

# Comunicare in famiglia

Gaetano Mollo

E' troppo scontato e forse facile parlare oggi di comunicazione. Nel mondo della comunicazione molte cose sembrano troppo assodate. In realtà, non si tratta tanto di sapere, quanto di praticare, o meglio di sapere mettere in pratica. Anche in questo ambito appare evidente come la distanza tra il sapere ed il praticare sia ben maggiore che tra il sapere ed il non sapere.

Sappiamo che non possiamo non comunicare, che ogni nostro atteggiamento è un atto comunicativo, che comunichiamo sia col linguaggio verbale che con quello non-verbale, che bisogna stare attenti a non creare barriere comunicative e tante altre cose, ma questo non ci salva di per sé dall'incomunicabilità e dalle difficoltà relazionali.

Se poi ci riferiamo alla vita familiare, allora il discorso si fa ancora più difficile: la famiglia è il luogo privilegiato del comunicare, là dove si apprende a parlare in un clima di affetto e di protezione. In vero, non sempre l'atmosfera può essere idilliaca, come una certa pubblicità ci fa vedere e credere: famiglie sorridenti al mattino nel fare colazione assieme e gioiose a cena - magari anche con i nonni - attorno alla tavola imbandita di colori e sorrisi, tutti freschi e sorridenti come se ci si fosse appena alzati.

In realtà la vita è spesso più dura. Si deve correre ancora assonnati al mattino per andare a lavorare - e magari fare un lungo tragitto in auto -, per ritrovarsi, poi, stanchi alla sera, di fronte allo stordimento suadentemente sedativo delle immagini televisive. Ed allora, cosa fare? Si tratta di saper gustare ogni attimo della vita familiare, mettendo al centro il piacere del rapportarsi. Saper apprezzare ciò che ci manifestano i nostri figli da piccoli è scoprire con loro le bellezze del mondo. Riuscire ad apprezzare ogni istante, sia pure di stanchezza, è pertanto una delle chiavi della felicità della vita familiare.

## Considerarsi come persone

Una prima riflessione da fare è quella di riuscire a considerarsi - grandi e piccoli - come persone, tutti soggetti di diritti e doveri, da un lato eguali come valore umano, da un altro diversi, non solo per differente funzione e grado di responsabilità, ma in quanto esseri particolari ed unici. Da questo il senso ed il valore della famiglia come comunità di persone, tutte compartecipi di un'accomunante affetto e solidarietà, tutte legate da quel filo di reciproco aiuto e comprensione, che permette di affrontare le difficoltà ed i disagi dell'esistenza, ma anche di dividerne le speranze e le gioie.

Tutte le possibilità comunicative all'interno di una famiglia discendono da questo senso accomunante, dove al centro viene posto non solo l'aspetto affettivo ma anche quello etico e quello sociale<sup>1</sup>. Da qui la volontà di mettere in comune non solo i sentimenti, ma anche i progetti ed i destini, nella consapevolezza che ciascun membro non è tale senza la presenza di tutte quelle altre persone che fanno parte della comunità familiare. Da qui l'esigenza primaria di riuscire a comunicare con la mente e col cuore, creando rassicuranti e rispettose modalità comunicative. Un linguaggio comune, il rispetto per la diversa soggettività, la volontà

---

<sup>1</sup> Cfr. G. Mollo, Il senso della formazione, La Scuola, Brescia 2004, pp. 62-66.

di istituire un contatto e di dialogare non bastano: ci vuole la volontà di condividere situazioni e problemi, cercando di decentrarsi sulle altrui esigenze. In tal modo ciascun membro può sentirsi in relazione agli altri in un rapporto di reciprocità. Da qui l'atteggiamento centrale di ogni famiglia percepita e vissuta come comunità d'affetto: l'atteggiamento della cooperazione. La vera comunicazione discende direttamente da tale disponibilità relazionale. Da qui quel "tirocinio del tu" - cui si riferisce Emmanuel Mounier - consistente nel formare gradualmente il senso del "noi comunitario", riuscendo a scoprire in ciascuno degli altri una persona, riconoscendola in quanto tale e preoccupandosi di sollevarla al di sopra del proprio livello, verso quei valori particolari della propria vocazione<sup>2</sup>.

Prima condizione di tale atteggiamento è, pertanto, il riconoscimento dell'altro, nella sua condizione relazionale di padre, madre, figlio o figlia. Si tratta di riconoscere ogni persona come soggetto unico e diverso, ed in quanto tale da accettare così come si presenta. Da tale accettazione deriva la considerazione dell'altro - senza prescindere dalla sua posizione all'interno della famiglia - ma essenzialmente in quanto persona. E' in tale ottica che si possono riconoscere propensioni, scoprire esigenze ed accogliere idee. La comunicazione autentica sgorga da tale fondamentale considerazione, in quanto basata sul riconoscimento del valore di ogni persona e della sua dignità: da qui il profondo rispetto ed il conseguente giusto modo di comunicare.

Ad ogni membro di una famiglia spetta un adeguato modo di comunicare, ma in realtà - anche se ognuno è in interazione con l'altro - compete a chi è più maturo per esperienza e ruolo fornire l'esempio di quel modello che solo assieme, tuttavia, può essere costituito e mantenuto, nonché nel giusto modo modificato, per seguirne e dirigerne la necessaria, adeguata evoluzione.

### Saper ascoltare

Il primo atteggiamento comunicativo, al posto di ciò che spesso viene considerato essere il dovere di trasmettere norme e conoscenze, deve poter essere quello dell'ascolto: il saper ascoltare - dai primi vagiti alle prime domande, sino alle richieste o pretese -, come il saper farsi ascoltare, cercando di farsi comprendere - usando vari registri espressivi, anche gestuali e mimici -. Da qui la grande importanza, nel periodo dell'infanzia, del raccontar fiabe e del giocare, ma anche del riferire vissuti e narrare avvenimenti. Questo ascolto è un ascolto profondo, che va al di là di ciò che ci viene detto o dei tanti silenzi che nascondono altrettante sensazioni, sentimenti o pensieri che possono celarsi dietro uno sguardo od un atteggiamento.

E' all'interno di tale tipo d'ascolto che può essere messo in atto l'ascolto empatico - consistente nel riuscire a decentrarsi ed immedesimarsi -, tale da venire incontro alle istanze affettive, motorie, sociali, ma anche normative di un bambino, senza che ciò diventi pericolosa ed indebita identificazione. Per riuscire a fare ciò, tuttavia, è necessario sapersi accorgere delle difficoltà e del disagio dell'altra persona. Questo può avvenire quando non si è troppo presi da se stessi e ci si interessa al benessere ed alla felicità degli altri. Essere empatici è possibile quando si è sereni e ci si mette in condizioni di percettività attenta e partecipativa.

Così pure, si deve riuscire ad attivare un produttivo ascolto attivo - caratterizzato dal

---

<sup>2</sup> Cfr. E. MOUNIER, Rivoluzione personalistica e comunitaria, tr. it. ,Ed. di Comunità, Milano 1955, p. 111.

riuscire a cogliere ciò che sta dietro ad una domanda - servendosi di una supposizione, senza fermarsi alla risposta diretta o limitandosi all'informazione. Questo è in realtà molto difficile, perché in realtà - spesso solo per pigrizia - ci limitiamo a rispondere direttamente alla richiesta, magari con una semplice informazione. Si tratta, invece, di saper cogliere quel sentimento che si cela dietro quella domanda, magari intuibile solo attraverso un tono della voce, una postura od il semplice sguardo. Si tratta di frenare l'impulso immediato a rispondere, cercando invece di pensare - servendosi dell'intuizione - a ciò che avrebbe potuto dettare quel tipo di domanda o richiesta. Tutto ciò, cercando di non farsi condizionare da pregiudizi o dalla pretesa di voler subito interpretare o peggio giudicare. E' questa una delle arti più difficili, perché si tratta di mettere a freno la nostra impazienza di rispondere, per la inconscia paura di ciò che si possa celare dietro ad ogni domanda.

### Saper dialogare

Se ascoltare è la prima condizione del comunicare autentico, è poi importante il riuscire a far comprendere i propri messaggi con chiarezza e semplicità. Si tratta di riuscire a trovare di volta in volta i canali giusti ed i registri espressivi. Canali giusti sono le parole ed i gesti, usati nei momenti opportuni e adeguatamente utilizzati. Spesso un sorriso o un abbraccio possono significare ben più di un lungo e spesso retorico discorso: il giusto tono emotivo arriva direttamente all'anima. In questo è necessario cercare di frapporre meno barriere possibili fra noi ed i nostri figli, come pure fra noi ed il nostro consorte. Pregiudizi, preconcetti o eccessive timidezze e remore possono diventare condizioni preclusive, per quel tipo di comunicazione che va direttamente al cuore e che rispetta la diversità dei soggetti che si trovano a dialogare fra loro.

Il vero dialogo è basato sulla fiducia, dato che - come ben rileva Paulo Freire, riportando il pensiero di Jaspers - solo in forza della fiducia il dialogo diventa stimolante e significativo, fiducia nell'uomo e nelle sue possibilità e nel fatto di riuscire ad essere se stessi solo quando anche gli altri lo cerchino di essere<sup>3</sup>.

Senza fiducia non solo non ci si apre all'altro, ma diventa impossibile qualsiasi forma di comunicazione. E' solo attraverso la reciproca fiducia che si può produrre un dialogo autentico - posto orizzontalmente con l'istituire di volta in volta una paritetica piattaforma comunicativa -, dialogo che si nutre d'amore e genera criticità. Questo non vuol dire accondiscendere a qualsiasi richiesta o proposta da parte di chi svolge la funzione di genitore: si tratta di far sì che siano i figli a poter riflettere e ponderare, limitatamente a quella esperienza di cui sono in possesso.

Da tale fiducia può derivare l'autenticità di ciò che per Martin Buber è rappresentato dalla sfera dell'interumano: è nello starsi di fronte in un vivente scambio che può edificarsi quella comunanza attiva, dalla quale può scaturire nella reciprocità - pur riconoscendone ed accettandone la diversità - il vero colloquio<sup>4</sup>.

E' in tal senso che si deve tener presente che le regole di vita e le norme comportamentali possono e debbono essere veicolate indirettamente in termini esistenziali, tramite l'esempio, e direttamente in termini razionali, in forza di una comunicazione ragionevole. Così Danilo Dolci - nel differenziare il comunicare dal trasmettere - ci aiuta a comprendere come il

---

<sup>3</sup> Cfr. P. FREIRE, L'educazione come pratica della libertà, tr. it., Mondadori, Milano p. 132-133.

<sup>4</sup> Cfr. M. BUBER, Il principio dialogico, tr.it., Ed. di Comunità, Milano 1986, pp. 210-218.

comunicare presupponga una partecipazione personalizzata e consista nel condividere e mettersi d'accordo, in maniera tale che ogni partecipante vi si possa ritrovare e riesca a corrispondere<sup>5</sup>.

### Essere modelli

La prima e più importante consapevolezza di un genitore non può non essere quella che in ogni caso la vita familiare rappresenta un modello di vita e che le modalità comunicative ne rappresentino le forme. Questo anche in questa era elettrica, dove - come rileva Marshall McLuhan<sup>6</sup> - non solo abbiamo come pelle l'umanità, ma davanti alla televisione lo spettatore diventa lo schermo stesso ed il bimbo-tv rischia di non riuscire a guardare avanti, se, non quando si sente coinvolto come lo si è dallo schermo ed oggi ancor più dalla play station.

Da qui la necessità di voler e sapere comunicare avvincenti stili di vita e di umanità, nella consapevolezza di limiti e difetti, ma anche nella tensione verso un particolare modo di essere, che in una visione personalista e cristianamente ispirata non può che essere intrisa di spirito di cooperazione e di atteggiamento fraterno. Attraverso tali coordinate i valori delle virtù della onestà, della lealtà, della disponibilità e dell'amore possono essere veicolate ed attestate in termini avvincenti e convincenti.

In realtà, come genitori si comunica sempre ciò che si è e che s'intende divenire. Le diverse modalità comunicative non sono altro che la manifestazione di ciò che scegliamo di essere come persone. Le responsabilità familiari e gli impegni affettivi ne sono dirette conseguenze.

Con i bambini, pertanto, ogni comunicazione deve poter avvenire all'interno di un clima affettuoso e rassicurante, dove l'aspetto ludico deve poter rappresentare la gioiosa scoperta della vita.

Con gli adolescenti cambia tutto. I ragazzi iniziano a volte a chiudersi nella loro camera, avvolti dalla musica o davanti al computer. Poi iniziano ad uscire col gruppo di amici ed a tenersi tante cose nascoste. Spesso si chiudono e s'immalinconiscono. Altri si estraneano e sembrano vivere in un loro mondo.

E allora come comportarsi? Che atteggiamento assumere? Per prima cosa ogni ragazzo è un mondo diverso e va saputo accettare nella sua diversità. Poi, si tratta di iniziare ad riconoscere il loro pensiero personale e le loro idee, cercando di farle manifestare e di non censurarle in anticipo: spesso sono esasperate per voglia di libertà o solo per metterci alla prova.

Teniamo presente che spesso il loro apparente distacco è una richiesta di affettività: ricordiamoci di essere sempre genitori affettuosi, anche se con regole precise. Altro aspetto importante è quello di riuscire a considerare - se pur ci appaia all'apparenza paradossale o pericoloso - il loro punto di vista: aiutarli a ragionare deve poter partire dalla loro capacità percettiva e dal loro bagaglio di esperienze.

In vero, quanto detto rappresenta solo una prima riflessione sul comunicare in famiglia, ma siamo convinti che - pur tenendo presente alcuni basilari principi di riferimento - ogni genitore è chiamato a sperimentare la sua modalità, in forza delle doti personali e della situazione esistenziale, che non può che essere particolare e pertanto unica. Ciò che conta è

---

<sup>5</sup> Cfr. D. DOLCI, La comunicazione di massa non esiste, L'argonauta, Latina 1987, pp. 21-24.

<sup>6</sup> Cfr. M. MCLUHAN, Gli strumenti del comunicare, tr. it., Il Saggiatore, Milano 1967, pp. 355-358

l'attenzione che dobbiamo prestare sia a ciò che comunichiamo sia al modo di comunicare, per riflettere su reazioni e possibili effetti e per affinare questa difficile arte del comunicare, che richiede sempre pazienza e umiltà, ma di volta in volta fermezza o accondiscendenza, attesa o prontezza, a seconda dei diversi casi e delle differenti situazioni. A questo siamo chiamati, per far sì che attraverso la vita familiare si possa aprire una vita affettiva equilibrata e soddisfacente, una via sociale solidale e giusta, una vita spirituale dinamica ed evolutiva.

[www.gaetanomollo.it](http://www.gaetanomollo.it)