

Paralenguaje: elementos no verbales de la voz



Mireia M. Vega
Directora de Megaron Desarrollo Organizacional

El **paralenguaje** o **lenguaje paraverbal**, lo conforman el conjunto de elementos no **verbales de la voz**. Se refiere a los aspectos no verbales de la comunicación que se utilizan para transmitir significado y proporcionar contexto a las palabras. Esto incluye una amplia gama de elementos sonoros y visuales como el **tono de voz**, el **ritmo del habla**, la **intensidad**, la **risa**, el **suspiro**, y **aspectos físicos como la postura**, los **gestos**, y las **expresiones faciales**. Incluyen también los **sonidos fisiológicos y emocionales**, como son el **llanto** o la **risa**, las **pausas** y los **silencios**.

Cuando nos comunicamos, combinamos el **paralenguaje**, la **comunicación no-verbal** y las **palabras**, ya que son imprescindibles para lograr una comunicación efectiva con la audiencia si se quiere persuadir o ganar su confianza, así como la posibilidad de comprender mejor lo que comunica el interlocutor.



Características del paralenguaje:

- En la comunicación interpersonal, el paralenguaje es fundamental porque complementa el lenguaje verbal y ayuda a llenar los vacíos que las palabras por sí solas no pueden cubrir.
- Aunque el paralenguaje no incluye las palabras en sí, juega un papel crucial en cómo se interpretan los mensajes verbales.
- Ayuda a transmitir emociones, actitudes y cómo debe entenderse un mensaje.
- En el ámbito de la inteligencia artificial y las interacciones hombre-máquina, entender y simular adecuadamente el paralenguaje puede mejorar significativamente la naturalidad y la eficacia de la comunicación.



4 cualidades del paralenguaje:

1. Intensidad

Es la fuerza o energía con la que se habla. **Mientras más alta es la intensidad mayor credibilidad u optimismo se genera.** Del susurro al grito hay un sin fin de intensidades que denotan multitud de emociones y sentimientos. Desde timidez, rigidez, imposición o dulzura, la intensidad es un aspecto vital en el paralenguaje.

2. Tono

El tono de voz es uno de los componentes más ricos e influyentes en la comunicación, puesto que **transmite una amplia gama de significados y emociones más allá de las palabras mismas**. El tono de voz comunica por sí mismo, comunica una amplia variedad de emociones y actitudes, desde la ira hasta la alegría, el sarcasmo, la seriedad o la excitación. La modulación de la voz (cómo se altera el tono) puede intensificar la manera en que se percibe el mensaje verbal. **La voz puede ser grave o aguda**. Los tonos de voz más graves son percibidos como creíbles y atractivos. Los tonos de voz más agudos expresan sentimientos íntimos que pueden indicar nerviosismo y ansiedad.

3. Timbre

El timbre de la **voz es una cualidad que hace que una voz sea única y reconocible**, incluso cuando dos personas hablan con la misma tonalidad y volumen. Es lo que nos permite distinguir entre las voces de diferentes personas. El timbre no se refiere simplemente a si una voz es grave o aguda, sino a la **calidad y el color del sonido producido**. El timbre de la voz determina factores físicos, como la “cara de resonancia”, las cuerdas vocales, movimientos de la cara, entre otros.

4. Duración o velocidad

La duración o velocidad del habla se refiere a la **rapidez con la que una persona pronuncia las palabras durante la comunicación**. Esta característica puede variar significativamente entre individuos y también puede ser ajustada por una persona en diferentes contextos o situaciones comunicativas. La velocidad del habla se mide comúnmente en palabras por minuto (ppm) y **puede influir en cómo se percibe y se entiende un mensaje**. Los estudios afirman que para ser creíbles se tiene que usar una velocidad un poco más rápida al hablar, aunque lo más recomendable es hacer contrastes. Por ejemplo, si se quiere hacer énfasis en algo se puede decir lentamente y luego retomar la velocidad un poco más rápido. El ritmo del habla viene marcado principalmente por la facilidad de palabra, la agilidad verbal y la cantidad de vocabulario conocido.

Conclusión

El paralenguaje es un componente esencial de la comunicación humana que trasciende las palabras que decimos. Afecta profundamente cómo se interpretan los mensajes, la eficacia de nuestra comunicación y la calidad de nuestras interacciones sociales. Ser consciente de nuestro propio paralenguaje y ser capaz de interpretar el de los demás puede mejorar significativamente nuestra habilidad para comunicarnos de manera efectiva y empática.

Si deseas conocer más acerca del tema o darnos a conocer tu opinión escríbenos a contacto@megaron.com.mx, nos encantaría leerte.