



¿CÓMO EL CONTACTO VISUAL AYUDA A MEJORAR UNA CONVERSACIÓN?

La acción de mirar a otra persona a los ojos hace que las conversaciones sean más atractivas, o al menos así lo reveló un nuevo estudio publicado en la revista Proceedings of the National Academy of Sciences.

«El contacto visual es realmente envolvente y poderoso», dijo la investigadora Sophie Wohltjen, estudiante de posgrado en ciencias psicológicas y cerebrales en el Dartmouth College.

«Cuando dos personas están conversando, el contacto visual indica que la atención compartida es alta, que están en sincronía máxima entre sí», apuntó Wohltjen.

«A medida que persiste el contacto visual, esa sincronía disminuye. Creemos que esto también es bueno porque demasiada sincronía puede hacer que una conversación se vuelva obsoleta. Una conversación atractiva requiere a veces estar en la misma página y, en otras ocasiones, decir algo nuevo.

Para el estudio, 94 participantes usaron anteojos de seguimiento ocular durante conversaciones de 10 minutos, que fueron grabadas en video. Luego, los participantes vieron las discusiones y calificaron cuán comprometidos estaban.

Los investigadores observaron las reacciones pupilares durante los casos de contacto visual. De esta forma, descubrieron que las personas hacen contacto visual cuando la sincronía de las pupilas está en su punto máximo. La respuesta pupilar disminuye y se recupera cuando se rompe el contacto visual.

La experta describió la conversación como «un acto creativo en el que las personas construyen una historia compartida a partir de voces independientes». También añadió que los momentos de contacto visual parecen indicar que hemos logrado un entendimiento compartido y necesitamos contribuir con nuestra voz independiente.

ClickISalud