

L'Ascolto attivo, *descrizione di un paradigma teorico¹*

Il paradigma dell'ascolto attivo è stato sviluppato, in particolare, da Marianella Sclavi, antropologa, politecnico di Milano.

L'ascolto attivo e l'arte di ascoltare devono essere descritti come il momento più alto del dialogo interpersonale e di gruppo, in quanto si garantisce la piena socializzazione fra le parti, vero obiettivo e presupposto di ogni comunicazione efficace.

Di seguito le "Sette regole d'oro dell'arte di ascoltare":

1. Non avere fretta di arrivare a delle conclusioni. Le conclusioni sono la parte più effimera della ricerca.
2. Quel che vedi dipende dal tuo punto di vista. Per riuscire a vedere il tuo punto di vista, devi cambiare punto di vista.
3. Se vuoi comprendere quel che un altro sta dicendo, devi assumere che ha ragione e chiedergli di aiutarti a vedere le cose e gli eventi dalla sua prospettiva.
4. Le emozioni sono degli strumenti conoscitivi fondamentali se sai comprendere il loro linguaggio. Non ti informano su cosa vedi, ma su come guardi. Il loro codice è relazionale e analogico.
5. Un buon ascoltatore è un esploratore di mondi possibili. I segnali più importanti per lui sono quelli che si presentano alla coscienza come al tempo stesso trascurabili e fastidiosi, marginali e irritanti, perché incongruenti con le proprie certezze.
6. Un buon ascoltatore accoglie volentieri i paradossi del pensiero e della comunicazione interpersonale. Affronta i dissensi come occasioni per esercitarsi in un campo che lo appassiona: la gestione creativa dei conflitti.
7. Per divenire esperto nell'arte di ascoltare devi adottare una metodologia umoristica. Ma quando hai imparato ad ascoltare, l'umorismo viene da sé.

L'ascolto attivo è un assetto strumentale che permette di applicare tali regole.

Tutte le regole sono importanti, ma già Sclavi sottolineava che la terza regola dell'Arte di Ascoltare, delinea meglio delle altre il concetto di ascolto attivo.

E vediamo brevemente perché. La regola così recita: *"Se vuoi comprendere quello che un altro sta dicendo, devi assumere che ha ragione e chiedergli di aiutarti a vedere le cose e gli eventi dalla sua prospettiva"*.

Questa affermazione ci chiama all'obbligo di riconoscere l'intelligenza del nostro interlocutore, al quale si chiede aiuto per capirne la comunicazione; ed è proprio questo assetto comportamentale che genera un vero e proprio ascolto attivo e dialogico che permette una comunicazione autentica fra i due o più soggetti.

Il concetto evidenzia la necessità di uscire dalle nostre cornici di significato e di valorizzare ciò che accomuna gli interlocutori.

¹ *Arte di ascoltare e mondi possibili. Come si esce dalle cornici di cui siamo parte*, di Marianella Sclavi, Le Vespe, Milano 2003.