



La squadra e la comunicazione

Cavalese, 7-8 giugno 2022

Bergamaschi

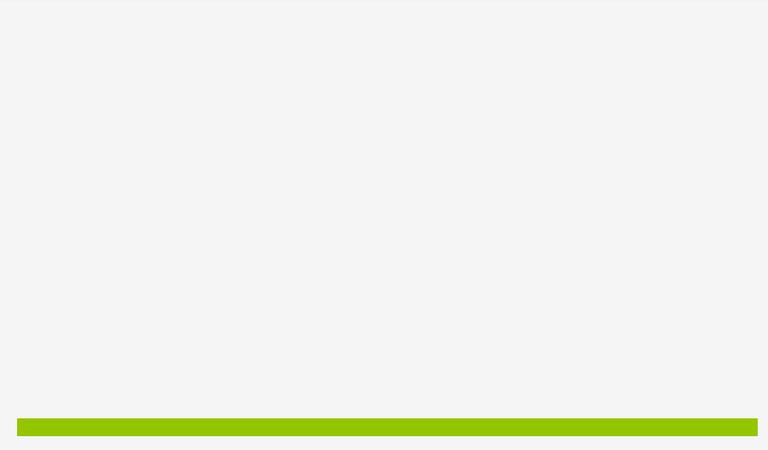


La squadra e la comunicazione

Cavalese, 7-8 giugno 2022



FARE SQUADRA



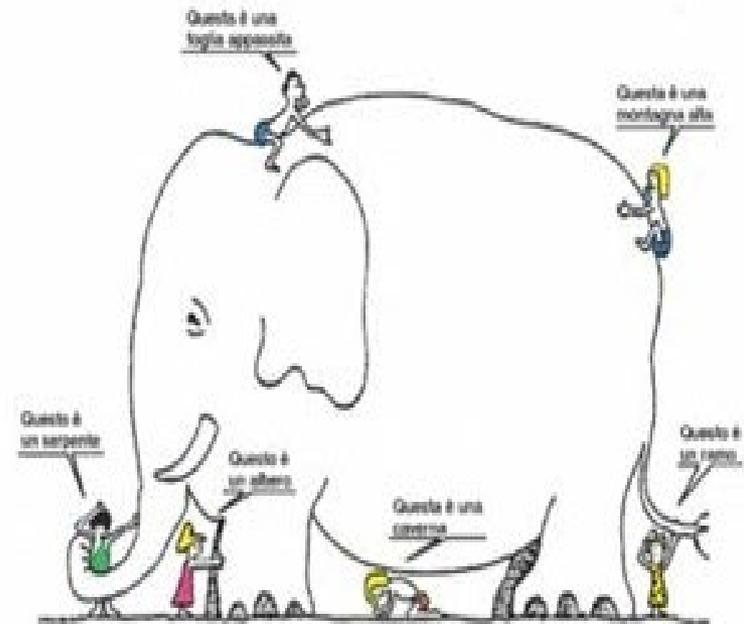
NON SEMPRE E' VERO CHE «CHI FA PER SE' FA PER TRE»

- https://www.youtube.com/watch?v=_CcGJd2Zwmw

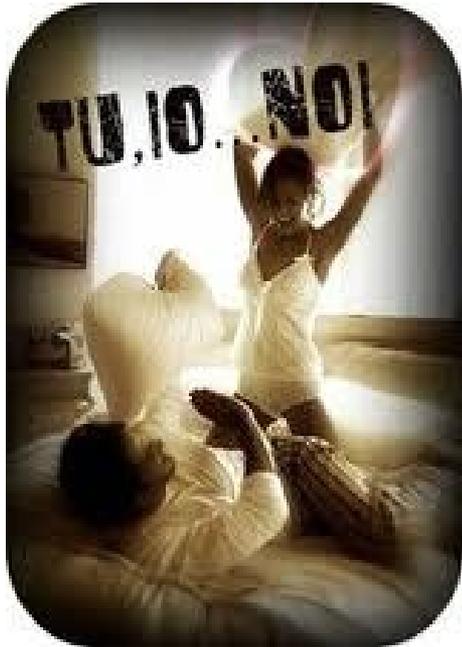
Il *tutto* è maggiore della somma delle sue parti

- Per “fare gruppo” non basta mettere insieme alcune persone. **Un gruppo nasce quando coloro che ne fanno parte interagiscono tra loro e le forze/energie disponibili entrano in relazione.**

SEI CIECHI DESCRIVONO UN ELEFANTE



Facciamo un esempio



Cosa succede quando un uomo e una donna formano una coppia? Inizialmente c'è un IO e un TU (sono due entità psichiche separate e distinte).

Successivamente, quando la coppia si è formata, l'IO e il TU - non più separati - formano un NOI (abbiamo così tre entità psichiche distinte): **la coppia (IO+TU+NOI) è maggiore della somma delle sue parti (IO+TU)!**

Nascita di un gruppo di lavoro

Un insieme di persone diventa gruppo quando nasce in tutti la consapevolezza che lavorare insieme può migliorare l'operatività di ciascuno, perché aumentano le capacità di risoluzione dei problemi



Bisogna acquisire il senso di interdipendenza

- *Interdipendenza:*
l'acquisizione della consapevolezza dei membri del gruppo di dipendere gli uni dagli altri e, nello stesso tempo, di essere risorsa l'uno per l'altro



Costruire un gruppo di lavoro: il **team building**

- Il termine **team building** (tr. lett.: squadra edificio) indica specifiche metodologie nate e sviluppate per lavorare sui gruppi ed in particolare su team di lavoro;
- Gli interventi più efficaci vengono effettuati con **metodologie esperienziali**, ovvero facendo vivere in prima persona delle vere e proprie “esperienze” ai partecipanti.

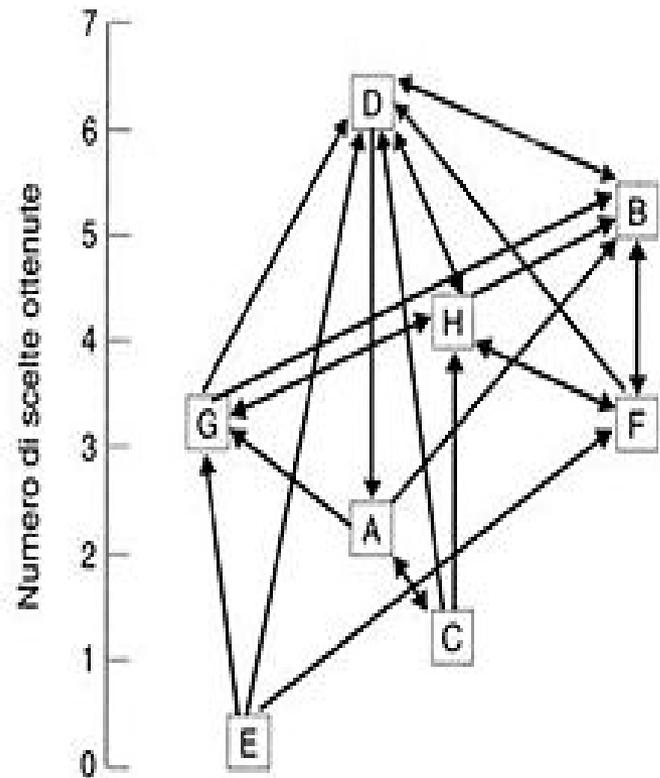


Prima esperienza

- Tutti seduti in cerchio;
- Viene dato ad un membro del gruppo il capo di un gomitolo di spago;
- Il gomitolo circola liberamente nel gruppo (ognuno lo passa o lancia a chi vuole);
- Chi riceve il gomitolo, trattiene con la mano il filo e passa a chi vuole il resto del gomitolo.

Un'istantanea del gruppo

- In ogni gruppo c'è chi attrae chi no.
- La sociometria (Moreno, 1951) è la scienza che misura un certo tipo di comportamento interpersonale. Si poggia sulla comune osservazione che, oltre lo scopo da raggiungere un gruppo ha una struttura psicosociale non evidente e ufficiale, ma comunque viva, reale e dinamica.



Attenzione

- Gli studiosi dei gruppi di lavoro osservano che **“la qualità e il tipo di relazioni** sono una variabile che influenza la coesione del gruppo, il clima, la qualità della comunicazione, la motivazione e la partecipazione dei membri” (Malaguti, 2007).



Seconda esperienza

- Si formano gruppi di 8-12 persone;
- I membri del gruppo si mettono in fila indiana e formano un cerchio (ognuno deve avere davanti a sé la schiena di qualcuno);
- A questo punto ognuno mette le proprie mani sulle spalle della persona che ha davanti;
- Compattare il gruppo;
- Al tre, tutti in simultanea piegano le gambe e si siedono sulle ginocchia della persona che hanno dietro;
- L'esperienza è conclusa quando tutto il gruppo è seduto.

Qual è lo stato di aggregazione del vostro gruppo di lavoro?

- La materia trattata in senso macroscopico è tutto ciò che occupa un volume e ha una massa; da un punto di vista microscopico, la materia è costituita di particelle (atomi o aggregati di atomi detti molecole). A seconda delle forze di coesione tra le particelle di un corpo, la materia si presenta nei suoi tre stati di aggregazione, **solido, liquido o gassoso** (www.sapere.it).



Terza esperienza

- Ognuno si mette una benda sugli occhi;
- Scopo del gioco: trovare le proprie lettere;
- Alcuni ripetono la lettera **a**, altri la **e**, ecc... **i,u,o**;
- Ogni **a** cerca le altre **a**, ogni **e** cerca le altre **e**, ecc...
- Mano a mano ci si trova, ci si prende per mano fino a che si sono trovate tutte;
- Il gioco si conclude quando tutte le **a** si sono ritrovate, tutte le **e** si sono ritrovate, ecc...

Uniti dentro per essere forti fuori

Il gruppo è caratterizzato sia da un sentimento di appartenenza condiviso dai membri sia da un riconoscimento esterno, la mancanza di uno di questi elementi facilmente comporta il fatto che non ci troviamo di fronte a un gruppo, ma a un semplice aggregato di persone (Malaguti, 2007)



Quarta esperienza

● Ruoli:

1. Occhio: ha in mano un disegno (modello) che deve essere riprodotto. L'occhio racconta all'orecchio com'è il disegno;
2. Orecchio: porta le informazioni dall'occhio alla mano. È cieco;
3. Mano: deve riprodurre il disegno su un foglio, ascoltando le indicazioni che gli riferisce l'orecchio;
4. Sapiente: può muoversi ovunque per aiutare il gruppo a raggiungere l'obiettivo. Però deve rispettare due regole: risponde solo a domande; agisce solo se coinvolto, può dire solo SÌ o NO.
5. Accompagnatore: accompagna l'orecchio (che è cieco) dalla mano all'occhio e viceversa. È muto;
6. Raccoglitore di informazioni: sta vicino alla mano e raccoglie le informazioni che gli arrivano dall'orecchio, prende appunti e le ricorda alla mano;
7. Conduttore: vigila sull'esecuzione dei ruoli.

NB. Ogni squadra può chiedere 2 Time-out. A questo punto la squadra smette di giocare e si riunisce per discuterne. Regole:

Si nasconde il modello e il disegno;

NON si possono fare domande sul disegno.

Si può parlare del modo con cui la squadra sta giocando: funziona tutto? Bisogna cambiare qualcosa? Come fare? Ecc...

Riconoscere e rispettare i ruoli



ANDY VENTURA 2011

INVERSIONE DEFINITIVA DEI RUOLI DI COPPIA

- I ruoli rappresentano all'interno dei gruppi di lavoro le parti assegnate a ciascuno in funzione del riconoscimento delle specificità e in vista dell'ottimizzazione delle differenze.

I ruoli emergenti e i ruoli prescritti dall'organizzazione.

- Nei gruppi si possono distinguere due principali categorie di ruolo:
- **Ruoli emergenti:** orientati al compito (di chi è particolarmente attento all'obiettivo); orientati al mantenimento del gruppo (di chi è particolarmente attento al processo); orientati all'ostruzione (di chi è concentrato solo sui propri obiettivi personali).
- **Ruoli prescritti** dall'organizzazione, ovvero determinati dalla struttura organizzativa in chiave funzionale allo scopo.

Quinta esperienza

1. Dividere il gruppo in sottogruppi di 6 a 8 persone;
2. A turno, ognuno dovrà fare il ruolo di "estraneo";
3. Gli altri membri del gruppo formano un cerchio spalla a spalla in modo di non lasciare nessun spazio fra di loro;
4. L' "estraneo" deve cercare di entrare nel cerchio e gli altri devono respingerlo
5. Dopo due o tre minuti, a prescindere del risultato raggiunto dall' "estraneo", si cambia;
6. Chi faceva prima l' "estraneo", ora entra a far parte del gruppo;
7. Il nuovo "estraneo" cercherà di forzare il gruppo;
8. L'attività si conclude quando tutti i partecipanti hanno provato a stare nel ruolo di "estraneo".

Che clima si respira nel tuo gruppo?

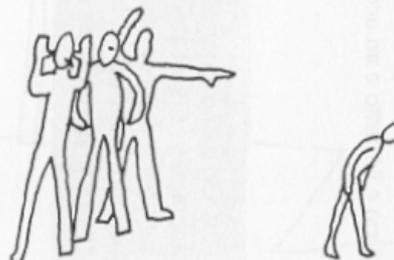
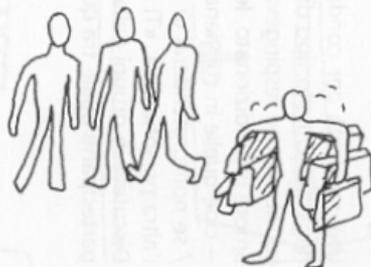
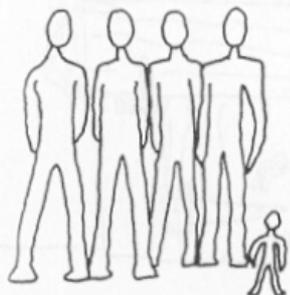
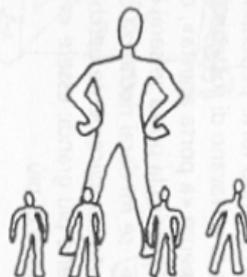
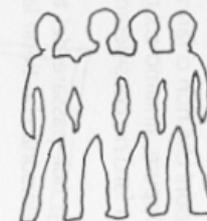
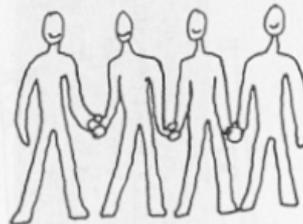
- In un buon team anche il “clima” va costantemente monitorato. È molto importante che il “clima” che si respira all’interno sia positivo.
- Di seguito, alcune proposte di riflessione...



Come si vive nel vostro gruppo?

- 1) Quale clima si "respira"?
- 2) E' facile intervenire nel gruppo?
- 3) Sono "ammessi" pareri differenti?
- 4) Emergono dei leaders?
- 5) Ci sono meccanismi di alleanza?
- 6) Chi parla? Quante volte? Quanto a lungo?
- 7) Chi non parla o parla poco? Per quali motivi?
- 8) Vi è qualcuno che influenza altri membri del gruppo (con lo sguardo, col comportamento ecc.) ?
- 9) C'è fiducia fra le persone? E nel gruppo?
- 10) Nascono conflitti? Come sono affrontati?
- 11) Le persone vengono valutate/etichettate per quello che dicono?
- 12) Nascono delle etichettature? Di che tipo?

E tu, come ti vivi dentro il gruppo?



“Ogni maledetta domenica”

- Il video che stai per vedere, ti aiuta a comprendere cosa vuol dire “fare squadra”. La scena è tratta dal film “Ogni maledetta domenica”, in cui Al Pacino interpreta un allenatore (Tony D’Amato) che deve motivare la sua squadra. È un discorso “famoso”, costruito tramite **precise tecniche di comunicazione** con lo scopo di aumentare, in poco tempo, il livello di motivazione, adrenalina, entusiasmo, passione e determinazione di un gruppo.
- Prima lo guardiamo e poi lo commentiamo insieme.
- <http://www.youtube.com/watch?v=jQvU9aWuqwQ>



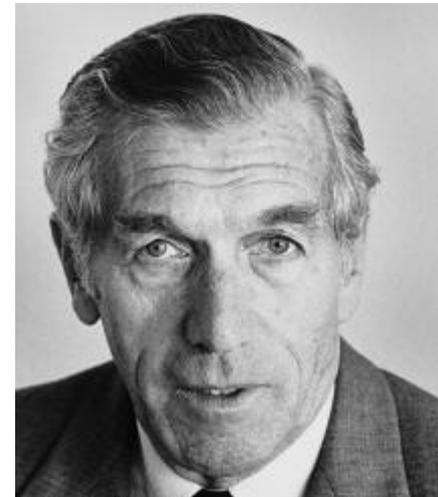


ORA PARLIAMO DI COMUNICAZIONE



Paul Watzlawick: La pragmatica della comunicazione umana

- Tutto il comportamento, e non soltanto il discorso, è comunicazione, e tutta la comunicazione – compresi i segni del contesto interpersonale – influenza il comportamento.
- Comunque ci si sforzi, non si può *non* comunicare. L'attività o l'inattività, le parole o il silenzio hanno tutti valore di messaggio: influenzano gli altri e gli altri, a loro volta, non possono non rispondere a queste comunicazioni e in tal modo comunicano anche loro.



Il problema "comunicazione"

- *"Non so mai esattamente cosa ho detto prima di sentire la risposta a quello che ho detto" (Norbert Wiener).*



Alcuni principi della comunicazione

- NON SI PUO' NON COMUNICARE
- OGNI COMUNICAZIONE E' COMPORTAMENTO OGNI COMPORTAMENTO E' COMUNICAZIONE
- IL SIGNIFICATO DELLA COMUNICAZIONE STA NEL RISULTATO CHE SE NE OTTIENE E NON NELLE INTENZIONI DI CHI COMUNICA

Esistono diversi tipi di comunicazione

- o **Comunicazione verbale**

Che avviene attraverso l'uso del linguaggio sia scritto che orale.

- o **Comunicazione non verbale**

Che avviene senza l'uso delle parole attraverso vari canali: mimiche facciali, sguardo, gesti, posture, andature, abbigliamento, ecc.

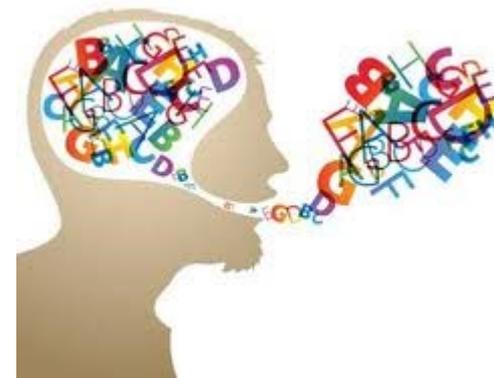
- o **Comunicazione para verbale**

Che riguarda soprattutto la voce (tono, volume, ritmo), ma anche le pause, le risate, il silenzio ed altre espressioni sonore (schiarirsi la voce, tamburellare, far suoni) e il giocherellare con oggetti.



COMUNICAZIONE VERBALE

- E' LEGATA AL SIGNIFICATO CONVENZIONALE DELLE PAROLE;
- I pensieri chiari di solito raggiungono il pubblico se espressi con parole semplici;
- Ciò che dici in modo confuso o non chiaro, è probabile che non sia completamente chiaro nemmeno a te.



La comunicazione NON verbale

- http://www.youtube.com/watch?v=Hff_Qoptgfs
- <https://www.youtube.com/watch?v=u7CmpUVKU4w>

COMUNICAZIONE PARA-VERBALE

- **E' LEGATA AL TONO, AL VOLUME, AL RITMO DELLA VOCE, ALLA VELOCITA' DEL PARLARE, ecc**

- **“Come l'entusiasta usa la comunicazione paraverbale”**

http://www.youtube.com/watch?v=RSt8yS-H_4I

META-COMUNICAZIONE

- SE I TRE LIVELLI DELLA COMUNICAZIONE NON SONO COERENTI PREVALGONO I SIGNIFICATI ESPRESSI DALLA COMUNICAZIONE NON-VERBALE E PARA-VERBALE



Gli elementi della comunicazione



La comunicazione efficace

- Smetti di concentrarti troppo su te stesso;
- Analizza il linguaggio non verbale;
Focalizzati sul tuo interlocutore;
- Impara l'ascolto attivo.



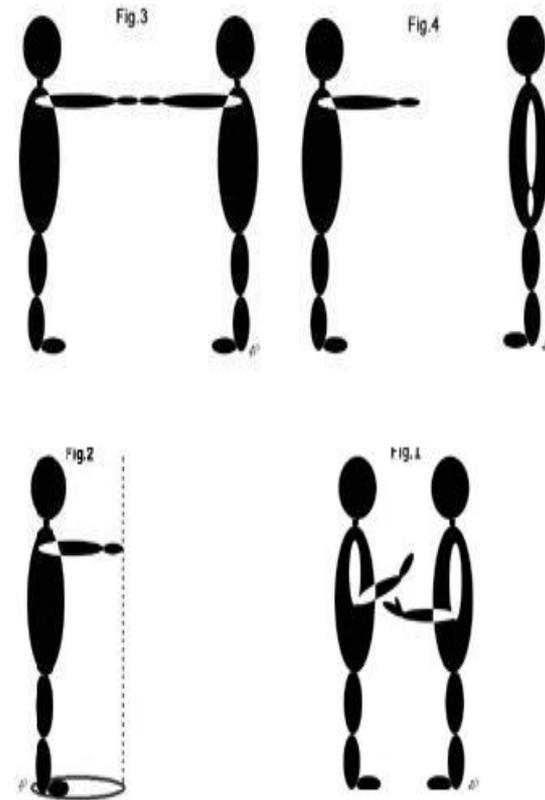
Smettila di concentrarti solo su te stesso!!!

- Non essere ansioso di rispondere immediatamente al tuo interlocutore (o, ancora peggio, di interromperlo), come se si trattasse di una “gara” a chi dimostra per primo di avere ragione. Piuttosto, è consigliabile ascoltare con grande attenzione il punto di vista dell’altro, e poi rispondere dopo aver riflettuto attentamente alle conseguenze che le tue parole potrebbero avere.



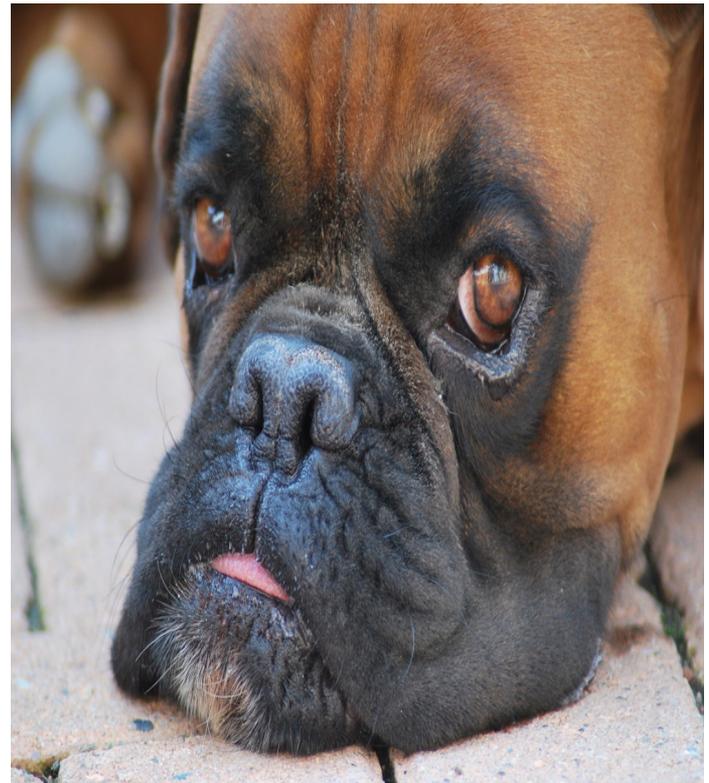
Analizza il tuo linguaggio non verbale

- A volte può capitare che, quando una persona parla, le sue parole non siano congruenti con il tono di voce o il linguaggio del corpo. In questi casi, non accorgersi di questa mancata corrispondenza può avere effetti molto negativi sulla qualità della comunicazione.



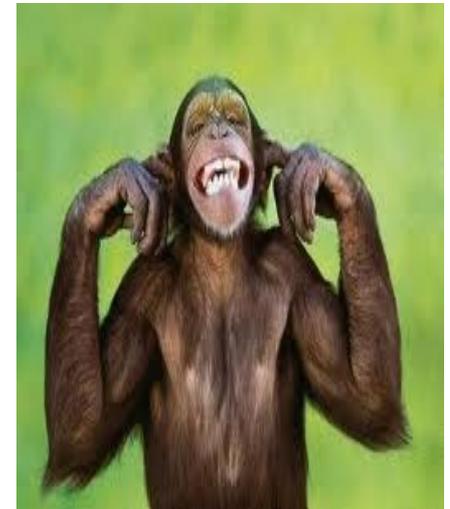
Focalizzati sul tuo interlocutore

- Abituati a mantenere il contatto visivo (senza esagerare, ovviamente) con il tuo interlocutore. A nessuno piace parlare con chi è visibilmente distratto e guarda in continuazione l'orologio o il panorama fuori dalla finestra della stanza.



Impara ad ascoltare

- E' il lato RICETTIVO della comunicazione;
- E' un atto VOLONTARIO a differenza del sentire;
- Saper ascoltare significa CAPIRE con chiarezza;
- Impara ad inviare segnali di comprensione;
- Rifletti come uno specchio;
- Reformula senza giudicare
- Alla fine interpreta e riassume il messaggio, negoziandone il significato con l' altro.



ALCUNI ESERCIZI PER RIFLETTERE SULLA COMUNICAZIONE

- Una sana dose di fiducia nell'altro: **Ciechi a spasso**
http://www.youtube.com/watch?v=AikJ34vOu_w
- Essere attenti all'altro: **Lo specchio;**
- Non lasciarti schiacciare: **Schiena contro schiena;**
- Stare di fronte all'altro: **Guardarsi negli occhi;**
- Non è tutto oro ciò che luccica: **Illusioni ottiche.**

Per concludere

- Mettiamoci tutti seduti come nell'immagine e ognuno, a turno, dice una parola o un'immagine che si vuole portare via da questa esperienza.

