

E se imparassimo a... Punteggiare?

Una coppia sta parlando con il terapeuta della grande difficoltà di comunicazione che registrano negli ultimi tempi. Lei dice: “Lui è sempre chiuso in sé stesso e freddo con me.” Lui risponde: “Se io sono freddo è perché lei brontola sempre.” Lei ribatte: “Certo che brontolo, come si fa a non brontolare quando hai di fronte una persona fredda e chiusa?” E lui: “Ma secondo te io potrei mai aprirmi di più con te che continui a brontolare?”...

L'esempio è tratto dal libro, ormai divenuto un classico per gli studiosi della comunicazione, “Pragmatica della comunicazione umana”, scritto da Paul Watzlavic del gruppo di Palo Alto, gruppo che abbiamo citato più volte in queste pagine.

Anche se tratta da un libro, sono certo che la maggior parte dei lettori si sia trovato almeno una volta nella vita in una situazione di questo tipo, dalla quale non c'è apparentemente via d'uscita. In informatica una situazione del genere, non a caso, viene definita “Loop”, cioè “Anello”, perché si tratta di un circolo che continua a rigirarsi su sé stesso, nel quale si è entrati non si sa bene come, e dal quale non si viene più fuori.

A Palo Alto avevano osservato bene questo tipo di problemi, e li avevano definiti problemi di “Punteggiatura”. Il fatto fu ritenuto così determinante, che la “punteggiatura” diventò uno degli assiomi fondamentali della comunicazione umana, proprio come la frase “Non è possibile non comunicare” di cui abbiamo ampiamente parlato negli scorsi numeri.

Se, come abbiamo detto in precedenza, qualunque azione della nostra vita può diventare un messaggio nei sistemi di cui facciamo parte, allora la comunicazione si può vedere come una lunga sequenza di eventi, praticamente senza inizio e senza fine, nella quale tutti siamo coinvolti. Questa sequenza è tutta fatta di messaggi che ci scambiamo con le persone con cui entriamo in contatto. Se fosse possibile stabilire esattamente dove è cominciata la sequenza di messaggi che scambio con gli altri, allora sarebbe possibile dire che c'è stato un primo messaggio (A), che ha determinato come

risposta il messaggio B, che a sua volta ha portato al messaggio C e così via. Tornando alla coppia di cui sopra: se fosse possibile stabilire chi ha cominciato, la moglie a brontolare o il marito a chiudersi in sé stesso, allora sarebbe possibile definire quale è stato il messaggio da cui tutto il loro disagio è scaturito. Naturalmente, però, niente di tutto questo è possibile. Nessun terapeuta esperto cercherebbe di capire da cosa è partito tutto, perché, anche tornando molto indietro nella loro relazione, addirittura alla prima parola che i nostri due partner si sono scambiati (Ammesso che se la ricordino ancora) , si scoprirebbe che quella parola era già parte della comunicazione che avevano avviato con lo sguardo e con i gesti, la quale, a sua volta, proveniva dal bagaglio di relazioni che ciascuno dei due aveva maturato nella sua vita...

Il fatto è che, come tutte le cose senza inizio e senza fine, anche questa è poco digeribile dalla nostra mente, abbiamo bisogno di stabilire un inizio, anche quando non ce n'è uno certo. La maggior parte delle volte, perciò, tendiamo a decidere arbitrariamente quale sia l'inizio di una certa sequenza di messaggi, come se quella sequenza fosse staccata da tutto ciò che l'ha preceduta. E' proprio qui che stiamo "Punteggiando": esattamente come se, in un testo scritto senza segni di interpunzione, decidessimo che ad un certo punto finisce una frase, e ne comincia un'altra completamente staccata dalla precedente, mettendo arbitrariamente un ".".

Purtroppo, però, gli altri fanno lo stesso dal loro canto, e così ognuno ha una sua idea su quale sia il messaggio che ha scatenato una certa sequenza, così come ciascuno è tentato di decidere quando quella sequenza deve terminare.

Questo meccanismo si verifica anche a livello di politica internazionale: per fare solo un esempio preso dalla cosiddetta "Scottante attualità", pensate forse che saremmo tutti d'accordo nel decidere se è stato l'Iran a provocare per primo reazioni nella comunità internazionale con la sua politica nucleare, oppure è la comunità internazionale ad aver spinto l'Iran a posizioni così perentorie? Negli anni 80 del secolo scorso un meccanismo del genere stava per sfociare addirittura in una guerra atomica globale. Potrebbe sembrare esagerato, ma è proprio così.

A riprova di ciò basti ricordare quello che succede nello sport: per evitare problemi di questo tipo, all'inizio di ogni incontro si stabilisce chi farà la prima mossa, e quando questo non succede, come negli sport di lotta, grande importanza viene data a tutta la comunicazione di sguardi, di parole e di gesti che gli avversari si scambiano prima che l'arbitro dia il via.

Suggerisco a questo proposito di osservare la punteggiatura delle nostre relazioni. L'esercizio consiste nell'osservare come, sia noi, sia gli altri, tendiamo a stabilire e proporre una certa punteggiatura. Proviamo a chiederci "Dove vorrei che fosse cominciato questo discorso", oppure "Dove vorrei che finisse? Chi vorrei che avesse l'ultima parola?" Osserviamo come l'altro cerca di decidere qual è l'inizio o la fine della conversazione. E' molto più facile quando si litiga, ma spero che possiate provarlo solo in situazioni tranquille. Divertente, poi, è farsi le stesse domande nelle situazioni con più di due persone, nei discorsi tra amici o in famiglia.