

Publicato su DOC

La comunicazione di se stesso
Renato Palma

Quanti modi abbiamo di comunicare noi stessi? Almeno tanti quanti sono i nostri canali sensoriali. Noi sappiamo che alcuni veicolano la comunicazione a distanza (vista attraverso la parola scritta, l'immagine), mentre altri impongono una maggiore intimità (odorato, udito, tatto, gusto).

Nell'epoca della comunicazione tecnologicamente facilitata, nella quale diventa sempre più difficile stare insieme e più grave il problema della solitudine, la cultura della nostra società sta andando nella direzione, paradossale ma non inaspettata, di aumentare le distanze tra gli individui. Così ognuno di noi sta diventando esperto nelle tecniche di comunicazione a distanza: gli SMS prendono il posto della nostra voce, la nostra immagine parla per noi. Questo significa particolare attenzione verso quello che mostriamo, lasciando che siano i segni che portiamo addosso a dire chi siamo, a che gruppo apparteniamo, quali sono i nostri stili di vita e i nostri desideri. Questa tendenza ha come effetto un ulteriormente isolamento. Ma anche questo è voluto. La comunicazione sociale ci bombarda con il pericolo sempre in agguato di una nuova peste o di un nuovo pericolo che nascerebbe dallo stare insieme.

Sperimentiamo il confine con l'altro come ben più consistente e ce lo immaginiamo più difficile da valicare di una linea d'ombra. Occorre prudenza, ci diciamo. Ci immergiamo nella sfiducia e nell'impossibilità. Quando incontriamo l'altro non siamo, come in passato, solamente estranei, magari spinti dalla curiosità. Ce lo raccontiamo e lo sentiamo come potenzialmente pericoloso per la sopravvivenza della nostra fragile identità. La comunicazione a distanza ottiene quindi il risultato di ridurre la possibilità di essere contagiati sul piano sanitario, e di essere protetti dal rischio di un coinvolgimento del nostro io sul piano affettivo.

A voler dare un significato a questo sforzo nel quale è impegnata la comunicazione sociale si potrebbe veramente pensare che stare insieme rappresenti un pericolo per un sistema fortemente ancorato ai bisogni dell'economia. L'imperativo è evitare l'esperienza diretta con l'altro, quindi con l'alternativa a quanto stiamo vivendo, che avrebbe la forza di far riemergere bisogni relazionali e affettivi e quindi cambiare non solo il nostro ruolo, ma la visione e il progetto della nostra vita.

La nostra condizione diventa sul piano sociale, e quindi viene percepita sul piano dell'identità, come sempre più insicura e precaria. Il contatto umano ci spaventa con la sua possibilità di toglierci la maschera, di mettere a nudo il nostro vero essere, quello che noi stessi non abbiamo potuto imparare ad apprezzare, totalmente impegnati a diventare quello che gli altri ci hanno imposto e, successivamente, quello che abbiamo pensato che dovevamo essere. La distanza che percepiamo tra quello che siamo e quello che dovremmo, o vorremmo, essere è proporzionale alla difficoltà che incontriamo a fornire agli altri informazioni su noi stessi.

La società in cui viviamo pretende una flessibilità in molti campi, ma genera una rigidità, una prevedibilità, sul piano della comunicazione più intima, che altrimenti potrebbe sfuggire al suo controllo. Cambiare non si può, è pericoloso. A meno che non si seguano i dettami di una società dell'immagine, della moda, della comunicazione veloce, virtuale, sempre controllata e indirizzata. Anche la comunicazione sociale, come quella individuale che da lei deriva, ha un filtro imposto da interessi ad autoalimentare il suo modello, per cui solo alcune informazioni vengono veicolate. Per esempio, pochi sanno che sono sempre più numerosi i ragazzi che hanno difficoltà a mantenere la capacità di comunicare

attraverso il linguaggio scritto e parlato, che è il frutto di uno sforzo che ha prodotto una grande evoluzione attraverso simboli particolarmente complicati. Socrate lamentava che il dono, fattoci da un dio, della parola scritta avrebbe cambiato il mondo, naturalmente per lui in peggio, demotivando i giovani a usare la memoria. Oggi, che abbiamo a disposizione sempre una interfaccia visiva, stiamo perdendo il gusto per la comunicazione attraverso la parola e molti bambini non riescono a riconoscere i segni della parola scritta.

Stiamo diventando coerenti alla regola "what you see is what you get". Così siamo assolutamente convinti, per esempio, che basti maggiorare certe forme estetiche delle donne per renderle più desiderabili, e quindi automaticamente più sensuali. E il nostro modo di vestire e di presentarci rappresenta una specie di divisa che evita lo sforzo di parlare di noi. Ci protegge, rendendoci immediatamente riconoscibili in un gruppo, evitandoci il rischio di sentirci rifiutati. La nostra identità si sovrappone sempre più spesso all'immagine che la pubblicità, e la sua cultura, ci impone (un esempio per tutti: il gran numero di ragazze prigioniere della follia del controllo del peso).

Problemi ad esporsi c'erano anche in passato. Cirano de Bergerac preferiva nascondersi dietro Cristiano per poter comunicare con Rossana, prestando a lui le parole che Rossana voleva sentire per potersi innamorare. I suoi sentimenti potevano parlarle attraverso il corpo di un altro. Un errore di valutazione di Cirano costringe tutti a una vita infelice. Cos'è che convince Cirano a non voler neanche provare, che cosa lo fa arretrare davanti a un fallimento che lui reputa certo e che quindi non sottopone alla verifica dell'esperienza? E' un problema che ci riguarda: la comunicazione di noi stessi esce infatti dal campo delle altre esperienze, nel quale accettiamo il metodo dei tentativi e degli errori, per far parte del mondo affettivo nel quale una delusione ci espone a un fallimento insostenibile e irrimediabile. Siamo dunque stati così duramente condizionati sul piano affettivo, cioè sul piano della comunicazione di noi stessi?

Chi di noi non si è trovato in difficoltà al momento di proporre se stesso? Chi non ha avvertito imbarazzo, disagio o vergogna a comunicare i sentimenti più intimi? A stare dalla parte dei propri desideri, bisogni, progetti quando è il momento di svelarli? Nel precedente modello di relazioni avevamo una maggiore consapevolezza di quello che volevamo comunicare: Cirano parla a Rossana di sé, anche se non si sente all'altezza di farlo, o non crede di averne il diritto.

Nella nostra società dei consumi l'industria dei desideri ci propone anche quello che dobbiamo volere e quindi essere e apparire. Così la comunicazione di noi stessi diventa molto spesso la comunicazione di stereotipi, di luoghi comuni, di conformità con gli altri. Come siamo arrivati a questo ha spiegazioni molto complesse. Possiamo però provare a riflettere su come si costruisce la possibilità di comunicare se stesso, cioè di trasferire informazioni essenziali che riguardano il nostro mondo e la necessità che abbiamo, per sopravvivere, di scambiare informazioni con gli altri.

Innanzitutto i modi (come?), i contenuti della comunicazione di se stesso (chi sono e cosa voglio?) e il consenso (posso?) sono frutto di un apprendimento condizionato dalla qualità della relazione che gli adulti stabiliscono con i nuovi nati.

I neonati incontrano molti problemi nel loro tentativo di comunicare serenamente e semplicemente. Contemporaneamente sono impegnati a elaborare le informazioni che gli adulti trasmettono loro, e che veicola due stati d'animo: approvazione, disapprovazione.

Ai bambini che parlano il linguaggio immediato dei bisogni, gli adulti rispondono con la grammatica delle regole e del giudizio. C'è poi la grande differenza nella concezione del tempo, che per i bambini è possibilità, per gli adulti impossibilità: mentre i bambini stanno nel tempo gli adulti vanno contro il tempo, hanno sempre fretta, hanno sempre qualcosa che devono fare.

Il linguaggio dei bisogni è poi totalmente collegato al mondo dell'affettività, non solo perché parla con estrema semplicità della sopravvivenza, ma perché concerne la libertà di

esprimersi e pretende una qualità dell'ascolto basata sul riconoscimento che qualcosa di nuovo sta accadendo, che si sta creando una nuova relazione, nella quale una delle due parti è dipendente dall'altra ed è estremamente attenta al modo in cui questa sua dipendenza viene trattata. Quando gli adulti impongono al bambino un processo di adattamento del suo modo di comunicare, comunemente definito educazione, il bambino è costretto ad acquisirlo disperdendo risorse come la fiducia nel mondo che lo circonda e che tratta i suoi tentativi di contrattazione (e quindi di esistenza), come bizze o ribellioni. Bambini trascinati per la strada, in lacrime, inascoltati, non hanno grandi probabilità di diventare liberi di comunicare i loro bisogni. C'è sempre un problema di tempo, o di disponibilità, a inquinare la possibilità di comunicare su un piano orizzontale: noi apprendiamo la comunicazione stando dalla parte bassa di un piano inclinato.

Ci abituiamo a comunicare schivando le reazioni degli adulti, la loro irritazione.

In poco tempo, con le buone o con le cattive, apprendiamo che cosa possiamo dire e che cosa è meglio non dire, ma anche come si deve dire e come non si deve. Impariamo a temere le conseguenze dei giudizi. Ci adattiamo a controllarci, a vergognarci. Recitiamo il ruolo che ci è stato attribuito. Ci riconosciamo interamente in quel ruolo. A sentire quel ruolo, quella immagine come strettamente collegata con la sopravvivenza della nostra identità. Siamo solo quello che gli altri ci hanno permesso di essere. E non abbiamo alternative, perché i rapporti in cui cerchiamo di soddisfare i nostri bisogni, e di realizzare i modi per non generare conflitti, sono obbligati. Inizialmente non possiamo scegliere con chi comunicare e questo ci porta a pensare anche i rapporti che andiamo a costruire come obbligati, sacrificando la possibilità di continuare a cercare quando l'altro rende la nostra comunicazione insoddisfacente.

Adriano lamentava la difficoltà di rimanere imperatore di fronte ad un medico; ogni bambino potrebbe raccontarci la fatica che costa tentare di rimanere se stesso di fronte alle aspettative degli adulti.

La comunicazione di se stesso nasce dunque tra molte limitazioni, soprattutto affettive: il rischio è sempre quello di non sentirsi amato.

In questa fase della vita succede un altro fatto decisivo: impariamo i modi del rapporto con noi stessi, ovvero gli adulti innestano dentro di noi la necessità di controllarci. E noi impariamo a fare uno slalom tra i paletti che hanno messo sul percorso della nostra crescita emotiva per evitare la delusione o la sanzione che ci aspetta se non siamo in linea con quello che gli adulti pretendono da noi. Diventiamo grandi quando ci siamo abituati a convivere con un altro che è molto critico: siamo in due in ogni occasione. Uno percepisce i bisogni, l'altro ha a cuore l'immagine, ha paura dell'insuccesso. I due sono sempre in conflitto tra loro. Quanto maggiore è l'intensità di questo conflitto, tanto più insoddisfacente è la comunicazione che riusciamo a dare di noi stessi. La libertà di essere quello che siamo si è trasformata nel tentativo di mostrarci come abbiamo imparato che dovremmo essere.

Il risultato ultimo dell'educazione è rendere ognuno di noi altro da se stesso, imparando un rapporto che si stampa sulla matrice del rapporto che abbiamo dovuto subire dagli adulti.

Così possiamo diventare solo ciò che ci viene concesso di diventare. In altre parole la sceneggiatura della nostra vita viene scritta da qualcun altro. Noi cerchiamo di attenerci alle battute che deve dire il nostro personaggio.

Calvino ce lo racconta così:

"Fu il 15 di giugno del 1767 che Cosimo Piovasco di Rondò, mio fratello, sedette per l'ultima volta in mezzo a noi.

Cosimo disse: -Ho detto che non voglio e non voglio! - e respinse il piatto di lumache.

Mai si era vista disubbidienza più grave.

-E allora? - disse nostro padre a Cosimo.

-No e poi no! - fece Cosimo e respinse il piatto.

-Via da questa tavola!

Ma già Cosimo aveva voltato le spalle a tutti noi e stava uscendo dalla sala.

-Dove vai?

Lo vedevamo dalla porta a vetri mentre nel vestibolo prendeva il suo tricorno e il suo spadino.

-Lo so io!- Corse in giardino.

Di lì a poco, dalle finestre, lo vedemmo che s'arrampicava su per l'elce.

Nostro padre si sporse dal davanzale.

-Quando sarai stanco di star lì cambierai idea! -gli gridò.

-Non cambierò mai idea, -fece mio fratello, dal ramo.

-Ti farò vedere io, appena scendi!-

-E io non scenderò più!- E mantenne la parola.”

E Cosimo non riuscì mai ad essere niente altro che la conseguenza di una pessima comunicazione con il potere.