GIRONA NOTICIES.COM
+ Periodisme

Las ventajas de hablar con desconocidos

Actualidad Empresarial | 02/02/2022 | 00:00

Desde niños, es muy común recibir órdenes como “no hables con desconocidos” y, efectivamente para muchos, en sus relaciones sociales y de comunicación, esta es una barrera o un prejuicio difícil de superar. Sin embargo, “las personas extrañas o desconocidas son solo amigos que no hemos conocido aún”, según decía el poeta William Butler Yeats.

Transformar desconocidos en conocidos

Tradicionalmente, los encuentros presenciales en actividades diversas, los amigos de otros amigos o el entorno laboral han sido la principal fuente de nuevas conexiones. De esta forma, se establecen relaciones intermediadas por algunas personas en las que ya se había depositado una confianza inicial y que presentan a gente de su entorno y dan a conocer a nuevas personas.

En cualquier caso, incluso en una fiesta con amigos, hay que atreverse a establecer un primer contacto y hay que dar un primer paso de aproximación. Esto siempre ha sido difícil para muchas personas.

Por diversas razones, con el paso del tiempo, muchos sienten que sus relaciones y contactos se van reduciendo sin encontrar reemplazo y que sus oportunidades de conocer personas nuevas son cada vez más escasas. Las personas se sienten cada vez más solas y les cuesta establecer nuevas relaciones significativas de amistad o personales. A esto se une que las habilidades sociales y las destrezas de comunicación se pierden o se “oxidan” si no se practican con regularidad.

Como explica la psicóloga María Luisa Hita Pedrosa, de la plataforma Hablam, “esto no solo les ocurre a las personas más mayores; en realidad, afecta a personas de todas las edades”. El lugar de residencia, el género, las condiciones de vida, salud o la diversidad funcional son algunos de los factores que acentúan el sentimiento de soledad. Por supuesto, la actual pandemia y el necesario distanciamiento social que conlleva han acentuado el problema en todo el mundo.

Aburridos de hablar con las mismas personas de lo mismo

Todas las personas necesitan hablar cada día. “Es algo tan necesario para la salud y bienestar como llevar una dieta saludable o hacer ejercicio con regularidad”, afirma María Luisa Hita. No basta con hablar brevemente del tiempo con el panadero o saludar a los vecinos en el ascensor. Tampoco se trata de hablar siempre de lo mismo con las mismas personas que son conocidos

desde hace años o con los familiares más próximos. Esa práctica resulta algo pesada y aburrida.

Las personas necesitan incorporar regularmente a sus vidas nuevos interlocutores con los que hablar de temas que les interesan. Unas veces más profundos y otras más superficiales. Una charla insustancial puede ser tan satisfactoria como una reflexión profunda o una larga conversación sobre algo importante.

Las personas que utilizan plataformas como Hablam para conversar y relacionarse con gente nueva afirman que les resulta muy estimulante tener que esforzarse en comunicarse con personas desconocidas. Es un reto emocionante, escuchar y ser escuchados por personas afines con las que nunca antes habían hablado y con las que no podrían contactar o encontrarse de otra manera.

El alcance que brindan las nuevas tecnologías, la cada vez mayor facilidad del uso de los dispositivos y la implantación de las videollamadas a escala global como forma de relacionarse a distancia han sido claves en este cambio de percepción y de hábitos. Hoy en día, se puede mantener una conversación con una persona que está al otro lado del mundo, sobre cualquier tema de interés en común, sin que la distancia física suponga un obstáculo.

Personas que nunca podrían encontrarse o conocerse en una fiesta o en un parque se hacen amigas y disfrutan relacionándose por videollamada, aunque quizá no lleguen a verse físicamente nunca. Por supuesto, las relaciones remotas nunca podrán reemplazar totalmente a las relaciones cercanas, a los abrazos o a sentarse en una mesa junto a una persona querida, pero indiscutiblemente contribuyen a reducir el sentimiento de soledad y de aislamiento social.

Hablar con desconocidos a distancia, utilizando plataformas seguras, permite que esos “extraños” dejen de serlo, sencillamente después de un rato de conversación. Hablar y escuchar, cara a cara, a personas reales mediante videollamadas en directo, también permite recuperar destrezas sociales, crecer en autoestima y generar nuevos vínculos significativos que mejoran la calidad de vida y el bienestar emocional.

Autor: Redacció

https://gironanoticies.com/empresarial/165927-las-ventajas-de-hablar-con-desconocidos.htm