

5 assiomi della comunicazione – scuola di Palo Alto

- 1) È impossibile non comunicare: anche il silenzio o lo stare immobili sono forme di comunicazione.
- 2) I livelli comunicativi di contenuto e di relazione: c'è sempre interrelazione, anche se c'è differenza tra contenuto e contesto, qui vi sta anche l'ironia, gli autistici non colgono l'ironia, colgono solo il contenuto, così come i bambini piccoli.
- 3) La punteggiatura della sequenza di eventi: punteggiatura, non è la punteggiatura ortografica. La punteggiatura serve per prendere fiato ma anche per cambiare discorso. Metaforicamente si dice: “..... punto, adesso cambiamo discorso”. Se c'è incomprensione, come nelle coppie che litigano e non riescono più a comunicare, i due coniugi non si capiscono più, pur parlando la stessa lingua, perché non riescono a cogliere il messaggio corretto.
- 4) Comunicazione non verbale (numerica e analogica): spesso si comunica con i gesti che però non sono universali come significato, lo stesso gesto in culture diverse può avere significati diversi. Ci sono le espressioni del viso che comunicano le emozioni, le approvazioni e i rifiuti ecc. Oggi sono rappresentati dalle emoticon dei messaggi telefonici. Nei messaggi non verbali ci sono anche i segnali stradali.

Ciascuno di noi ha bisogno di una distanza minima, ha bisogno di uno spazio vitale vuoto intorno a sé. L'ingresso in questo spazio vitale, l'estrema vicinanza di un'altra persona, è consentita solo a coloro con cui siamo in intimità. Le persone che hanno un legame intimo cercano il contatto fisico. Se una persona retrocede, anche di poco, quando ci avviciniamo, vuole dire che è in imbarazzo rispetto a noi e che ci vuole tenere a distanza. Lo studio delle distanze tra le persone si chiama prossemica. Se io ho imparato ad entrare in empatia con gli altri, imparo a capire le modalità di comunicazione non verbale.

Vi è poi una modalità di comunicazione che è espressa con la voce ma non con le parole: tono di voce quando si dice un ehh? Hum? O si dà un colpo di tosse nervosa, segnali che manifestano la paura, l'imbarazzo, la difficoltà emotiva.

Prosodia (pros = verso; sodé = canto): è l'enfasi nel parlare, è il tono di voce enfatico, che va oltre il contenuto delle parole, è utilizzata dagli attori. È utilizzata dagli oratori.

- 5) L'interazione complementare e simmetrica: le relazioni possono essere simmetriche, se si basano sull'uguaglianza, o complementari, se uno dei due comunicanti assume una posizione superiore all'altro.