



# LE POTENZIALITÀ DELLE VARIE FORME DI COMUNICAZIONE NEL PROCESSO DI CRESCITA DELL'INDIVIDUO

Loredana Angeloni - Psicologa

**P**er "comunicazione" s'intende quel processo adattivo per il quale ogni essere vivente ha la possibilità di interagire con l'ambiente circostante. In questo senso è possibile asserire che ogni essere vivente è in grado di comunicare con l'esterno, e ogni essere umano, in tutto l'arco della propria vita, comunica continuamente. La comunicazione, secondo le teorie darwiniane, ricopre un ruolo fondamentale per quanto riguarda l'adattamento e quindi la sopravvivenza della specie.

Riferendoci in particolare all'essere umano, la comunicazione, nella sua accezione di linguaggio, fa parte, insieme all'intelligenza, delle cosiddette *funzioni mentali superiori* intendendo, con tale definizione, *quelle funzioni che caratterizzano la specie umana, per livello o qualità, rispetto a tutte le altre specie.*

Relativamente alla comunicazione umana possiamo distinguere due forme: la comunicazione verbale e la comunicazione non verbale. A livello cerebrale entrambe queste forme di comunicazione corrispondono a ben definite zone corticali: schematicamente possiamo dire che per quanto riguarda la comunicazione verbale, quin-

di il linguaggio, la funzione preposta si trova nell'area di Broca, nell'emisfero sinistro, mentre l'emisfero destro, con la sua capacità di comprendere olisticamente l'informazione e il suo significato sostanziale, è preposto alla comunicazione non verbale.

La **comunicazione verbale** rappresenta una funzione peculiare dell'essere umano che lo contraddistingue e lo





differenzia da tutte le altre specie animali. Nel bambino essa si sviluppa e si articola seguendo le varie fasi evolutive; si manifesta con il pianto del neonato, evolvendo poi nelle prime lallazioni, nelle prime parole fino ad arrivare alla formulazione dei concetti astratti. Quest'ultima fase corrisponde alla nascita del pensiero simbolico che, seguendo le tappe evolutive tracciate da Piaget, corrisponde ad un'età fisiologica che si aggira intorno agli otto-dieci anni.

Il linguaggio segue l'uomo in tutto l'arco della sua vita modificandosi ed arricchendosi attraverso le varie esperienze e diversificandosi per i vari apporti culturali.

Facendo una panoramica antropologica vediamo che il linguaggio assume significati diversi nel tempo e nelle varie civiltà: è evidente che nelle civiltà post-industriali esso ricopre un ruolo fondamentale, soprattutto

considerando l'enorme e massiccia diffusione dei mass-media, il cui fondamento è la cosiddetta comunicazione di massa, quest'ultima troppo spesso usata a scopi manipolativi. In altre civiltà più primitive si tende invece a privilegiare il messaggio corporeo, che ricopre un ruolo preminente per esprimere stati d'animo e sensazioni personali e a livello di gruppi sociali.

La **comunicazione non verbale**, anche conosciuta come *comunicazione corporea*, è una particolare forma di interazione che si può definire universale in quanto va oltre ogni codice linguistico, sociale o culturale. Spesso essa contraddice o smaschera affermazioni e concetti espressi verbalmente; si tratta del cosiddetto *linguaggio del corpo* che si esplica tramite le varie espressioni facciali (come i movimenti oculari, i movimenti dell'arco sopracciliare e con le diverse espressioni labiali), con le varie posture e anche con gesti spesso non controllati. Per i sostenitori delle varie teorie psicodinamiche anche molti *atti mancati* sono spie di segnali inconsci e quindi rivelatori degli effettivi sentimenti e stati d'animo dell'individuo.

La comunicazione non verbale costituisce, proprio per la sua effettiva veridicità, un potente strumento a disposizione dello psicologo e dello psicoterapeuta il quale, osservando attentamente il paziente, è in grado di arrivare all'effettiva diagnosi del disturbo psichico e può arrivare a cogliere aspetti di personalità spesso, per il paziente, impossibili da verbalizzare.

Sempre la comunicazione non verbale è importantissima nell'ambito dell'età evolutiva in quanto costituisce l'unica forma di comunicazione nei bambini della primissima e prima infanzia, continuando a svolgere un ruolo fondamentale anche negli anni seguenti fino a tutta l'adolescenza. Nei bambini, infatti, fin dai primi momenti di interazione con la figura materna, il corpo costituisce l'unico mezzo di comunicazione con l'ambiente; anche le prime forme di linguaggio verbale del neonato, vale a dire il pianto, viene sempre accompagnato da forti segnali corporei.

Anche successivamente, nei primi anni di vita, il bambino si esprime con il corpo, e con l'ingresso nella scuola materna anche il disegno comincia a ricoprire una grande importanza comunicativa: tramite il disegno, infatti, il bambino comunica all'esterno i suoi stati d'animo e i suoi disagi, la qualità e l'importanza delle relazioni con le figure parentali e con i coetanei, e fornisce, ad un attento psicologo dell'età evolutiva, l'esatto stato della sua percezione di sé: attraverso il disegno di se stesso o di altre figure umane è infatti possibile risalire alla percezione che il bambino ha del proprio schema corporeo e al grado di orientamento corporeo





nel tempo e nello spazio. È quindi compito di insegnanti e professionisti del settore formulare attività e progetti in grado di stimolare l'espressione del bambino tramite l'immagine con l'obiettivo di attivare, dove si ritenga necessario, gli opportuni interventi preventivi.

La comunicazione è dunque un potente strumento che l'uomo ha a disposizione: con essa possiamo determinare le scelte e gli orientamenti di un bambino o di un adolescente, possiamo condizionare i suoi interessi e addirittura attivare o inibire connessioni neurali a livello cerebrale.

È quindi evidente il ruolo fondamentale che ricopre la comunicazione: in particolare, nell'ambito evolutivo, è indispensabile che la famiglia, nelle figure dei genitori, e successivamente la scuola, nelle figure degli insegnanti, abbiano coscienza della loro fondamentale missione: entrambe le figure hanno in mano un cervello in evoluzione, vale a dire un progetto unico ed irripetibile qual è un bambino, ossia un individuo con in seno tutte le potenzialità di un essere umano.

È pertanto necessario sviluppare sempre più coscienza di tale compito affinché si cerchi il più possibile di favorire il percorso evolutivo del bambino cercando di comunicare con lui tenendo ben presenti le sue fasi evolutive (quindi fornendo le varie informazioni con gradualità), stimolando le sue capacità critiche e soprattutto rispettando, in ogni momento, la sua dignità come individuo.

### ***Neuropsicofisiologia della comunicazione***

Ma cosa significa, concretamente, rispettare la dignità di un individuo? Nell'ambito del processo comuni-

cativo, affinché siano presenti le premesse per le quali possa esistere l'interazione fra due individui, è importante non colpire mai il valore della persona ma affrontare il singolo problema: combattere la persona significa toglierle energia, abbassare la sua autostima e colpevolizzarla con la logica conseguenza di chiudere con lei ogni possibilità di dialogo. Colpevolizzare significa togliere energia all'altro, mentre comunicare con rispetto significa dare energia al sistema. Il primo passo per dare energia ad un individuo è quello di saperlo ascoltare permettendogli di esprimersi liberamente e con i suoi tempi. È soltanto partendo dalla comprensione di quello che l'altro vuole esprimere che si può arrivare alla comprensione della sua visione e a fornirgli un contributo che gli permetta di risolvere i suoi problemi.

È necessario ricordare l'utilità della parola: la parola è una forma di energia che può avere una forza distruttiva o costruttiva: la parola è distruttiva quando lede l'autostima dell'altro, in questo caso la parola toglie energia al sistema; viceversa la parola è costruttiva quando è tesa al miglioramento dell'altro e, soprattutto, al rispetto della sua dignità come individuo.

È importante poi distinguere l'**espressione** dalla **comunicazione**, infatti comunicare non vuol dire semplicemente esprimersi: l'individuo spesso si esprime ma non comunica. Esprimersi vuol dire esternare quello che si ha dentro il proprio cervello rispondendo ad una esigenza interna senza considerare la persona che si ha di fronte e le sue reali possibilità; comunicare significa decidere "cosa" esternare costruendo un progetto ben preciso che comprenda la conoscenza del nostro interlocutore, le sue reali possibilità di ricezione



dell'informazione e la sua capacità di ascolto; bisogna aver la chiarezza di "cosa" effettivamente si vuole esternare e in che modo questo sia comprensibile all'altro.

È indispensabile, prima di poter comunicare, riportare in equilibrio il "sistema": ogni individuo è un sistema energetico che può trovarsi in una situazione di equilibrio o di squilibrio: soltanto quando l'individuo è in equilibrio è in grado di vagliare le varie informazioni in entrata e solo in questa situazione è possibile affrontare un dialogo e quindi comunicare. In fase di squilibrio, viceversa, l'individuo, non riuscendo ad avere il controllo sul proprio cervello e sulle proprie reazioni, è pronto a rispondere automaticamente, con il meccanismo stimolo-risposta, alla prima parola non in sintonia con la sua visione.

Nella comunicazione bisogna quindi "bloccare" la propria voglia di esprimersi liberamente e scegliere

soltanto quelle informazioni che possano essere "utili" al nostro obiettivo e che possano essere recepite e utilizzate dall'altro.

La comunicazione è quindi un progetto ben preciso che deve contenere la conoscenza delle possibilità dell'altro, deve seguire codici di comunicazione in sintonia con l'interlocutore che si ha di fronte e deve soprattutto avere un obiettivo e una finalità; finalità che, nella comunicazione, dovrebbe essere sempre evolutiva, quindi tesa alla comprensione e al miglioramento dell'altro e di se stessi.

Solo tramite la "comunicazione costruttiva", dunque, è possibile favorire la crescita evolutiva di un individuo, crescita che passa attraverso la ricerca costante di armonia, di soluzione positiva dei problemi e di arricchimento della coscienza propria ed altrui. □

### Riferimenti bibliografici

Argyle M., *Il corpo e il suo linguaggio: studio sulla comunicazione non verbale*, Zanichelli, Bologna 1978;

Attili G., Ricci Bitti P.E. (a cura di), *I gesti e i segni*, Bulzoni, Roma 1983;

Battacchi M.W., Renna M., Suslow T., *Emozioni e Linguaggio*, La Nuova Italia Scientifica, Roma 1995;

Bouton C., *Il Cervello e la parola*, Laterza, Roma-Bari 1992;

Canestrari R., Godino A., *Introduzione alla psicologia generale*, Mondadori, Milano, 2002

Flavell J.H., *La mente dalla nascita all'adolescenza nel pensiero di Piaget*, Astrolabio, Roma 1981;

Fletcher P., Barman M. (a c.di), *L'acquisizione del linguaggio: studi sullo sviluppo della lingua materna*, Cortina, Milano 1991, Cap. 4 par. 4.1. pag. 97;

Galli G., *Funzioni del linguaggio e metodo delle ricerche fenomenologiche*, in W. Gerbino (a cura di), *Conoscenza e struttura*, Il Mulino, Bologna 1985;

Kaniska G., Legrenzi P., Sonino M., *Percezione, linguaggio, pensiero*, Il Mulino, Bologna, 1983;

Papeschi L.L., *La Comunicazione costruttiva*, in *Il Cervello e L'integrazione delle Scienze* n. 39 - 1° semestre 2002, Cap. 2 par. 11 pp. 61-67.

