

La comunicazione non verbale –
Interpretazione del linguaggio del corpo, dei
gesti e della mimica facciale

„Arbeitswelt 2020“

25 - 29 aprile 2016

A Nell-Breuning-Haus, Wiesenstraße 17, D-52134 Herzogenrath

Martedì, 26 aprile, ore 14:30

Comunicazione non verbale
Interpretazione del linguaggio del corpo, dei
gesti e della mimica facciale

Angela C. Reinhardt

Business Health
Consulting

La comunicazione non verbale –
Interpretazione del linguaggio del corpo, dei
gesti e della mimica facciale

Il linguaggio umano ha solo qualche migliaio di anni.



La comunicazione non verbale –
Interpretazione del linguaggio del corpo, dei
gesti e della mimica facciale

Prerequisito è stato un cambiamento nel cervello dei nostri
antenati circa 50.000 – 100.000 anni fa.



La comunicazione non verbale – Interpretazione del linguaggio del corpo, dei gesti e della mimica facciale

Oggi sappiamo molto sulla comunicazione tra
persone, animali e piante!
Soprattutto è chiaro, che una comunicazione c'è sempre
stata, anche senza lettere!



La comunicazione non verbale – Interpretazione del linguaggio del corpo, dei gesti e della mimica facciale

I nostri antenati hanno comunicato intensamente!
In larga misura si trattava di una
comunicazione **NON VERBALE!**



La comunicazione non verbale – Interpretazione del linguaggio del corpo, dei gesti e della mimica facciale



La comunicazione non verbale – Interpretazione del linguaggio del corpo, dei gesti e della mimica facciale

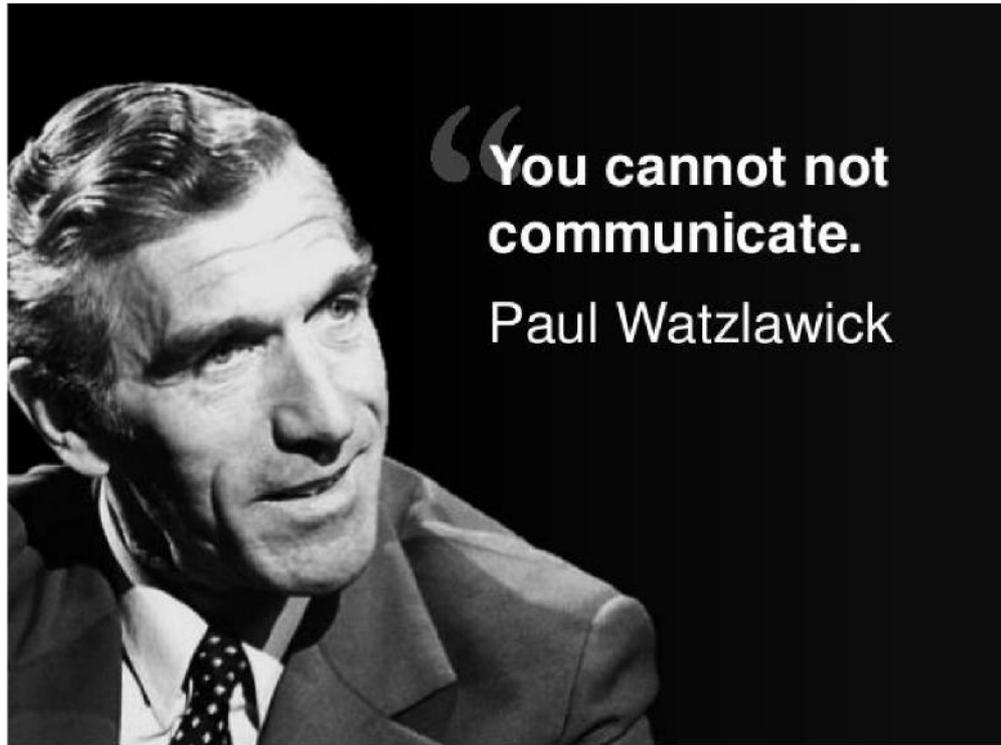
Per 'comunicazione non verbale' si intende quella parte della comunicazione, che **non avviene tramite lo scambio di parole**.

La comunicazione non verbale può risultare intenzionale o non intenzionale e può essere consapevolmente o inconsapevolmente percepita,

La comunicazione non verbale è qualsiasi comportamento non verbale che fornisce informazioni sugli stati d'animo.

Ci sono **esternazioni controllabili** come gesti, espressioni facciali, contatto visivo e produzioni sonore (ad es. risate).

La comunicazione non verbale —
Interpretazione del linguaggio del corpo, dei
gesti e della mimica facciale



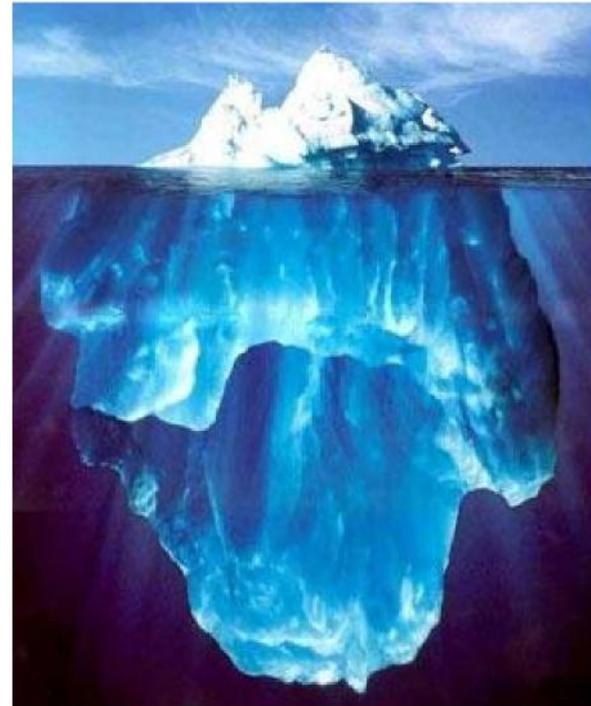
La comunicazione non verbale –
Interpretazione del linguaggio del corpo, dei
gesti e della mimica facciale

Comunicazione verbale (comunicazione digitale)
Quadrato della comunicazione
Friedeheim Schulz von Thun



La comunicazione non verbale —
Interpretazione del linguaggio del corpo, dei
gesti e della mimica facciale

**La teoria
dell'iceberg
di
Sigmud Freud**



Comunicazione non verbale — Interpretazione del linguaggio del corpo, dei gesti e della mimica facciale

Il modello dell'iceberg secondo Sigmund Freud

- Solo la punta di un iceberg è visibile! -



Agire



La comunicazione non verbale –
Interpretazione del linguaggio del corpo, dei
gesti e della mimica facciale

Linguaggio

Scarpe

Contatto visivo

Produzioni sonore

Postura

Mimica

Gioielli

Risata

Gestualità

Abbigliamento

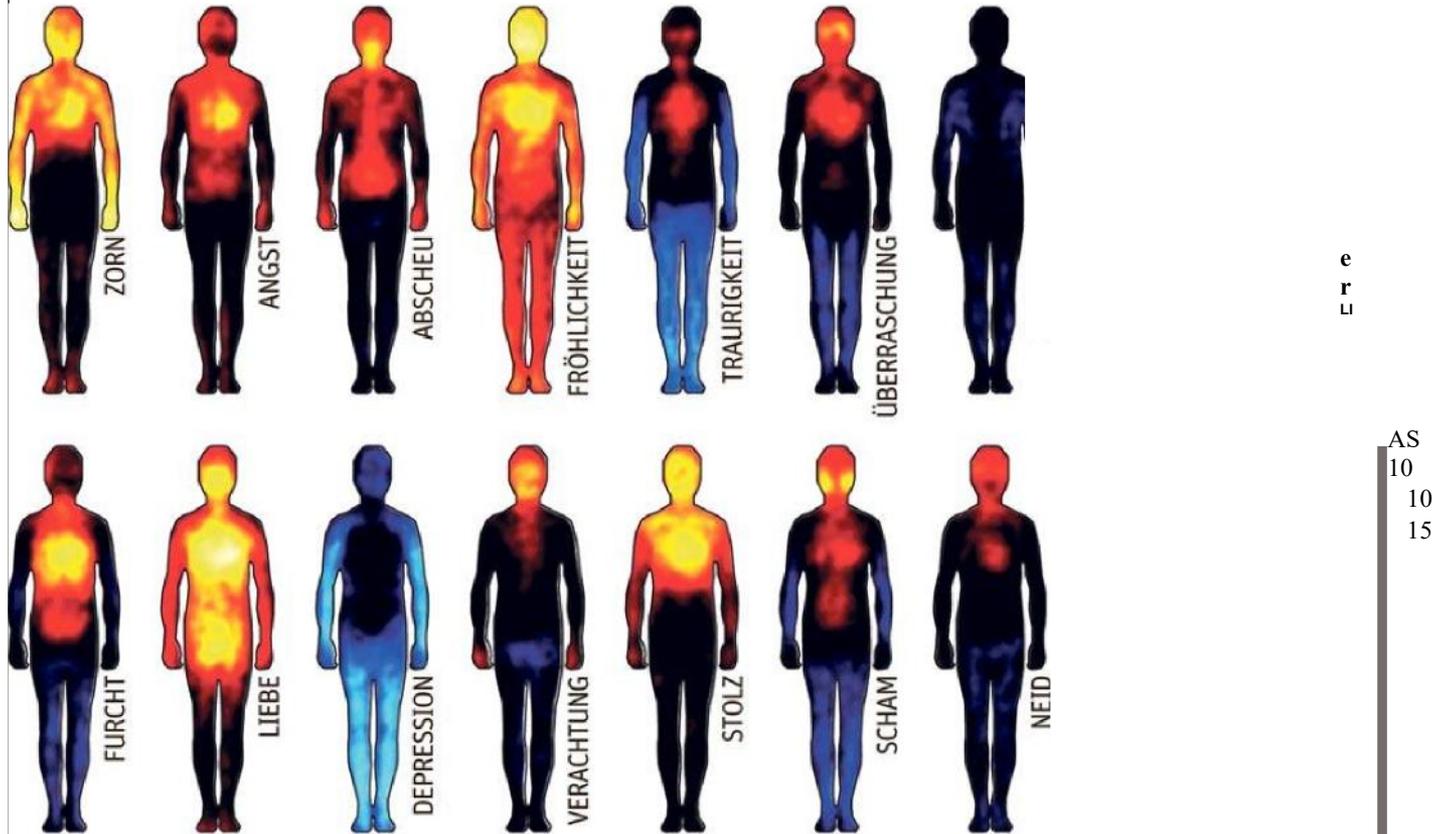
Colore dei capelli

La comunicazione non verbale –
Interpretazione del linguaggio del corpo, dei
gesti e della mimica facciale

Comunicare consapevolmente:
Come mi esprimo non verbalmente?



Comunicazione non verbale — Interpretazione del linguaggio del corpo, dei gesti e della mimica facciale



La comunicazione non verbale —
Interpretazione del linguaggio del corpo, dei
gesti e della mimica facciale

Comunicare consapevolmente:
Come mi esprimo non verbalmente?



**Comunicazione non verbale —
Interpretazione del linguaggio del corpo, dei gesti e
della mimica facciale**



La comunicazione non verbale –
Interpretazione del linguaggio del corpo, dei
gesti e della mimica facciale

Esercizio

Contatto visivo – esercizio di coppia

2. L'interlocutore racconta delle sue ultime ferie o di un'esperienza vissuta in vacanza. L'altro ascolta. Risponde con gesti, espressioni facciali e linguaggio del corpo, ma evita il contatto visivo!
3. I partner si scambiano i ruoli.
1. Stessa procedura come nei passi precedenti, ma ora con il contatto visivo.

La comunicazione non verbale –
Interpretazione del linguaggio del corpo, dei
gesti e della mimica facciale

Comunicare consapevolmente:
Cosa voglio dire?



Comunicazione non verbale — Interpretazione del linguaggio del corpo, dei gesti e della mimica facciale

Il modello dell'iceberg secondo Sigmund Freud
- Solo la punta di un iceberg è visibile! -



Agire



La comunicazione non verbale –
Interpretazione del linguaggio del corpo, dei
gesti e della mimica facciale

I nostri valori determinano

- pensieri
- sensazioni
- mentalità
- atteggiamenti
- motivazioni
- ... il nostro **agire**

I nostri valori ci guidano!

I nostri valori, 'si fanno strada' e non si lasciano opprimere.

La nostra lingua, le nostre parole, ci possono guidare, la nostra comunicazione non verbale si 'svela'.

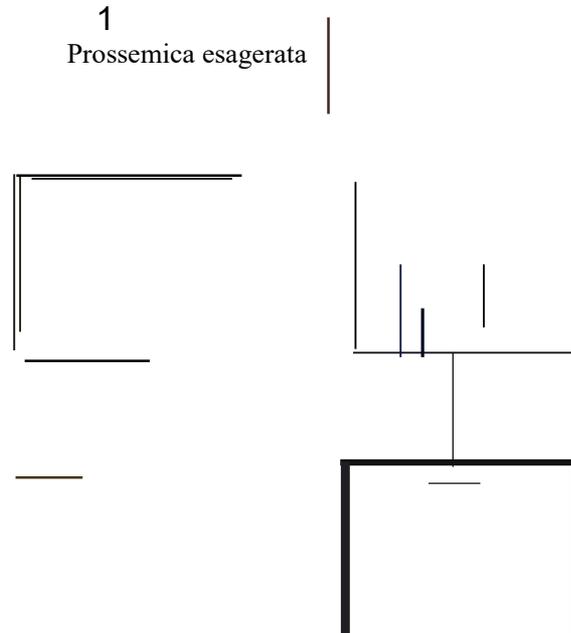


Comunicazione non verbale — Interpretazione del linguaggio del corpo, dei gesti e della mimica facciale

Il quadrato dei valori secondo Friedeheim Schulz von Thun

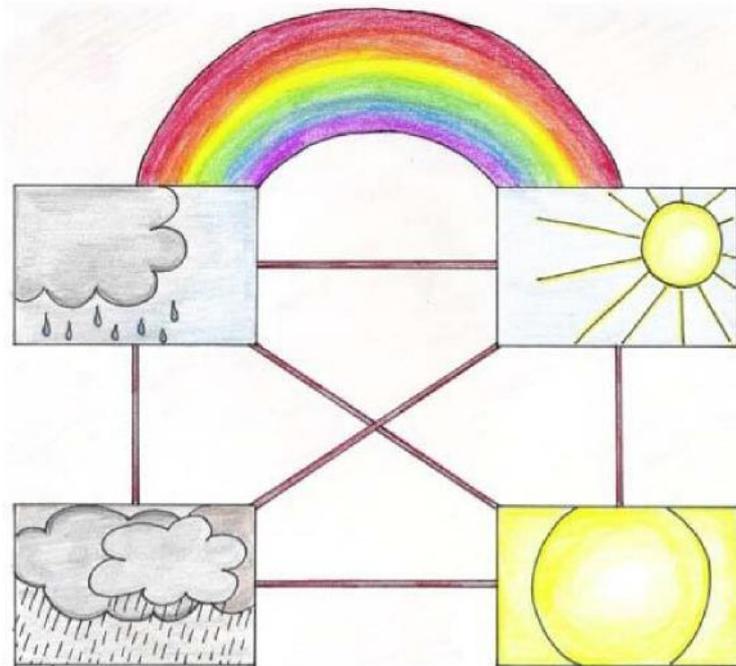
Cordialità

Riserbo 41

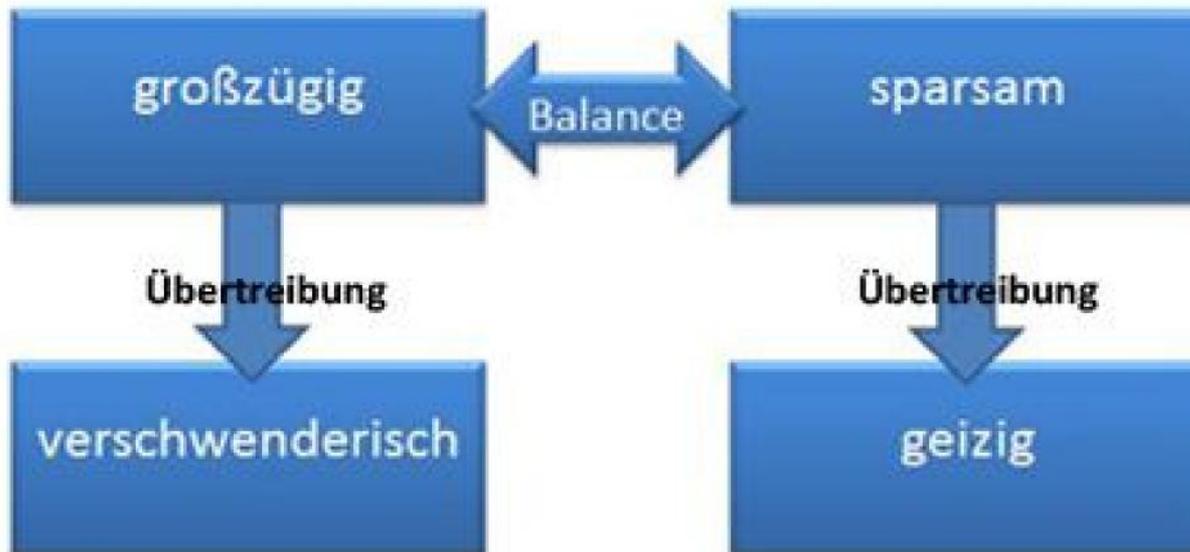


La comunicazione non verbale – Interpretazione del linguaggio del corpo, dei gesti e della mimica facciale

In una comunità, si applicano gli stessi valori.
Il significato dei singoli valori variano.

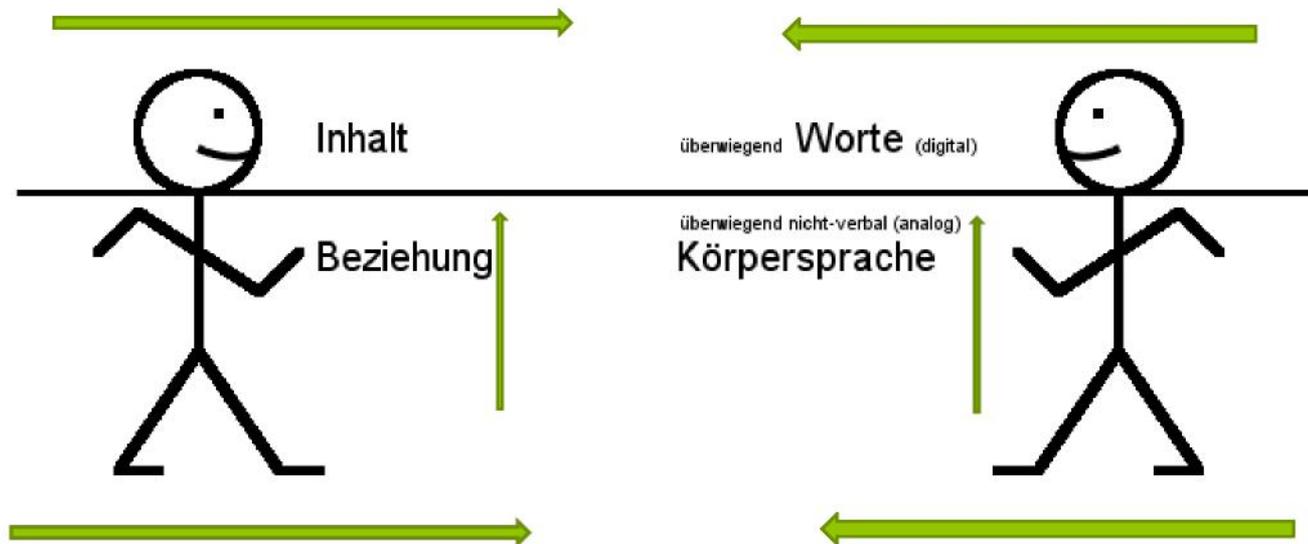


La comunicazione non verbale –
Interpretazione del linguaggio del corpo, dei
gesti e della mimica facciale



La comunicazione non verbale –
Interpretazione del linguaggio del corpo, dei
gesti e della mimica facciale

La comunicazione non verbale (comunicazione analogica)



La comunicazione non verbale – Interpretazione del linguaggio del corpo, dei gesti e della mimica facciale

1



2



3



4



La comunicazione non verbale –
Interpretazione del linguaggio del corpo, dei
gesti e della mimica facciale



Prestate attenzione alla bocca e gli occhi della
cancelliera

La comunicazione non verbale –
Interpretazione del linguaggio del corpo, dei
gesti e della mimica facciale



Prestate attenzione a postura, gambe, mani

La comunicazione non verbale –
Interpretazione del linguaggio del corpo, dei
gesti e della mimica facciale



gambe, sorriso



Postura superiore e
inferiore del corpo di
Gates



La comunicazione non verbale –
Interpretazione del linguaggio del corpo, dei
gesti e della mimica facciale



La comunicazione non verbale —
Interpretazione del linguaggio del corpo, dei
gesti e della mimica facciale



La comunicazione non verbale –
Interpretazione del linguaggio del corpo, dei
gesti e della mimica facciale

Come imparo a comunicare consapevolmente?

1. **Osservando gli altri e me stesso**
2. Riconoscere e utilizzare con consapevolezza il proprio comportamento, il linguaggio del corpo, i gesti, le espressioni facciali, l'abbigliamento, l' **aspetto esteriore (ecc.)**.
3. Comunicare consapevolmente , **in maniera 'verbale e non verbale'**, invece di blaterare, cianciare e chiacchierare.
4. Verifica se la comunicazione verbale e non verbale **coincidono**.
 1. Che cosa voglio dire?
 2. A chi voglio dirlo?
 3. Come voglio dirlo?
 4. Qual è l'**obiettivo** della comunicazione?

La comunicazione non verbale –
Interpretazione del linguaggio del corpo, dei
gesti e della mimica facciale

La comunicazione verbale

Ogni giorno pronunciamo in media

♀ **16.200 parole**

♂ **15.700 parole**

Che equivale a circa mezzo miliardo di parole nell'arco della vita.
Un uomo arriva persino a pronunciare 47.500 parole / giorno.
Altri soltanto 500 parole / giorno.

La comunicazione non verbale —
Interpretazione del linguaggio del corpo, dei
gesti e della mimica facciale

I tre setacci di Socrate

Prima che cominci il
tuo racconto,
ti chiedo:

È vero?

È buono?

È utile?





BUSINESSHealth
CONSULTING

Comunicazione non verbale —
Interpretazione del linguaggio del corpo, dei gesti e della
mimica facciale

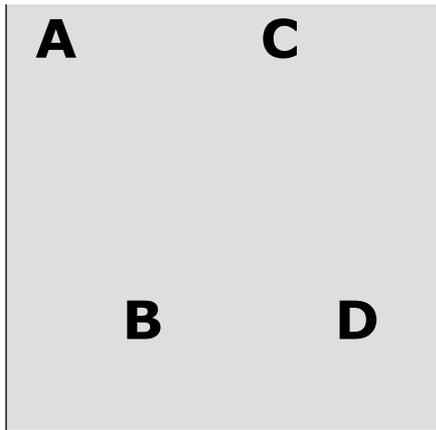
Lo schema di Johari





Comunicazione non verbale —
Interpretazione del linguaggio del corpo, dei gesti e della
mimica facciale

Lo schema di Johari



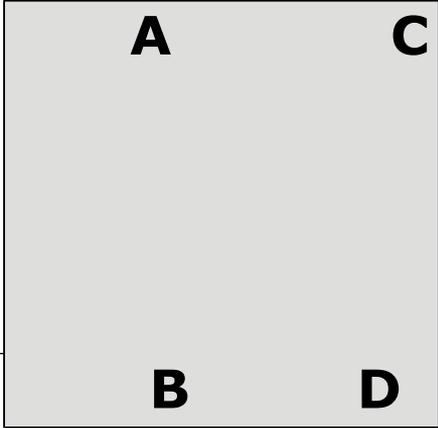


Figura 2



Figura 3

