

Esperimento commissionato da Federico II

*Quale sia la natura se singua originaria
dell'uomo?* Fece allevare un certo numero di
neonati da balie che dovevano prendersi
cura dei bambini in ogni maniera, ma, nei
loro confronti e in loro presenza, astenersi
completamente dall'uso del linguaggio e da ogni
forma di comunicazione.

Federico sperava di giungere a stabilire se i
bambini avrebbero cominciato a parlare
spontaneamente greco, latino o ebraico.

*“fatica vana, perché i fanciuzzi
morirono*

tutti” questa fu la conclusione a cui arrivò
Federico II

medaglia a due facce



*comunicazione
con gli altri*

l'altra faccia della medaglia

*comunicazione
con se stessi.*

COMUNICAZIONE

VERBALE

NON VERBALE

COMUNICAZIONE VERBALE

- LINGUAGGIO

nella comunicazione umana, gli
aspetti verbali
incidono mediamente per

l'8%

gli **aspetti non verbali**
incidono mediamente per il
restante

92%

COMUNICAZIONE NON VERBALE

- movimenti del corpo
- espressioni facciali
- caratteristiche fisiche
- comportamenti oculari
- cenni del capo
- comportamenti di contatto diretto
- prossemica
- fattori ambientali
- gesti
- tono di voce
- ritmo e velocità dell'eloquio



ASSIOMI DELLA COMUNICAZIONE

- non si può non comunicare
- ogni comunicazione ha un aspetto di contenuto e un aspetto di relazione
- la natura di una relazione dipende dalla “punteggiatura” delle sequenze di comunicazione tra i comunicanti

comunicazione con sé stessi

www.marcantogninisammy.net





- cercare di trasformare la comunicazione da negativa a positiva





- “CONTRADDIZIONE CHE DERIVA DALLA DEDUZIONE CORRETTA DA PREMESSE COERENTI” WATZLAWICK

PARADOSSO

- “AFFERMAZIONE, OPINIONE, TESI CHE, NONOSTANTE SIA IN CONTRASTO CON L’ESPERIENZA COMUNE, SI DIMOSTRA DI FATTO FONDATA” GARZANTI

ESEMPI VERBALI

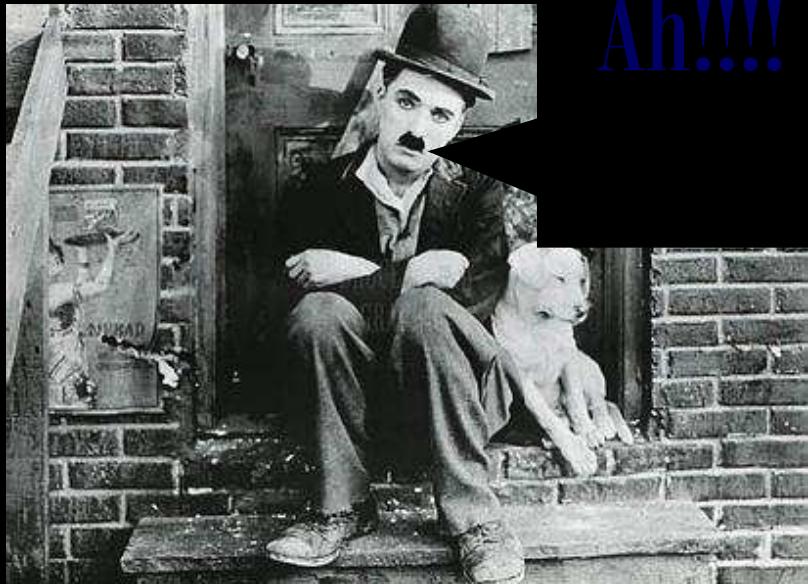
- **dovresti divertirti!!!**
- **sii spontaneo!!!**
- **sai che sei libero di andare caro! Non preoccuparti se comincio a piangere!**

Molto interessante!!



Ciao mamma! Mi sono
divertito molto oggi al
parco !!!!





Ah!!!! che bellissima giornata

Parlate pure tranquillamente,
come se io non ci fossi!!!!!!



Sono assolutamente
pronto per giocare con
voi!!



Comunicate
liberamente!!!

gninisammy.net

“Dormí!!!! La mamma sa
che sei stanco!!”

“mangia che hai fame!”

“mangia, se vuoi bene alla
mamma!”

“non sudare!”

il paradosso lo possono mettere in atto soprattutto i genitori e l'allenatore tra di loro quando si relazionano con il bambino

- evitare di contraddirli il mister per evitare i ricatti dei figli

EMPATIA

- vedere le cose dal punto di vista dell'altro (bambino), quindi entrare nel suo “pathos” (empatia: in-pathos), nell'emozione del bambino

intraprendere una comunicazione
sulle emozioni



- rinforzi positivi: *bravo, va bene*

.....

- programma di rinforzi
intermittenti e non continui

- correttivi non rivolti a sottolineare l'errore

- non rinforzare o correggere mentre il bambino sta mettendo in atto il compito

- comunicazione individualizzata

- insegnare facendo (limitare la spiegazione verbale o la dimostrazione)

self talk

www.marcantogninisammy.net

la valutazione di un giocatore va fatta
non su quanto è **bravo** nella sua
giornata positiva, ma su quanto è
disastroso nella sua giornata no

- Il processo è più importante del risultato
- Il metodo è più importante del singolo punto

- La vittoria non è il miglior metodo di valutazione della tua performance

- Tu giocatore/trice devi sapere che sei stato/a formato/a anche per fallire e bisogna ristrutturarsi internamente per poi avere una performance esterna

- Lo sport consiste in una serie di scelte e la tua abilità di prendere la migliore scelta determina l'abilità di avere la tua miglior performance

- Prendere la miglior scelta non garantisce che tu vincrai la partita, ma renderà possibile che tu giocherai il tuo miglior punto

- Ci dobbiamo allenare per le situazioni peggiori, e quando queste accadono, dobbiamo reagire nel miglior modo che abbiamo allenato, non con la più naturale reazione

ogni dialogo interno vuole una certa autodisciplina

- e' del bambino, o dell'adulto non allenato, evitare il disagio reagendo impulsivamente
- attraverso il self talk possiamo trasformare le nostre emozioni non funzionali in emozioni appropriate, adatte al raggiungimento dei nostri scopi

quando il soggetto è alle prese con un problema di secondo ordine non sarà certamente nelle condizioni di affrontare il problema di primo ordine. In altre parole non si può affrontare la paura, fintanto che non si conosce di avere paura, ossia fino a che non si è consapevoli e si accetta la **“paura della paura”**.

le emozioni parassite sono sostenute
da pensieri irrazionali e da logiche
fittizie

tali convinzioni irrazionali o disfunzionali
sono sostenute dalle seguenti “**procedure
cognitive**”

ipergeneralizzazione

il soggetto, invece di osservare tutti i dati disponibili, prende un singolo evento per porlo come regola generale da applicarsi a situazioni diverse, senza procedere mai ad alcuna verifica (usa termini assoluti come “**tutti**”, “**sempre**”, “**nessuno**”, “**mai**” ecc.) es. “**questa cosa non mi viene mai!**” “**sbaglio sempre**” “**tutte le volte....**”

la distorsione

attraverso la quale il soggetto si focalizza soltanto su alcuni aspetti della realtà, ignorandone altri; esempi: **“sono un inconcludente”** **“ogni volta che c’è un momento importante gli altri hanno sempre fortuna”**

il pensiero bipolare

attraverso il quale il soggetto vive la realtà in termini di categorie estreme, di “bianco o nero”, “tutto o niente”, senza individuare tonalità intermedie. es. **“ se non vinco questa partita sono un fallimento”** **“se non attuiamo questa tattica non rimontiamo più”**

personalizzazione

il soggetto si pone al centro dell'universo e attribuisce a se stesso, secondo procedure di carattere inferenziale , la responsabilità di un qualsiasi evento negativo senza che esista alcuna ragione obiettiva. **“è tutta colpa mia” “se le cose vanno così vuol dire che mi sono allenato sempre male”**

il ragionamento emotivo e i pensieri assoluti

il soggetto si basa esclusivamente sulle proprie emozioni o su superficiali intuizioni per interpretare la realtà, senza tener conto di principi logici e razionali. es.

“sono arrabbiato perché il mondo è sempre ingiusto con me” “ mi esclude sempre quindi vuol dire che non merito attenzione”