

I modi in cui le persone comunicano

In questa unità
imparerai utili abilità
comunicative per
comunicare
correttamente

Se assumiamo che la comunicazione sia solamente le parole che pronunciamo o quelle che ascoltiamo, ci sbagliamo di grosso. Comunichiamo anche attraverso il modo in cui ci vestiamo, il modo in cui ci comportiamo, le espressioni facciali, i segni sottili che il nostro corpo dà (linguaggio del corpo). Questo non vuol dire che le parole non siano importanti. Ma dobbiamo chiederci se le nostre parole sono correttamente comprese dall'altra persona e se comprendiamo bene ciò che l'altra persona dice. La qualità della nostra comunicazione dipende dalla nostra capacità di utilizzare un linguaggio comprensibile all'interlocutore e di comprendere la sua lingua. È una buona cosa durante la conversazione controllare frequentemente se ci siamo compresi bene.





COME COMUNICARE

Nel comunicare dobbiamo essere attivi non solo nel parlare ma anche nell'ascoltare. In effetti, ascoltare è più importante che parlare. Prima di tutto se non ascoltiamo veramente quello che l'altra persona vuole dire, quello che diciamo in risposta non sarà adeguato per l'altra persona. Secondo: non mostrando attraverso il nostro comportamento che stiamo ascoltando attentamente, scoraggiamo l'altra persona dal comunicare con noi. Per lui/lei non sembriamo abbastanza interessati, quindi perché tenerci? Ci sono modi per mostrare il nostro interesse in modo verbale e non verbale. Il manuale cita i principi del cosiddetto ascolto attivo e le tecniche utili per mostrarlo (parafrasi, chiarimenti, riflessioni, riscontri costruttivi). Ma non dimentichiamo che in primo luogo deve esserci il nostro sincero interesse.

COME NON COMUNICARE

Ci sono anche alcuni comportamenti specifici nella comunicazione che dovrebbero essere evitati, come sottovalutare i problemi degli altri, moralizzare, ordinare, consigliare. Questi modi sbagliati derivano dall'atteggiamento sbagliato nei confronti dell'altra persona. Alcuni di essi possono derivare dal nostro rifiuto nascosto di concedere all'altro la sua giusta uguaglianza. Dobbiamo essere vigili con noi stessi.

Ci sono situazioni in cui la comunicazione reale è possibile solo in misura minima. Non scoraggiamoci. Con un po' di distanza e umorismo alla fine dell'incontro potremmo far sentire l'altro meglio o almeno non peggio. Questo farà bene anche a noi risparmiandoci frustrazioni. Ci sarà comunque della comunicazione a livello non verbale. È anche importante sapere che anche una persona apparentemente disturbata può comunicare su determinate questioni in modo abbastanza razionale.

