



5

CAPACIDAD DE COMUNICACION

Introducción

La comunicación es el medio seguro de mejorar la calidad de convivencia fraterna y amistosa tanto en la familia como en la Fraternidad.

La comunicación es un medio de establecer relaciones personales. Cuanto más profundo sea el nivel de nuestra comunicación más profundas serán nuestras relaciones interpersonales.

El ser humano es un ser que se realiza viviendo en relación con otros. Si la comunicación es el medio de establecer y profundizar nuestras relaciones interpersonales, es obvio que nos interesa trabajarla. Y tanto más, cuanto más nos interesen las personas con quienes vivimos en relación, como puede ser nuestra familia o la Fraternidad.

Objetivo:

Reafirmar el valor de la comunicación para crecer juntos

CAPACIDAD DE COMUNICACIÓN

Un profesor de antropología solía comenzar sus clases con esta frase: ‘No hay dos, pues tampoco hay uno’. De esta forma introducía el estudio de la persona como **ser social**, como ser llamado y necesitado de relación con los otros. En esta relación ocupa un lugar esencial la comunicación.

Hay distintos niveles de comunicación. Hay personas que se comunican muy externamente, se contentan con ver, oír y tocar. Otras comunican sus ideas y opiniones, lo que saben o han leído. Otras no tienen inconveniente en comunicar sus sentimientos, la propia escala de valores e, incluso, el sentido de su vida.

Cuesta comunicarse. A veces, porque falta el ambiente adecuado; ciertas cosas no se comunican a cualquiera o en cualquier sitio. Sin embargo, cuando existe una relación estrecha, la comunicación se da con fluidez y en profundidad; en ocasiones, incluso sobran las palabras, basta una mirada, un gesto. Otras veces, la dificultad viene de la falta de lenguaje y de palabras adecuadas. Es el caso de adolescentes y jóvenes a quienes les cuesta comunicar su mundo interior, al tener un léxico muy reducido; comunican más con los gestos y comportamientos que con las palabras.



La comunicación en profundidad exige sinceridad y transparencia, evitando las llamadas *agendas ocultas*, es decir, guardarse algo dentro, distinto a lo que se expresa en palabras. Supone también respeto a la persona del otro, aceptar al otro como es, no como a los demás les gustaría que fuera.

Diversas actitudes en la comunicación

Hoy día se alude a distintas actitudes que pueden presidir la comunicación entre las personas. Se han de tener en cuenta en la relación y comunicación dentro del grupo, con otras personas, y también cuando tenemos la responsabilidad de la animación de un grupo, sobre todo cuando hay un problema de por medio.

- **Actitud valorativa.** Consiste en valorar, enjuiciar una situación, aplicando una serie de normas: si está bien o mal, si es útil, si es cierta o no, importante o no. Su tendencia es indicar el camino a seguir, qué hay que hacer, cómo se debe actuar.

Esta actitud es directiva, pues se contenta con aplicar un código ya establecido.

- **Actitud interpretativa.** Se tiende a buscar la *clave*, la llave, de lo que sucede al otro: por qué le ocurre. En esta actitud son frecuentes frases como: “Yo pienso que... De ahí deduzco... Lo que te ocurre es que...”. No se deja que el otro haga su propia interpretación y se le impone una desde fuera.

Con esta actitud se puede manipular fácilmente al otro.

- **Actitud exploratoria.** Trata de obtener datos. Pregunta los porqués, cuándo, dónde, cómo, etc. Investiga al otro. Uno toma la dirección del caso del otro, buscando pistas y hallando por sí mismo la solución.

Esta actitud puede constituir una amenaza para el otro o para el grupo.

- **Actitud tranquilizadora.** Se resta importancia al problema del otro y se ofrece ayuda para resolverlo. Para ello comunica su propia experiencia en casos parecidos.

Esta actitud favorece la dependencia del otro o del grupo, ya que despierta la confianza en el otro o animador del grupo y no tanto en uno mismo.

- **Actitud comprensiva.** Se trata de captar el sentimiento del otro. Una vez captado se le va manifestando para que éste vea que alguien se pone en su lugar. De esta forma, el otro toma confianza y adopta una postura activa para resolver el problema.



Esta actitud no es directiva y favorece la autodeterminación. Por eso, es la más adecuada, como primer paso, para solucionar los problemas. Pero no hay que quedarse en ella, pues ella sola no soluciona los problemas. Hay que pasar a las otras: tranquilizar, explorar, interpretar, valorar.

La comunicación desde la perspectiva cristiana

La comunicación queda fortalecida y gana en profundidad desde la visión cristiana de la vida:

- El otro es *hermano*: la persona con la que me comunico es, como yo, signo y sacramento de la presencia de Dios, posee el mismo Espíritu y es un hermano en Cristo. Esta igualdad y fraternidad radical deshacen cualquier intento de ver al otro como algo diferente, al que no doy ninguna importancia; ni como rival, que despierta en mí sentimientos y actitudes de competitividad o dominio; ni como alguien superior que me humilla, o alguien inferior al que pueda humillar.

- *El otro es compañero de camino.* Desde la fe en Cristo, el otro es también compañero de camino, llamado a compartir conmigo proyectos, realizaciones y metas que nos enriquecen mutuamente, con las que colaboramos en la construcción del Reino.



PARA LA REFLEXIÓN Y DIÁLOGO

1. Se escriben distintas palabras del entorno de los miembros del grupo - por ejemplo, familia, trabajo, amistad, Fraternidad, Dios, justicia, pobres, Iglesia-, y se invita a que cada uno escriba una frase o algunas palabras relacionadas con cada una de ellas, las primeras que le vengan a la mente.

Después, se pone en común y *se evalúan los distintos niveles de comunicación* que aparecen: meramente externa, ideas, sentimientos, valoraciones, sentido de vida.

2. Dibujar en el suelo cinco círculos concéntricos que representen las actitudes posibles en la comunicación con otro: valorativa (V), interpretativa (I), exploratoria (E), tranquilizadora (T), comprensiva (C).

El animador o animadora cuenta un problema de la vida real y los demás le van comunicando lo que piensan sobre el mismo. El animador va colocándose en el círculo correspondiente, según el tipo de respuesta que recibe.

3. La comunicación en profundidad con otra persona requiere... (expresarse)

PARA ORAR

+ La verdadera comunicación nos ayuda a ser hermanos. Ser **hermano** significa:

- Acoger a los demás tal como son, con su falta de madurez, su cortedad, sus limitaciones y sus debilidades.
- Estar dispuesto a escuchar a los demás; ser creativo en su escucha, pues no sólo oye las palabras del otro, sino que conoce su corazón, su incertidumbre, su inseguridad.
- Amar a los demás sin reparar en el valor y sin calcular ganancias para sí.
- Ser paciente y no necesitar de éxito inmediato; permaneciendo al lado de los que se quiere ayudar.
- Conocer la necesidad que hay de proteger al débil, al que le falta madurez, al marginado.
- Aceptar sin egoísmo la falta de recompensa por su trabajo, aun cuando los otros no valoren lo que se hace por ellos o rehusen corresponder a los esfuerzos de quienes desean ayudarlos.
- Estar presente cuando la necesidad apremia.

Porque estamos en comunión con Cristo, nos esforzamos en ser un hermano así, simple y servicial con quienes el Señor ha puesto en nuestro camino; aquellos para quienes debemos ser hermanos de verdad.



(Hno. Charles Howard)

+ Compartimos **en oración** lo que nos exprese el texto del Hno.Charles.

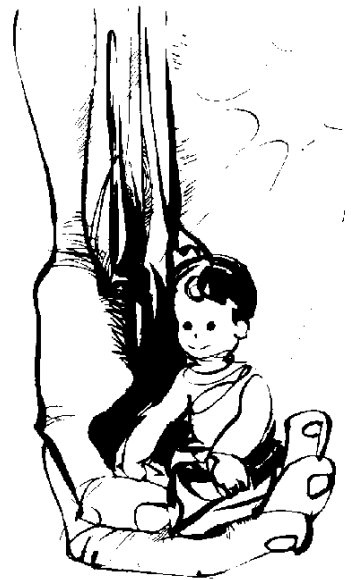
+ **Cantamos:** TU JESUS

Agradecemos al Señor sus gestos de amor a través de la sonrisa y la fraternidad de quienes nos rodean.

Quiero, Jesús,
darte gracias por tu amor.
Quiero cantar
y entregarte el corazón.
Gracias por la vida,
por la libertad,
por cada sonrisa
y la fraternidad.

TU JESUS ME DAS LA PAZ
CONTIGO SOY LIBRE, SEÑOR.
TU JESUS, ME DICES HOY
CONSTRUYE MI REINO DE AMOR.

Te escucharé:
tu Palabra es la verdad.
Te seguiré:
junto a mí siempre estarás.
Gracias por tus dones,
por tu gran bondad,
porque Tú compartes
nuestra humanidad.





PARA DIALOGAR

Ejercicio: Cerrarse a la comunicación

Leer detenidamente los ocho patrones de escucha que son barreras para la auténtica comunicación.

- a) Ver cuáles utilizo con más frecuencia
- b) ¿Con quiénes?
- c) ¿En qué circunstancias?

ALGUNOS PATRONES DE ESCUCHA QUE SON BARRERAS PARA ESCUCHAR PLENAMENTE

1. *La persona que siempre tiene la respuesta acertada*
Siempre tiene que dar buena imagen y controlar la situación. Está demasiado ocupado preparando dentro de sí mismo una respuesta.
2. *El analista*
Está captando y analizando lo que le llega para decirte cómo eres cuando termines de hablar. Está tan obsesionado en psicoanalizarte que no tiene tiempo de escuchar y aceptarte.
3. *El maestro*
Escucha todas las cosas que no sabes y debemos saber. Ansioso por ayudarte. Le es imposible escuchar con el corazón porque está obsesionado en enseñarte. Se coloca en una posición superior.
4. *El que siempre te salva*
Siempre preparando consejos que te levanten el ánimo y te ayuden a ver las cosas por el lado positivo. Se coloca en posición de cuidar de ti en vez de sentir como tú. Necesita satisfacer una afectividad que no ha podido controlar. Disimula lo que está mal. Te mima y adula como a un niño pequeño.
5. *La persona inferior*
No se ve a sí misma como persona que vale. No puede escuchar porque piensa que no tiene nada que ofrecerte. Se coloca en una posición inferior que le impide acercarse al otro.
6. *Los heridos*
Han tenido la esperanza de ser escuchados pero no lo han logrado; por ello no pueden o no quieren escuchar. Están heridos y escogen no dar lo que no han recibido.
7. *La víctima*
Se queja de todo y de todos. Se justifica para cargar las culpas a los otros. Necesita conmover y despertar compasión. Quiere acaparar la atención y esto le impide escuchar. Cree que sólo él tiene problemas. Manipula a los demás al ponerse en plan mártir para tener pendientes de él a los demás.



8. *El perseguidor*

Continuamente hace reproches, ridiculiza, es intransigente. Proyecta su insatisfacción y trata de medirse provocando a los demás. No escucha porque está preocupado de demostrar que es perfecto o lo sabe todo.

PARA PROFUNDIZAR Y ORAR

Comunión

Hno. Charles Howard

En el núcleo del Movimiento Champagnat está la unión de los hermanos y los miembros seculares, nuestra comunión en Cristo, viviendo «con vínculos de amor y de unidad»... «que sean todos uno, Padre, como tú y yo somos uno, para que el mundo crea que tú me has enviado» (*Jn 17,21*). No nos reunimos porque seamos buenos amigos y una excelente compañía mutua; hay algo más profundo: somos cristianos juntos, que compartimos la vida en el Espíritu, y un particular don que hemos heredado, el carisma del san Marcelino.

La comunión, que es el elemento básico de la experiencia cristiana y marista, genera participación; de la participación surge el apoyo y la animación, y así vamos haciendo camino al andar. El Movimiento asegura tiempos para la reunión del grupo, y esos son momentos excelentes para afianzar la identidad y compartir la vida. Tenemos que tener presente, igualmente, que a medida que los grupos vayan avanzando y puedan asumir mayor autonomía a nosotros nos corresponde la responsabilidad de brindarles una presencia fraterna para ayudarles a encarnar el carisma que nosotros custodiamos.



Ya he dicho anteriormente, al hablar de compartir espíritu y vida, que ésta era una dinámica que nos enriquecía mutuamente. El dar y el recibir son recíprocos. Nos beneficiamos tanto los hermanos como los miembros seculares. Muchos entre nosotros han vivido esa experiencia.

Siempre hemos otorgado un gran valor al talante abierto, la amistad, un rostro amable, la sencillez, la compasión, preocupación por los demás... todo lo que va implícito en nuestro espíritu de familia. Ahora tenemos que crear un espacio cordial dentro de nosotros para acoger a los miembros de la familia. Todos: jóvenes, viejos, y menos viejos; cada uno puede contribuir en su medida personal a edificar esa comunión que debe ser el alma del Movimiento Champagnat.

Habrán ocasiones en que será útil y valioso que los grupos se encuentren para compartir sus experiencias. La comunicación es buena para ir construyendo el Movimiento. Tendremos que preparar animadores en las Provincias o a escalas nacionales, y ofrecer otros servicios desde la Administración general. Aunque la mejor forma de avanzar será adaptar las estructuras a las necesidades locales.

No hace falta decir, hermanos, que el Movimiento Champagnat no tiene nada de elitista. Ya os imagináis lo que pensaría el padre Marcelino si así fuera... El Movimiento pone sus posibilidades al alcance de todo tipo de personas en el conjunto del tejido social. Surge como respuesta a las aspiraciones de los hombres y las mujeres de hoy, para enriquecer - como ya hemos venido diciendo - la espiritualidad y el sentido de misión entre los seculares. Llegará un momento en que quizá hayamos

de abrirnos a otras perspectivas eclesiales: ¿puede el Movimiento Champagnat adquirir un carácter ecuménico?

Conviene destacar igualmente que el Movimiento no pretende disuadir a nadie que ya se sienta satisfecho con la forma en que está vinculado a los hermanos. Habrá personas que no aspiran a más. Y hay que evitarles la menor insinuación de que pertenecen a la Familia Marista en grado menor. Por ello, debemos mostrar gran delicadeza y especial sensibilidad al poner en marcha el Movimiento Champagnat. Es fundamental que desde el principio evitemos todo sentido de elitismo, de pertenencia exclusiva, o de minoría selecta. La solución a este problema no se encuentra en ninguna fórmula; subyace en el recto criterio de cada uno, la preocupación y el respeto por todos los que nos acompañan de una manera plural.

Antes he hecho referencia a la comunión en Cristo; y los lazos que estrechan esa unión son más extensos que el Movimiento Champagnat. No estamos impulsando un gueto, sino un grupo que debe sentirse en comunión con la Iglesia. Variarán los estilos de vinculación a tono con las circunstancias, pero tiene que reinar siempre un clima de apertura y colaboración.

- + A la luz del texto del Hno. Charles,
¿cómo crecer en comunicación con las comunidades de Hermanos?
¿cómo potenciar la comunicación con las otras Fraternidades?

- + **Canto:** Hermanitos de María

Hermanitos de María,
damos gracias a Jesús.
Nuestros padres y mayores
nos animan con su luz.

MADRE, MADRE, MADRE MADRE.

Conocemos la alegría
de vivir en comunidad.
La noticia anunciaremos
como el padre Champagnat.

Te pedimos la esperanza,
te pedimos la humildad,
haznos pobres, Madre nuestra,
danos siempre la verdad.

Consagramos nuestras vidas
en las manos del Señor,
al servicio de los hombres
entregamos nuestro don.

