

# Qué esconden tus tics de lenguaje

La forma de hablar, las palabras que empleamos como muletillas y hasta el tono en el que nos expresamos desvelan mucho de nuestra personalidad. Con la ayuda de varios expertos, profundizamos en el uso del lenguaje y su significado y descubrimos cómo hablamos hombres y mujeres.



Las decimos sin darnos cuenta, las empleamos en el trabajo y también con los amigos, son muy pegadizas, cambian con el paso del tiempo y, por mucho que lo intentamos, no conseguimos dejar de decir las. Son las muletillas. Según Beatriz López Medina, doctora en Filología y profesora del Departamento de Lenguas Aplicadas de la Universidad de Nebrija: “Son expresiones que utilizamos repetidamente cuando no encontramos el término adecuado para expresar algo. No es su significado, sino su uso, lo que nos hace considerar un término como muletilla. Por ejemplo, “¿entiendes?”, utilizado para cubrir un bache en la comunicación, y no para comprobar si nuestro interlocutor verdaderamente comprende lo que intentamos decirle. La lengua evoluciona muy deprisa, especialmente en el discurso hablado. Las coletillas van por modas, y a veces se atribuyen a determinados contextos sociales. En cuanto a su uso, López Medina lo tiene claro: “Las muletillas se dicen para mantener el interés del interlocutor o buscar su complicidad, subsanar obstáculos o cubrir el silencio en la conversación, intentar que no haya pausas. Quizá sea esto último un reflejo del ritmo tan rápido que llevamos para todo”.

### USAR MULETILLAS PUEDE DENOTAR NERVIOSISMO, FALTA DE CONCENTRACIÓN, O INCLUSO CANSANCIO FÍSICO O MENTAL

#### MULETILLAS Y PERSONALIDAD

La forma en que nos expresamos, el tipo de palabras que empleamos y hasta el tono revelan muchos datos acerca de nuestra personalidad. Según el sociólogo especializado en comunicación Pep Hortonedá: “El empleo de muletillas puede denotar nerviosismo o falta de concentración, incluso cansancio físico o mental. Sirven para pensar mientras se dicen de un modo casi automático y, además,

tienen efecto contagio: las escuchamos de alguien y las repetimos luego, haciéndolas nuestras hasta que nos cansemos de ellas, las sustituimos o podemos controlar más nuestra expresión oral”. López Medina añade: “El uso de muletillas puede denotar falta de confianza en uno mismo, inseguridad o timidez a la hora de

hablar”. La catedrática de Psicología del lenguaje de la UNED Herminia Peraita va más allá. “Existen tres aspectos relacionados con nuestra forma de hablar que desvelan muchos secretos de nuestra forma de ser y nuestra riqueza cultural. El primero hace referencia a la estructura de las oraciones. Sin son sencillas, poco elaboradas y con escaso vocabulario, son las adecuadas para hablar con un niño. Si se trata de oraciones complejas y con un léxico amplio y preciso, son de un orador culto y preparado. Lo segundo en lo que hay que fijarse es en el ►►





►► contenido de las oraciones. En ocasiones, hay personas que hablan y hablan y no dicen nada. Tan sólo han incluido una idea en su discurso. Eso denota pobreza de contenido y escasa preparación. Los buenos conversadores son aquellos que expresan varias ideas en su discurso, bien elaboradas, ligadas entre sí y en un estilo comprensible, según sea la audiencia a la que se dirigen. Y el tercer aspecto al que debemos prestar atención es el paralingüístico, es decir, todos esos gestos que acompañan al discurso, como la sonrisa, la mirada, la actitud seria o desenfadada, o incluso el tono de voz. Estos gestos, para dar credibilidad a lo que estamos diciendo, deben ir acordes con lo que decimos.”

## ¿CÓMO HABLAN NUESTROS POLÍTICOS?

Las pasadas elecciones generales del 20N han puesto de nuevo a prueba a nuestros políticos. Pero, ¿se comunican bien? Para José Jesús de Bustos Tovar, catedrático en la Facultad de Filología de la Universidad Complutense de Madrid, sus frases están llenas de “tautologías –redundancias– innecesarias”, como, por ejemplo, la expresión “sí o sí”, y de abusos semánticos, como la palabra “reto”, que utilizan para todo. Son, además, ambiguos y no incluyen cultismos. Sobre sus señorías, éstas son sus opiniones:

**Mariano Rajoy** “ofrece un discurso bien construido, aunque los contenidos semánticos sean más o menos vagos, algo que incluso podría ser deliberado”.

**Alfredo Pérez Rubalcaba** “posee habilidad y claridad de pensamiento y discursiva, ya que, por su formación –es doctor en Ciencias Químicas–, ha sido educado en la argumentación científica y lógica”.

“A pesar de que la argumentación como eje de los discursos –explica el catedrático– se rompió con el franquismo y no se ha vuelto a recuperar, hay discursos modélicos en el Congreso español, como el de la navarra **Uxue Barkos** (Geroa Bai): lleno de claridad, sin anacolutos –inconsistencias gramaticales– o muletillas y con propiedad desde el punto de vista lingüístico. Como ocurre también con el de **José Bono**, presidente del Congreso”, concluye Bustos Tovar.

## LA ECONOMÍA DEL LENGUAJE

Sin embargo, las muletillas no permanecen estáticas, sino que cambian con el paso del tiempo. El sociólogo especializado en comunicación Pep Hortonedá considera que “los tics o muletillas, como las modas en el lenguaje, cambian con los años, y también varían en los distintos territorios de una comunidad, aunque la mayoría pueden durar generaciones. Algunos desaparecen. Por ejemplo, entre los años 60 y 80 se usaba mucho la palabra fetén; hoy en día es raro su uso, sobre todo, entre los jóvenes. En cambio, se introducen otros nuevos términos, muchos relacionados con las nuevas tecnologías, como “chateo” por hablar, “colgar” por publicar, “tuitear” por informar, “rallar” por hacerse pesado”. Beatriz López añade: “Sin duda, hoy se emplean más muletillas que hace años, y una consecuencia de ello es el empobrecimiento de nuestra riqueza léxica. Parte de la responsabilidad la tienen Internet, el uso de las nuevas tecnologías y la creciente globalización. Lo vemos en los mensajes de texto (SMS) y en la ascendente adopción de muletillas extranjeras y palabras comodín en nuestro lenguaje oral cotidiano, como ok, ciao, fashion, trendy y groupie”.

## LIMITAR SU USO

Pero, ¿cómo podemos eliminar las muletillas de nuestra forma de hablar? “Primero, tomando conciencia de cómo hablamos y, después, enriqueciendo nuestro vocabulario a través de la lectura y de la



## CONSEJOS PARA HABLAR EN PÚBLICO

La coach Iciar Piera señala una serie de recomendaciones para aprender a hablar en público.

- Habla sobre lo que has aprendido, sobre tus experiencias.
  - Habla de un tema que te entusiasme.
  - Predispón tu mente para el éxito. Ten confianza.
  - Aprovecha todas las oportunidades para practicar.
  - Ofrece tu ejemplo. Es decir, relaciona el tema del que tienes que hablar con alguna experiencia personal, así te resultará más fácil conectar con la audiencia.
  - No trates de imitar a otros.
  - Imprime emoción a tus charlas.
- Modula la voz, practica diferentes tonos y entonaciones.
  - Identifica tu objetivo, lo que deseas lograr de tu público (que se ponga en acción, informar, convencer, etc.).
  - Ensaya y, a ser posible, grábate para ver qué partes del discurso suenan mejor y qué hay que mejorar.
  - Destruye tu monólogo interno negativo. Identifica tus miedos y déjalos a un lado. El miedo a que el público esté contra ti o te tome por un impostor es un miedo muy frecuente, pero rara vez tiene fundamento.
  - Recuerda que el público no está ahí para juzgarte, sino para que puedas aprender algo.

escucha atenta a los buenos oradores”, explica Beatriz López Medina. Herminia Peraita, por su parte, apunta más recomendaciones para evitarlas: “Es necesario un entrenamiento oral. Para ello, es aconsejable practicar en casa y grabarse para escuchar el discurso y corregir las muletillas. También es positivo pensar con antelación lo que se va a decir, realizar pausas, así como ser directos y precisos en el modo de expresarnos. Y si nos quedamos en blanco y vamos a pronunciar una muletilla, respirar profundamente y pronunciar una palabra que la sustituya para continuar con nuestro discurso”.

### EL LENGUAJE FEMENINO

Mucho se ha hablado acerca de si hombres y mujeres hablamos de forma diferente. Pero, ¿qué hay de cierto en esto? Según Pilar García Mouton, doctora en Filología Románica de la Universidad Complutense de Madrid y autora del libro *Así hablan las mujeres*: “Sí hablamos de forma diferente. Los hombres van al grano, las mujeres se extienden en los detalles; ellos tienen un estilo informativo; ellas, emocional; a ellos les gusta llamar las cosas por su nombre, ellas prefieren el eufemismo; para ellos, hablar es sinónimo de problema; para ellas, de solución. Además, las mujeres se entienden mejor con otras mujeres y los hombres, con otros hombres, por una sencilla razón: comparten los códigos de rol y lingüísticos de las personas de su propio sexo. Desde pequeñas, las

mujeres están acostumbradas a hablar mucho entre sí. Hablan de sentimientos sin pudor, los destripan y los analizan, en general, con mucha mayor facilidad que los hombres. Verbalizan sus problemas y, de alguna manera, parece que los resuelvan al contárselos a sus amigas. En cambio, para los hombres, la comunicación suele tener una función eminentemente práctica. Tienden a ser concisos y concretos y a no hablar de sus sentimientos, entre otras razones porque tienen pocos recursos (falta de entrenamiento en la infancia). Beatriz López Medina añade: “Claro que existen diferencias entre ambos géneros. En lingüística se habla de ‘genderlect’, o dialecto determinado por el sexo del hablante. Así, las mujeres son mejores comunicadoras, y su discurso indica más cortesía y manifiesta más expresividad. El discurso de los hombres muestra más seguridad al hablar y se centra más en las ideas que en las emociones. Las mujeres utilizan un mayor número de palabras que los hombres. Hay estudios que revelan que la mujer emplea

20.000 palabras al día, mientras que los hombres sólo utilizan 7000”. En definitiva, ¿hablamos bien? Según la catedrática de Herminia Peraita: “No. Y tan sólo hay que fijarse en cómo se expresan algunos periodistas, e incluso políticos, en el ámbito público. Hay que mejorar en expresión oral, sobre todo a la hora de hacer las concordancias, evitar las molestas muletillas y ampliar nuestro vocabulario”.

### PARA LEER

**Hablar en público en una semana,** José M<sup>a</sup> Palomares, Gestión 2000.

**Aprender a hablar en público hoy: como cautivar y convencer por medio de la palabra,** Juan Antonio Vallejo-Nájera, Planeta.

**El arte de hablar en público: como ganar respeto con serenidad,** Bárbara Berckan, RBA.

VIRGINIA MADRID