

Massimo Barbieri

Psicologo. Psicoterapeuta. Docente di Educazione Fisica IIS 'Sasseti-Peruzzi' di Firenze.

Didatta Centro Studi e Applicazione della Psicologia Relazionale di Prato.

Principi della comunicazione¹

1. LA COMUNICAZIONE E' INEVITABILE, NON COMUNICARE E' IMPOSSIBILE, il comportamento non ha un suo opposto, il contesto condiziona l'interpretazione dei significati (effetto pragmatico)
2. LA COMUNICAZIONE HA DUE ASPETTI: IL MESSAGGIO DI CONTENUTO E IL MESSAGGIO DI RELAZIONE
3. LA NATURA DI UNA RELAZIONE DIPENDE DALLA PUNTEGGIATURA DELLE SEQUENZE COMUNICATIVE DEI PARTECIPANTI: CIASCUNO SPIEGA IL SUO COMPORTAMENTO IN BASE A QUELLO DELL'ALTRO
4. GLI UMANI COMUNICANO CON DUE MODULI: - DIGITALE: HA UNA SINTASSI LOGICA, MA MANCA DI UNA SEMANTICA ADEGUATA SUL PIANO DELLA COMUNICAZIONE - ANALOGICO: HA UNA SEMANTICA, MA NON UNA SINTASSI ADEGUATA PER DEFINIRE IN MODO NON AMBIGUO LA COMUNICAZIONE
5. OGNI SCAMBIO COMUNICATIVO E' SIMMETRICO O COMPLEMENTARE, A SECONDA CHE SIA BASATO SULLA UGUAGLIANZA O SULLA DIFFERENZA – rapporto complementare: strutturato sulla differenza, con 2 posizioni: superiore o primaria (*one-up*) occupata da 1 dei comunicanti, inferiore o secondaria dell'altro (*one-down*); rapporto simmetrico: basato sull'uguaglianza o minimizzare le differenze

Vettori o canali della comunicazione²

. verbale: l'attenzione al contenuto subentra solo dopo che inconsciamente è analizzato il contesto e suoi segnali. Variabili da considerare in base al contenuto: contesto, interlocutore (suoi ruoli, valori, aspettative), obiettivi, me stesso (mio stato emotivo, come sono percepito dall'altro, disponibilità a verificare come il mio messaggio è stato compreso), mie proprietà linguistiche (inflessioni dialettali, errori

¹ Watzlawick P., Beavin J. H., Jackson D. D., Pragmatics of Human Communication. A Study of Interactural Patterns, Pathologies, and Paradoxes, W. W. Norton & co, New York, 1967; ed. it., Pragmatica della comunicazione umana. Studio dei modelli interattivi, delle patologie e dei paradossi, Astrolabio, Roma, 1971.

² Loredio C., Picardi A., Dalla teoria generale dei sistemi alla teoria dell'attaccamento, F. Angeli, Milano, 2000.

sintattici e grammaticali); come si comunica prevale sul cosa, qui i canali non verbali sono decisivi

. paraverbale: inerente la modalità 'vocale', rappresenta 38% della comunicazione; tono, volume, pause o sospensioni o interruzioni, ritmo, accenti melodici o sottolineature, segnali d'assenso

. non verbale (linguaggio corporeo): ha il maggior impatto nella comunicazione interpersonale; 55% dei segnali che colpiscono l'interlocutore sono trasmessi dal corpo: posture, gestualità, espressioni viso, abbigliamento. Dilatazione pupille per interesse o emozione, contrazione spalle per tensione. Indicatori di bugie: sfregarsi mento, grattarsi sopracciglio, toccarsi naso, aggiustarsi capelli, coprirsi bocca, guardare basso, segnalano conflitto con quanto si pensa o vorrebbe dire.

Conoscenza e definizione di sé³

- . immagine pubblica (ciò che è noto a me e altri)
- . ciò che voglio tenere segreto (noto a me, non ad altri)
- . ciò che è ignoto sia a me che ad altri
- . ciò che gli altri percepiscono di me e che io non percepisco (noto ad altri, non a me)

Se mi conosco poco, le parti di me che non riconosco come mie s'imporranno. Se mi definisco poco, ho scarsa incidenza nella relazione. Se non dico '*voglio, penso, credo, desidero, sono...*', qualcun altro tenderà a fare interpretazioni su me.

Il 'gioco' di istigazione⁴

A scuola:

- a. il ragazzo si presenta disponibile verso il docente: il docente ipotizza sia un ragazzo 'bravo'
- b. il ragazzo presenta comportamenti sgraditi, alternandoli ad altri corretti, fornendo al docente elementi che gli consentono di collegare l'alternanza all'influenza dei genitori: il docente si convince che il ragazzo sarebbe 'bravo' senza gli errori del genitore
- c. il ragazzo si è guadagnato la stima del docente: il docente è istigato contro il genitore

A casa:

- c1. il ragazzo si è guadagnato la fiducia del genitore: il genitore è istigato contro il docente
- b1. il ragazzo, che alterna comportamenti sgraditi e corretti, fornisce al genitore elementi che gli fanno collegare l'alternanza all'influenza della scuola

³ Schema di Johari (*Johari Window*), proposto nel 1955 da Joseph Luft e Harry Ingham (combinando le iniziali dei loro nomi). Il riferimento concettuale è collegato ad aspetti di comunicazione interpersonale e dinamica di gruppo, definendo i rapporti interpersonali in quattro quadranti basati su due dimensioni.

⁴ Selvini Palazzoli M. et al., *I giochi psicologici nella famiglia*, R. Cortina, Milano, 1988.

a1. il ragazzo è affettuoso e disponibile col genitore: il genitore ipotizza che il ragazzo sarebbe meno disturbato senza gli errori della scuola

Dimensioni strutturali nella comunicazione⁵

- . gerarchia: l'esistenza di un ordine generazionale sufficientemente solido è decisiva per il buon funzionamento di un gruppo
- . confini: sono le regole che presiedono al passaggio dell'informazione, per proteggere la differenziazione nei vari sottosistemi componenti; possono essere distinti (funzionali) vs. diffusi o rigidi (disfunzionali)
- . disimpegno: la comunicazione tra sottosistemi è difficoltosa, rendendo scarsi i sostegni e le difese degli altri, che non rispondono, o attivandosi solo se un membro è sottoposto a tensione elevata
- . alleanza: affiatamento, intesa finalizzata a raggiungere uno scopo rispettando relazioni generazionali e confini distinti esterni e interni al gruppo, è una configurazione funzionale che non produce danno
- . coalizione: unione di due o più a danno di un terzo, per confini diffusi e passaggio d'informazioni non pertinenti (ad es., segreti), senza vera unità e rapporto autentico tra chi la forma
- . triangolazione: coalizione instabile; es.: il figlio alternativamente richiamato dai genitori resta 'intrappolato', oscillando tra essi nello schierarsi, soggetto a rimproveri e rimorsi perché ogni avvicinarsi a uno è definito dall'altro un attacco; ad ogni passaggio di ciclo vitale familiare mutano i confini tra i membri del triangolo o triade
- . deviazione: due in disaccordo tra loro indirizzano su un terzo il conflitto, che così non è esplicito ed è impossibile negoziarlo e risolverlo; ad es., spesso consente ai coniugi di mantenere apparente armonia; assume forma di attacco o appoggio-sostegno

Nozione di rete sociale⁶

Costrutto di carattere relazionale, è un concetto che vuole rappresentare l'insieme di individui e strutture organizzate umane con cui un individuo intrattiene rapporti comunicativi. È un gruppo interagente di parlanti legati da vincoli di vario tipo. La sua estensione non è facilmente determinabile, ma può avere una struttura a più strati. Da una cella personale centrale si passa a una zona confidenziale (legami affettivi, con parenti e amici), poi a una zona utilitaristica (legami strumentali, intrattenuti in quanto utili), quindi a una zona nominale (persone conosciute, ma senza importanza né affettiva né strumentale), infine a una zona allargata (persone parzialmente conosciute).

⁵ Minuchin S., *Families and Family Therapy*, Harvard Univ. Press, Cambridge, Mass., 1974; ed. it., *Famiglie e terapia della famiglia*, Astrolabio, Roma, 1976.

Barbieri M., *Reti relazionali e conflitti*. Intervento al seminario dei Consultori Familiari della Toscana "Da Eros a Marte: la conflittualità nelle relazioni parentali", Firenze 13 aprile 2012; in *Rivista Italiana di Sessuologia*, Roma, 4, 2013.

⁶ Berruto G., *Fondamenti di sociolinguistica*, Laterza, Roma-Bari, 2001.

Accanto a questa rete di primo ordine (che prefigura i contatti diretti del soggetto), le reti di secondo ordine sono costituite da persone conosciute dai membri della precedente ma non dal soggetto (ad es., gli amici degli amici), enucleabili in gruppi di individui più fortemente collegati tra loro. La rete ha proprietà interne, quali la molteplicità (quantità di relazioni plurime tra i membri), la densità (grado di contatto dei membri tra loro), la frequenza e la durata dell'interazione (tra coppie di individui), la centralità del soggetto di riferimento (sua accessibilità da parte dei membri della rete).

3 domande per l'insegnante⁷

1: cosa vorresti essere se non fossi insegnante?

2: che ruolo avevi quando andavi a scuola? secchione o fannullone? mansueto o agitato?

3: e in famiglia? eri tranquillo o contestatore, conformista o alternativo? agnello o pecora nera?

⁷ Barbieri M., *Le risorse relazionali della scuola*, in Atti della tavola rotonda 'Le nuove generazioni in un mondo senza certezze: la costruzione del proprio futuro tra esigenze personali e pressioni sociali', Firenze 8 aprile 2005, ETS, 2006.