

# LA COMUNICAZIONE (Attività creativa)

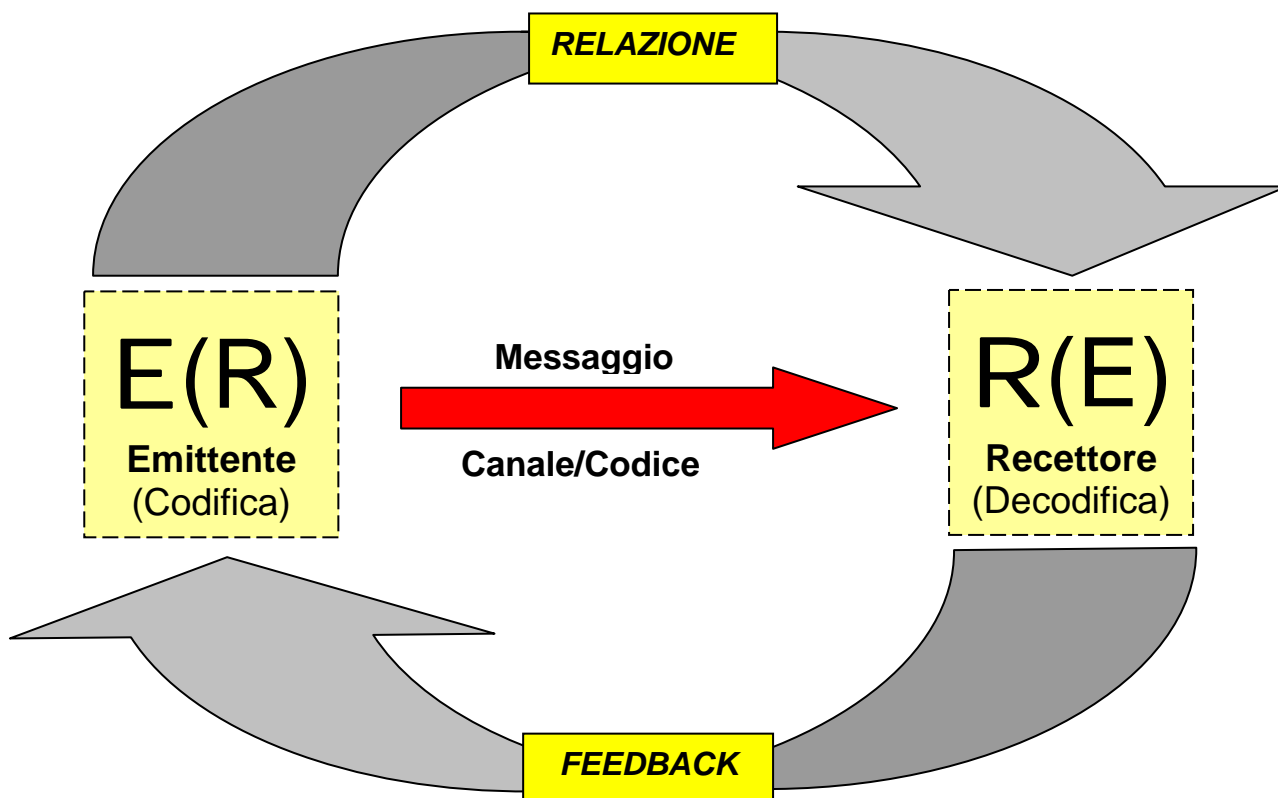
La comunicazione è una delle grandi problematiche del terzo millennio: infatti, nelle potenzialità tecniche, nell'utilizzo, nella valenza sociale assorbe gran parte dell'attenzione dell'uomo contemporaneo. E moltissime sono le definizioni formulate da vari esperti o scuole, che in generale sono concordi nel definire (provvisoriamente) la comunicazione umana come

**“processo circolare di significazione, nel senso che il ricevente è implicato non in una risposta meccanica, ma interpretativa”.**

Le implicazioni di questa definizione sono molteplici, interessanti e tutte da rivalutare: tuttavia, nel primo approccio, ci limiteremo a poche considerazioni di ordine generale, per poi affrontare i termini concettuali ed esperienziali di specifiche situazioni nelle problematiche dello sport e delle attività motorie.

La competenza comunicativa e relazionale rappresenta una delle maggiori prerogative nelle relazioni umane, professionali e didattiche. Questa competenza – leva dell'innovazione e della creatività personale e di gruppo – aiuta ad essere soggetti **generatori** di nuove energie, culture e valori (quindi di consenso).

## IL PROCESSO COMUNICATIVO (CIRCULARITÀ)



Dallo schema si evince che si è emittenti (E) e recettori o riceventi (R) nello stesso tempo e che la comunicazione attiva delle reazioni (feedback): per entrare in sintonia (interazione) bisogna verificarle.

Ogni rapporto umano è un rapporto di comunicazione; tuttavia, la competenza comunicativa, cioè la capacità di mettersi in relazione con gli altri – base del progresso umano e della riflessione didattica e pedagogica – non sempre è conseguita spontaneamente: si costruisce nel tempo in rapporto a personali predisposizioni, ma anche con appropriati studi ed esperienze.

Creare il “**rumore**” o le “**barriere comunicative**” (specialmente quelle di carattere psicologico) e rendere la stessa relazione incerta e conflittuale non costituisce un rischio remoto. Ad es., adottare uno stile comunicativo dominante, polemico significa parlare “*contro l’altro*” e non “*con l’altro*”.

La comunicazione può essere esplorata nei vari aspetti di:

- **comunicazione interpersonale;**
- **comunicazione di massa;**
- **interazione uomo-macchina.**

In questa sede, l’attenzione è sulla comunicazione interpersonale, nella consapevolezza che una buona comunicazione può non essere una buona comunicazione didattica. A riguardo, riportiamo, in maniera molto sintetica, alcuni concetti essenziali.

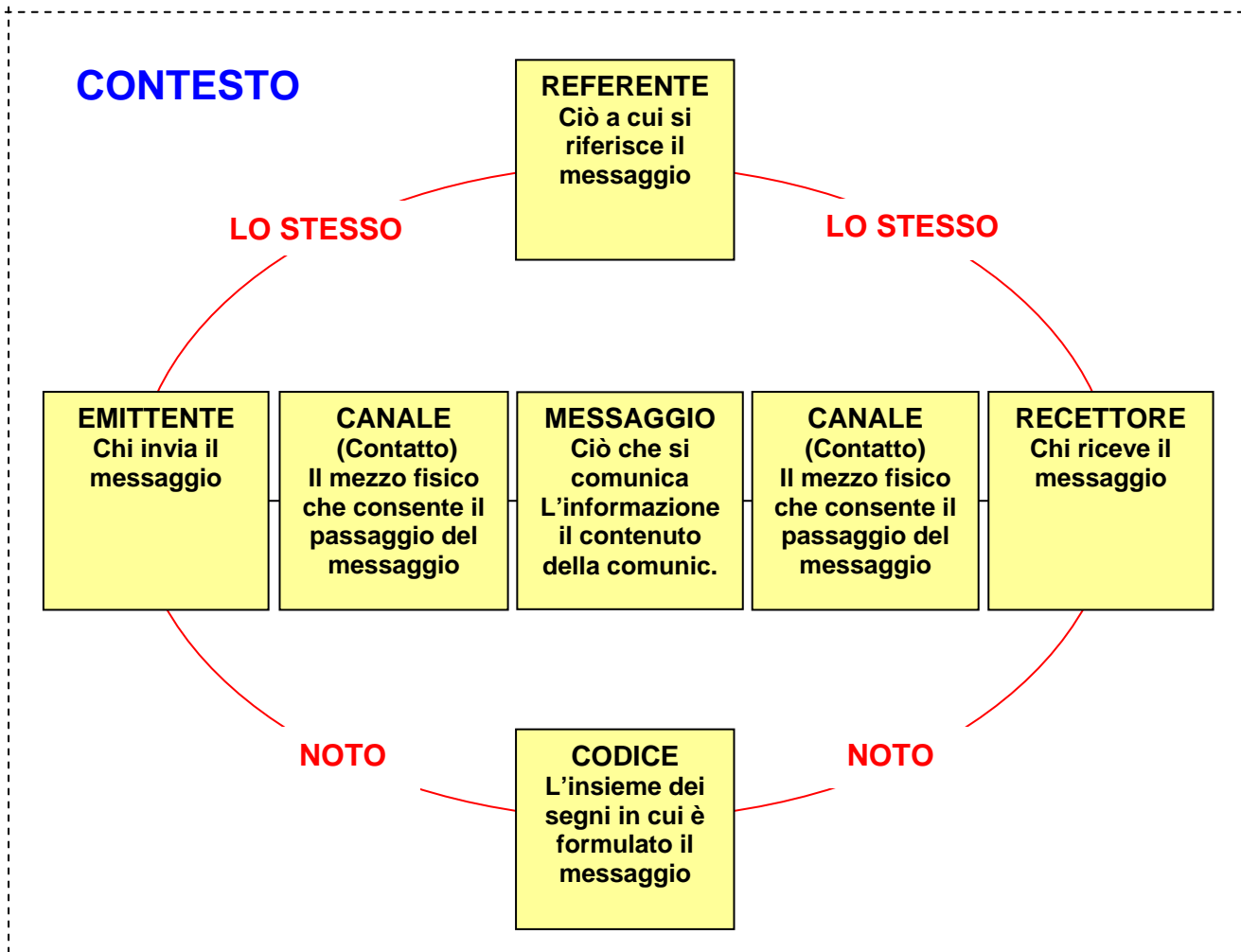
### **I principi della comunicazione:**

- **non si può non comunicare.** Se il comportamento è comunicazione, non si può non comunicare. Si comunica anche con il silenzio;
- **la comunicazione ha due aspetti:**
  - **di contenuto**, il **che cosa** comunico (componente verbale – intenzionale, consapevole). **Verbale (7%);**
  - **di relazione**, **come** comunico (componenti non verbali – non intenzionali, non controllabili, inconsapevoli, fondamentali nella relazione, ambigui). **Non verbale (93%).** La comunicazione non verbale può essere distinta in: a – *paraverbale* (38%): tono della voce, volume, ritmo (cambiano il senso della comunicazione); b – *del corpo* (55%): gestualità, postura, abbigliamento, orientamento spaziale, distanza interpersonale, mimica facciale. Il livello di contenuto (il cosa) ed il livello di relazione (il come)

si devono equilibrare, sottolineando che “il come” qualifica “il cosa”. La comunicazione efficace esige pure la coerenza tra le modalità verbale/non verbale;

- **ascolto attivo (empatia).** Sospendere il giudizio, mettersi dal punto di vista dell'altro, ascoltare con gli occhi, comprendere i significati nascosti. L'ascolto empatico – elemento fondante della relazione e, quindi, di aiuto – è la capacità non invasiva di entrare nel mondo dell'altro, creando intorno a sé un vuoto fertile, per comprendere a fondo ed in modo autentico quanto l'altro sta dicendo. L'ascolto attivo elimina le barriere comunicative, incoraggia l'apertura e la scoperta dell'altro, favorisce l'accoglienza e la reciprocità.

## GLI ELEMENTI FONDAMENTALI DELLA COMUNICAZIONE



Per una comunicazione efficace, è necessario che l'**E** ed il **R** in ogni atto comunicativo abbiano chiara la funzione di questi elementi sistemici. L'attività didattica si fonda sulla relazione e il docente deve essere un “**professionista della comunicazione e della relazione**”, per cui – riaffermando la centralità dell'atleta – deve avere la consapevolezza che:

- nella comunicazione, l'ascolto è prioritario;
- parlare non vuol dire comunicare;
- la comunicazione è nel feedback;
- la buona comunicazione è quella attivata dal **R**;
- nella comunicazione l'**E** intende 100, ma trasmette 70; mentre il **R** ascolta 50, comprende 20, trattiene 10;
- l'efficacia della comunicazione è direttamente proporzionale ai prerequisiti (cognitivi, affettivi, emotivi, motivazionali), agli interessi ed allo stile comunicativo e di apprendimento di chi ascolta;
- la buona comunicazione è assertiva, ma non priva di calore umano;
- si comunica soprattutto ciò che siamo;
- nella comunicazione è devastante comunicare stress;
- la buona comunicazione è nella disponibilità di esprimersi in forma concreta, comprensibile, sincera;
- nella comunicazione didattica è fondamentale utilizzare tutti i linguaggi e tutte le tecnologie interattive.

Inoltre, la comunicazione deve: essere strategia, azione, creazione; deve infondere energia psicofisica, promuovere accoglienza, avere forte valenza di animazione.

Alcuni accorgimenti nella comunicazione didattica: enunciazioni normative, tecniche e scientifiche (prevalenza degli aspetti cognitivi); attività di istruzione e formazione (equilibrio degli aspetti cognitivi ed emotivi); argomentazioni letterarie ed artistiche (prevalenza degli aspetti emotivi).

## **La multimedialità**

Per multimedialità si intende l'intreccio tra diverse fonti e canali della comunicazione (con struttura non sequenziale, ma reticolari), nella constatazione che la moltiplicazione dei mezzi favorisca lo stimolo alle intelligenze, ai linguaggi e, quindi, alle componenti della personalità. Infatti, **l'uomo è multimediale**, cioè naturalmente predisposto all'interattività pluri sensoriale finalizzata alla conoscenza.

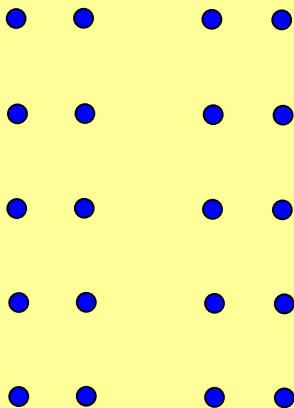
La multimedialità – nonostante i discordi pareri degli esperti sulla limitata relazionalità – ha conferito un formidabile impulso alla didattica e da cui sembra in futuro non si possa prescindere. E' una strategia comunicativa che utilizza

diversi media, non abolendo quelli precedenti, ma definendone le nuove funzioni. Dal punto di vista didattico risultano fondamentali, perché stimolano tutti i sensi dell'uomo, aggiungendo una diversa interattività e nuove modalità di apprendimento, come la formazione a distanza (FAD).

La multimedialità – nelle sue molteplici forme, in velocissima evoluzione – non è facile da padroneggiare: è un mezzo tecnologico, per cui è decisiva la modalità di utilizzo. L'aspetto educativo resta nelle mani di chi, in possesso di solide competenze psicopedagogiche, opera nello sport.

**Esempio di due diverse modalità di comunicazione didattica all'interno di un gruppo sportivo (Es.: Spinning): la prima (A), con limitata valenza relazionale; la seconda (B), con elevata valenza relazionale. Purtroppo, questa seconda modalità non sempre è attuata, anche quando vi sono le condizioni tecniche.**

**(A) Atleti disposti per file parallele**



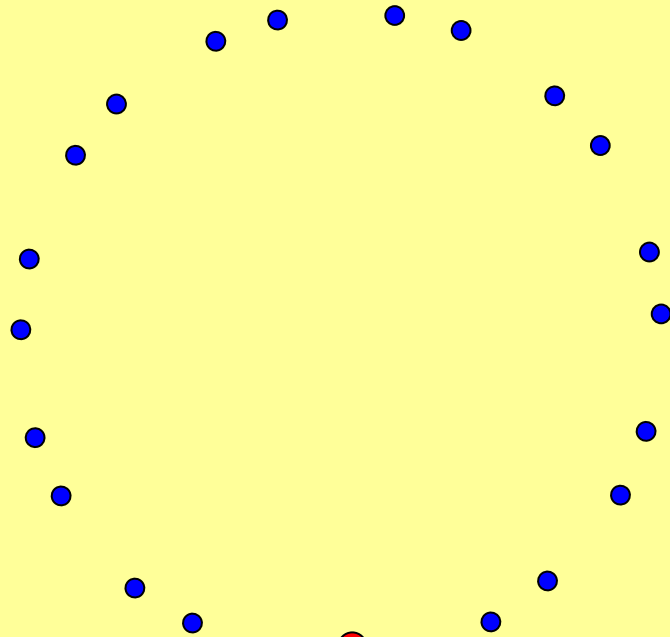
DOCENTE

30 relazioni tra gli atleti  
+ 40 relazioni con il docente

**Totale numero di relazioni: 70**

**Minimo potenziale fidelizzante**

**(B) Atleti disposti in forma circolare (gruppo)**



DOCENTE

Numero di relazioni = n. persone x (n - 1) =  
21 x (21-1) = 21 x 20 = 420

**Totale numero di relazioni: 420**

**Massimo potenziale fidelizzante**