



## Comunicazione

da *Il Manuale di Scientology*

ASSEGNAIMENTO >> 18. Leggi la sezione "TR 2"

## ESERCIZI DI ADDESTRAMENTO SULLA COMUNICAZIONE

### Numero: TR 2

**Nome:** Riconoscimenti

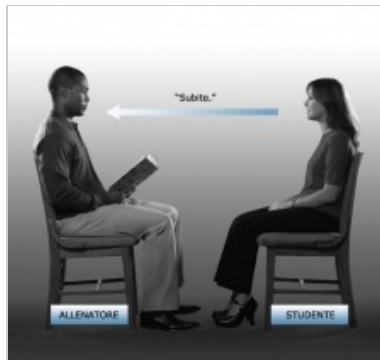
Un *riconoscimento* è qualcosa detto o fatto al fine d'informare qualcun altro che si è notato, compreso e ricevuto ciò che costui ha detto oppure ha fatto.

**Scopo:** Acquisire la capacità di dare un riconoscimento completo, totale e definitivo a una frase, a un'osservazione oppure a un commento in modo che l'autore sia contento del fatto che il suo messaggio è stato ricevuto e compreso appieno, e non senta la necessità di ripeterlo o continuarlo.

Il riconoscimento costituisce un fattore di controllo nel ciclo di comunicazione. Questo vale per qualsiasi ciclo di comunicazione in qualsiasi situazione. La formula del controllo è: avviare, cambiare e fermare. Se potete avviare qualcosa, cambiarla e infine fermarla, ne siete in controllo. Il riconoscimento corrisponde a un "arresto". Di conseguenza se si offrono riconoscimenti appropriati alle comunicazioni degli altri, si riesce a controllare la comunicazione.

Se diceste a qualcuno: "Prosegui" oppure "Continua a parlare", non gli stareste dando un riconoscimento. Il riconoscimento perfetto comunica solo questa cosa: *ho sentito la tua comunicazione*. Segnala che quel che vi ha detto è stato ricevuto. Non sono le parole a porre fine al ciclo di comunicazione, è l'intenzione che lo porta a termine. Nella vita, sapere di aver ricevuto un riconoscimento ha valore terapeutico.

**Comandi:** L'allenatore legge parti di testo tratte da *Alice nel paese delle meraviglie*, omettendo i vari "egli disse", e lo studente replica con un riconoscimento completo. Lo studente dice: "Bene", "Ottimo", "Okay", "Ho sentito", *qualsiasi cosa purché sia appropriata alla comunicazione della persona*, in modo da convincere effettivamente la persona seduta di fronte che ha sentito quanto ha detto. L'allenatore ripete qualunque frase alla quale, secondo la sua sensazione, non è stato dato un vero riconoscimento.



**Posizione:** Studente e allenatore siedono uno di fronte all'altro a una comoda distanza.

**Da sottolineare nell'addestramento:** Lo studente deve dare il riconoscimento in modo che l'allenatore sia convinto che non è necessario ripetersi, perché quel che ha detto è stato ricevuto e compreso, in modo totale e definitivo.

Lo studente lo fa con *l'intenzione* che il ciclo di comunicazione finisca a quel punto e lo finisce lì. Qualunque cosa faccia per raggiungere questo fine è legittima, a condizione che non turbi o scombussoli l'allenatore. Il riconoscimento deve essere formulato in maniera appropriata rispetto alla comunicazione che viene dall'allenatore e deve convincere quest'ultimo del fatto che è stata ricevuta.

Di tanto in tanto chiedete allo studente di ripetere quel che è stato detto. Frenate i riconoscimenti eccessivi e quelli insufficienti. Da principio lasciate che lo studente faccia qualsiasi cosa pur di far arrivare il riconoscimento a destinazione, dopo di che perfezionatelo. Insegnategli che un riconoscimento rappresenta la fine e non l'inizio di un nuovo ciclo di comunicazione, e che non è un incoraggiamento a continuare, ma che tuttavia deve adattarsi a quello che l'interlocutore ha detto. Lo studente non deve sviluppare l'abitudine di ripetere roboticamente "Bene", "Grazie" quale unica forma di riconoscimento.

Un altro punto di questo esercizio è di insegnare che si può anche non riuscire a far giungere un riconoscimento a destinazione, che si può fallire nel fermare la comunicazione di qualcuno con un riconoscimento oppure che gli si può praticamente staccare la testa con un riconoscimento eccessivo.

**Fraseologia:** L'allenatore dice "Via", legge una parte del testo e dice "Sbagliato" ogni volta che sente di aver ricevuto un riconoscimento inappropriato. Dopo aver detto "Sbagliato", l'allenatore dovrà sempre ripetere di nuovo la medesima frase. "Fine" può essere utilizzato per sospendere l'esercizio e discutere di qualcosa oppure per concludere la seduta di esercitazione. È necessario ripetere "Via" quando si ricomincia.

Questo esercizio è superato solo quando lo studente riesce a dare un riconoscimento completo, totale e definitivo a qualsiasi affermazione, osservazione o commento, così che l'allenatore sia del tutto soddisfatto che ciò che ha detto è stato ricevuto e compreso e non

senta il bisogno di ripetere o continuare la propria comunicazione.