

TERESA BARÓ

Autora de «La gran guía del lenguaje no verbal»

## «El nuevo Papa es más llano, espontáneo y con sonrisa más sincera que Benedicto XVI»

«El Príncipe Felipe transmite mayor energía y naturalidad que el Rey»

J. L. ARGÜELLES

La filóloga y especialista en comunicación personal Teresa Baró (Barcelona 1962) practica lo que predica: sonríe con frecuencia, vocaliza bien y ahorra gestos innecesarios. Acaba de publicar «La gran guía del lenguaje no verbal» (Paidós), un texto muy esperado en el que esta colaboradora de «Para todos», programa de La 2, nos descubre los secretos de la comunicación corporal, el poder de los lenguajes que hablan en silencio.

**—A su lado casi da no sé qué hasta mover una ceja.**

—La gente cree que tenemos una bola de cristal, y tampoco es eso. Estamos más acostumbrados a leer los mensajes no verbales de los demás, porque es nuestra profesión, pero no leemos el pensamiento.

**—¿A qué llama comunicación no verbal?**

—A todo lo que no es la palabra. Incluso podríamos incluir el tono de voz, los silencios, determinadas muletillas... Si hablamos de lenguaje no verbal como sinónimo de la comunicación corporal, estamos hablando de todo lo que se ve: el cuerpo, cómo nos vestimos, cómo nos movemos y caminamos, los gestos que hacemos con las manos y la expresión del rostro.

**—¿Ese lenguaje silencioso es interpretable con exactitud o da lugar a la ambigüedad?**

—Hay interpretaciones. Es difícil afirmar que alguien está pensando algo a partir de un solo gesto. Tenemos que ver siempre el contexto e, incluso, conocer a esa persona para saber si se comporta de manera habitual o no. Toda la información que podemos sacar de la comunicación corporal de una persona es la que nos permite decir: «Se siente de esta forma y tiene este tipo de pensamientos». A simple vista es difícil; deberíamos hacer ese estudio con una grabación de vídeo. El ojo humano no es capaz, a veces, de detectar microexpresiones.

**—No entiendo muy bien la relación que establece entre la gestualidad y la felicidad.**

—Buena pregunta en un día como el de hoy (por ayer), que es el primer «Día internacional de la felicidad». Tiene mucho que ver: si somos capaces de interpretar los mensajes de los demás, tendremos más información y podremos adaptarnos mejor a cada situación. Estaremos, por tanto, más cerca de los objetivos. En segundo lugar, puedo controlar mejor mi imagen e influir en los demás; ejercer más influencia en las relaciones perso-

nales. Y además, y muy importante, a través del control del lenguaje no verbal puedo controlar mi estado de ánimo, mis emociones y hasta modificar mi personalidad.

**—Afirma que no hay gesto inocente. ¿Hay siempre una intención?**

—Intención consciente, no, pero todos los gestos se hacen por algo. A veces son inconscientes, aunque no solemos gastar energía en vano. Hay gestos de nerviosismo, de inseguridad... Y los hacemos porque necesitamos adaptarnos a una situación; tienen una utilidad. Lo que ocurre es que no nos favorecen desde el punto de vista de la imagen que queremos transmitir.

**—¿El gesto se aprende?**

—Sí. A veces son defensivos y en otras para relajarnos. Hay un trabajo importante de educación. Nuestros padres, cuando somos pequeños, nos dicen: «No pongas esa cara, no te enfades, sonríe, camina bien, no te muevas de tal manera...». Sabemos que, en parte, los gestos son culturales, resultado de una educación y de un entrenamiento. Hay un componente social. Si no controláramos nuestros gestos y la expresión, sería difícil convivir de manera agradable.

**—¿Cada época tiene su propio repertorio de gestos?**

—Cambian. Hay momentos en los que los hombres eran más refinados, por ejemplo en el siglo XVIII. Ahora vemos a unos adolescentes que apenas tienen control sobre su cuerpo; antes no pasaba, porque los niños tenían que ser más educados, bajar la mirada...

**—¿Por qué relacionamos contención del gesto con educación?**

—No sólo contención, también autocontrol a todos los niveles. La educación nos marca unas pautas de comportamiento: cuándo debemos sonreír o poner una cara neutra. Si vamos a un funeral, sabemos que no podemos reír.

**—¿Nos lo indica el contexto?**

—Así es, y las personas que no saben adaptarse a los contextos suelen tener problemas de relación e, incluso, de aceptación social.

**—¿Por qué la insistencia en reforzar en los demás la capacidad de autoridad y seducción, el carisma. ¿No se puede ser feliz sin responder al concepto social de lo que ha de ser un triunfador?**

—Se puede y yo lo defiendo; cada uno debe ser feliz a su manera. Pongo un ejemplo: la timidez no es negativa si se lleva bien.

**—¿Por qué no puede ser un valor la timidez?**

—En esta sociedad no lo es. Se premia la seguridad, el ser capaz



Teresa Baró, con su libro.

«En España no hay en la primera fila política ningún líder carismático; carecen de habilidades»

de lograr unos retos, el liderar, el éxito; se consideran valores positivos y, en cambio, la timidez o la introversión no se consideran valores positivos, más bien se ven como limitaciones para encontrar trabajo, pareja, amigos.

**—¿Por qué tantos consejos para hacer personas autocontroladas y poco espontáneas?**

—No sé si estoy de acuerdo. Todo es aprendizaje y entrenamiento. Del mismo modo que aprendemos a leer, también lo podemos hacer con el lenguaje no verbal. Ocurre que no nos han enseñado esa gramática. Lo que sabemos es por la educación familiar, por experiencia o por imitación, pero carecemos de las herramientas para manejar ese lenguaje de manera consciente. A partir de aquí, que cada uno haga lo que quiera. Se puede ser muy espontáneo, que, como la naturalidad, surge del control. Un político que no ha trabajado bien el lenguaje no verbal se notará que es artificial; parecen robots, que están cortados por el mismo patrón.

**—¿Quiénes son los líderes españoles que mejor transmiten?**

—Cada uno tiene su estilo. Creo que, al menos en la primera fila, no

hay un líder carismático. No han aprendido desde pequeños esas habilidades. En cambio, tenemos un Obama que ha hecho horas y horas de entrenamiento, de discursos, para conseguir esa naturalidad.

**—¿El Rey Juan Carlos es un buen comunicador?**

—Es lógico que todos los miembros de la Casa Real estén siempre contenidos. Quizá los gestos y la voz son un poco monótonos.

**—¿Y el Príncipe de Asturias?**

—Un poco mejor. Hay más energía y más naturalidad.

**—De un Papa a otro, de Benedicto XVI a Francisco.**

—Hay un cambio importante en las formas que reflejan, casi seguro, un cambio de talante. El nuevo Papa es mucho más llano, con un gesto más espontáneo y una sonrisa sincera. Benedicto XVI era más rígido, más serio, más introvertido, sin tanto sentido del humor como Francisco. Se sometía más al protocolo y a la pompa.

**—Algún consejo para mejorar nuestro lenguaje silencioso.**

—Sonreír, no como bobos; la sonrisa auténtica, porque está comprobado que nos relaja y nos pone de mejor humor.

**—Y otro para los numerosos desempleados que acuden a entrevistas de trabajo.**

—Que preparen muy bien la entrevista; que ensayen y no piensen que improvisar les dará naturalidad; que caminen con firmeza, seguridad, abierto el cuerpo; que entren el saludo, dar la mano, porque es un momento crucial, en el que se transmiten muchas cosas.

## Los promotores acudirán al Supremo si se elabora un nuevo Plan General

La zona rural aplaude que se repita la tramitación del PGO para «corregir errores»

Miriam SUÁREZ

La postura del gobierno municipal respecto al Plan General de Ordenación (PGO) va camino de convertir el urbanismo gijonés en una fuente inagotable de polémica. Los representantes de la zona rural consideran «muy coherente» la decisión de hacer un planeamiento nuevo para «adaptarnos a la realidad económica» y «corregir errores» pasados. Los promotores de las grandes operaciones previstas en el concejo, ahora en suspenso por la anulación judicial del PGO, lo ven muy distinto. Hasta el punto de que anuncian un recurso de casación ante el Tribunal Supremo.

Según portavoces de las sociedades empresariales que controlan las bolsas de suelo que el Ayuntamiento recalificó en Granda, Castiello y el Alto del Infanzón, «ya estamos pertinentemente legitimados» para emprender esta medida legal. Su objetivo es «defender nosotros el Plan General ante la falta de garantías que nos ofrece el Ayuntamiento». En su opinión, la sentencia del Tribunal Superior de Justicia de Asturias que anula el PGO «se refiere sólo al trámite de información pública y tiene que ver con dos cuestiones muy puntuales».

La anulación viene motivada por una deficiente tramitación del proceso de participación ciudadana, en el que no se expusieron los informes geológicos correspondientes al desmantelamiento de Mina La Camocha y al proyecto que transforma el barrio de El Muselín en una gran zona verde. Los promotores sostienen que la situación invalidante se subsanaría repitiendo el trámite de exposición pública. Algo que confirma el Tribunal Superior de Justicia en el auto de aclaración solicitado por el colectivo y por el Ayuntamiento.

La concejala de Urbanismo cree, sin embargo, que la mejor solución para no incurrir en nuevas irregularidades es repetir toda la tramitación, desde el documento de prioridades. Para Antonio García, abogado de la Federación «Les Caserías», que agrupa a las asociaciones de vecinos de la zona rural, «este documento es el que marca el modelo de ciudad, por dónde, cómo y para quién se construye».

En definitiva, «revisarlo resulta fundamental para no seguir plasmando dibujos muertos en el Plan General». Y apostilla: «Esto no significa que haya que tirarlo todo a la papelera. Habrá que revisar caso por caso y lo que no se ajuste a la realidad económica del momento pues cambiarlo».