así subsista el sistema. Pero si la solución es ineficaz, el sistema puede generar más morfogénesis, pudiendo llevar al caos...muchas ideas pero inefectivas..no encontrando el equilibrio, llevando al agotamiento y a generar síntomas. En estas situaciones es clara la necesidad de cambio y estabilidad que tiene el sistema. Mucho Cambio = CAOS; Mucha estabilidad = RIGIDEZ.

INTERACCIÓN

TEORÍA DE LOS GRUPOS

TEORÍA DE LOS TIPOS LÓGICOS

PERSISTENCIA

CAMBIO



Elementos y Totalidades

Colecciones de cosas y Clase

- Miembros. Común denominador. Su combinación = Otro miembro.
- Diferentes combinaciones = Resultado
 - Miembro Identidad combinado con otro miembro, mantiene su identidad.
- La existencia del Recíprocos que en su combinación da el miembro identidad

- Miembro y Clase. Clara Jerarquía
- Metacambio. Cambio del Cambio.

CAMBIO 1

CAMBIO 2

DENTRO

FUERA



TEORÍA DE LA COMUNICACIÓN HUMANA

"ES IMPOSIBLE NO COMUNICAR"

"LA COMUNICACIÓN TIENE DOS ASPECTOS: UNO CONATIVO Y OTRO INFORMATIVO"

"LA NATURALEZA DE LA RELACIÓN DEPENDIENDO DE LA PUNTUACIÓN DE LAS SECUENCIAS DE COMUNICACIÓN DE LOS COMUNICANTES"

"TIPOS DE COMUNICACIÓN DIGITAL Y ANALÓGICO"

"LOS INTERCAMBIOS DE COMUNICACIÓN SON SIMÉTRICOS O COMPLEMENTARIOS, SEGÚN ESTÉN BASADOS EN LA IGUALDAD O EN LA DIFERENCIA"

TEORÍA GENERAL DE LOS SISTEMAS HUMANOS

TOTALIDAD

El sistema es algo más que la suma de las partes.

SUBSISTEMAS

RETROALIMENTACIÓN

Morfogénesis (Cambio) y Homeostasis (Estabilidad).

TIPO DE SISTEMA. ESCALONAMIENTO Y CALIBRACIÓN.

EQUIFINALIDAD

No importa tanto la información que entra sino cómo es procesada.

RELACIONES Y CAPACIDADES

TEORÍA DE LOS GRUPOS

TEORÍA DE LOS TIPOS LÓGICOS

PERSISTENCIA

CAMBIO



Elementos y Totalidades

Colecciones de cosas y Clase

- Miembros. Común denominador. Su combinación = Otro miembro.
- Diferentes combinaciones = Resultado
 - Miembro Identidad combinado con otro miembro, mantiene su identidad.
- La existencia del Recíprocos que en su combinación da el miembro identidad

- Miembro y Clase. Clara Jerarquía
- Metacambio. Cambio del Cambio.

CAMBIO 1

CAMBIO 2

DENTRO

FUERA

