

## SAPER COMUNICARE CON I RAGAZZI

La comunicazione è un tema complesso; essa è influenzata solo in parte dalle intenzioni dei soggetti in gioco e più spesso dipende dalle dinamiche contestuali che sono solo parzialmente prevedibili e controllabili. Tutto ciò contribuisce a ridimensionare il mito del 'grande comunicatore', figura ideale e per questo irraggiungibile. Di conseguenza, non esistono manuali per rendersi più comunicativi, o meglio esistono ma sono poco credibili. In questo senso, solo un percorso formativo esperienziale (la "pratica") che prenda in considerazione gli stili personali e le particolari caratteristiche di ognuno e potenzi quelle doti naturali che già esistono in ogni individuo, può risultare efficace nell'attivazione delle proprie capacità comunicative.

**Il parlante** deve essere chiaro, efficace, e culturalmente sensibile ai bisogni individuali. Un vocabolario adeguato ed una modalità espressiva chiara sono indispensabili al successo.

**L'impatto emotivo** che il parlante suscita è un elemento essenziale in una comunicazione che voglia essere efficace. Le emozioni includono i sentimenti, i cambiamenti fisiologici e i modelli espressivi aperti. Anche le persone che hanno una difficoltà di espressione verbale delle loro emozioni possono esprimerle attraverso le espressioni facciali ed il linguaggio del corpo. Per qualcuno la condivisione delle emozioni è la parte più difficile di una comunicazione. Prima di poter esprimere le proprie emozioni è indispensabile comprendere i propri sentimenti. Altra cosa importante è riuscire a parlare in prima persona, ciò stabilisce un buon contatto emotivo con l'altro e incoraggia la comunicazione approfondendola.

**L'uso dell'assertività** ( l'atteggiamento di chi, nelle relazioni interpersonali, è in grado di far valere la propria personalità senza essere né aggressivo né remissivo) si esprime in una comunicazione onesta e diretta che difende la posizione del parlante senza ricorrere alla critica. Le persone assertive esprimono il loro punto di vista rispettando i diritti dell'altro. A livello verbale un soggetto assertivo parla il modo chiaro, calmo e diretto. Non è solo ciò che si dice ad essere importante, ma anche il come lo si dice. I messaggi non verbali sono una componente fondamentale della comunicazione

È facile capire che **l'espressione facciale** comunica lo stato d'animo dell'insegnante e lega all'argomento spiegato una specifica emozione. Quindi, riuscire a rilassare i muscoli del viso magari sorridendo di tanto in tanto avrà l'effetto di trasmettere una sensazione di allegria, calore e vicinanza emotiva che rinforzeranno il processo di apprendimento.

Ci sono molti messaggi che inconsciamente si trasmettono attraverso la **postura e orientamento del corpo**. In alcuni casi, camminare per la classe permettere di raggiungere ogni studente e riattivare un'attenzione calante. Anche alzarsi in piedi all'improvviso in concomitanza dell'esposizione di un concetto importante può rendere più efficace la propria comunicazione. In generale, una posizione eretta ma non rigida e il busto leggermente proteso in avanti comunica agli studenti che siete 'avvicinabili', ricettivi ed amichevoli. Altro elemento importante è parlare agli studenti faccia a faccia evitando di rivolgersi a loro con la schiena voltata o guardando il pavimento. Questo rende lo studente maggiormente partecipe della vostra comunicazione e

contribuisce a farlo sentire un vero interlocutore. Ovviamente, chi tende a parlare a se stesso non risulta essere un buon comunicatore.

Gli **atti paralinguistici** sono un aspetto della comunicazione non-verbale che riguarda degli elementi vocali come: tono, ritmo, timbro, volume, cadenza. Per rendere il proprio stile comunicativo massimamente efficace dovreste imparare a variare questi sei elementi della vostra voce. Una delle critiche più frequenti riportate dai ragazzi nei riguardi dei propri insegnanti è proprio il fatto che l'eloquio del docente è talmente monotono da farli morire di noia. E' molto probabile che questi studenti possano percepire in modo sgradevole i suddetti docenti. Le variabili che possono influenzare il grado di credibilità percepita dagli studenti sono fondamentalmente quattro: la fiducia, la competenza, il dinamismo e l'immediatezza. Ci sono vari modi per potenziare questi diversi aspetti rendendo il proprio stile più efficace.

### La **fiducia**

Tra le tecniche che possiamo usare in questo lavoro abbiamo:

- essere onesti e sinceri nell'esposizione delle informazioni;
- evidenziare la forza ma anche i punti deboli di ciò che si espone;
- dimostrare fiducia negli studenti.

La **competenza**, invece, riguarda in gran parte il momento della preparazione della esposizione. Tra le cose che si possono tenere a mente abbiamo:

- cercare di mostrarsi altamente organizzati nella presentazione;
- fornire delle informazioni per quanto possibile chiare e prive di errori;
- programmare gli interventi nei dettagli ed arricchire l'esposizione con il racconto di esperienze personali o particolari che possano coinvolgere l'allievo.

Una terza dimensione che va considerata è quella del **dinamismo** che si esprime nella capacità non solo di controllare l'ambiente, ma anche in quella di attivarlo, energizzarlo. Questo può essere fatto in diversi modi:

- sviluppare un buono stile espositivo ;
- variare la posizione nello spazio e la gestualità;
- variare le caratteristiche della voce;
- usare supporti multimediali.

Infine, abbiamo l'**immediatezza** che risulta dalla capacità di ridurre la distanza fisica e psicologica tra studente ed insegnante. Tra i metodi usati ce ne sono alcuni della dimensione precedente ed altri come:

- assumere una posizione rilassata;
- mantenere il contatto oculare con tutti i membri della classe;
- usare il sorriso per disarmare e rilassare gli studenti;
- ridurre la distanza fisica rimuovendo qualsiasi tipo di barriera tra insegnante e studente;
- consentire uno stile verbale confidenziale per rendere la comunicazione più fluida ed efficace.