

SULLE ONDE DELLA VITA E DELLA RETE TRA IL "PRIMA" E IL "DOPO"

9 Maggio 2020 Kathleen Jones SAVOIR-VIVRE



Sentirsi produttivi e creativi in tempi di crisi mondiale non è facile, perché prendersi cura delle proprie necessità di base, salvaguardarsi e salvaguardare i nostri cari è difficile in un contesto incerto e sconosciuto; questo prende già una grande parte della nostra energia.



Il nostro cervello ha bisogno di tempo per adattarsi a comportamenti e modi nuovi; lui è programmato per “difendersi” e non ama molto i cambiamenti.

Ci si può dunque sorprendere dei propri comportamenti e anche dei comportamenti degli altri. È in un momento di crisi che si intravede la vera natura delle persone, e magari sono proprio le persone che consideravamo “forti e capaci” che si rivelano più “deboli ed incapaci”. Che cosa meravigliosa invece i gesti inaspettati e buoni delle persone, come il trovarsi un mazzolino di mughetto davanti alla porta di casa dopo che ha suonato il campanello e alla fine del corridoio ci saluta la vicina di casa, finora praticamente “sconosciuta”, che con un sorriso ci augura un buon primo maggio.

E parlando di comportamenti, in passato abbiamo già trattato l'argomento dell'interculturalità e delle differenze di modi a secondo delle culture. Lo abbiamo visto anche di recente, durante la crisi sanitaria mondiale, come i comportamenti dei cittadini di paesi diversi possono variare di fronte a regole nuove. Abbiamo tutti sentito dire che il Covid-19 *non ha passaporto*, ma forse il modo di accettare di convivere con questo virus e la diversità dei nostri gesti, sì.

Indubbiamente il periodo di confinamento ha portato molti di noi (“i fortunati” perché connessi alla rete e dotati di smartphone e computer) a comunicare in modo diverso con le nostre famiglie ed amici, con i nostri capi, colleghi, fornitori e clienti. Anche i nostri bambini e ragazzi hanno studiato e continuano a studiare con i loro professori davanti ad uno schermo. Non tutti però abbiamo comunicato con la stessa “agilità”: quanti di noi hanno passato la maggior parte del tempo a dire “mi vedi”, “mi senti”, “non ti vedo”, “non ti sento”, “ti richiamo”, etc.?

Noi che prima mandavamo messaggi agli amici quando compivano gli anni invece di chiamarli, noi che di cosiddetti amici ne avevamo molti sui social che magari non sentivamo da anni, abbiamo sentito il bisogno di un contatto più sincero e meno costruito, e abbiamo ristretto la lista delle persone che ci interessano veramente. Abbiamo scoperto che siamo capaci di fare torte o semplicemente che siamo capaci di cucinare!! Sì, perché stare a tavola insieme ci fa stare bene, anche se è solo tramite video chiamata. Il “Happy Hour” si è trasformato in aperitivo-video con gli amici... Quanti di noi abbiamo detto che anche una volta finito tutto questo sarebbe bello continuare a vedersi e chiacchierare con delle bollicine fresche e patatine anche se a migliaia di chilometri gli uni dagli altri?

È vero che comunicare tramite uno schermo può facilitare certe persone ma ne può anche penalizzare altre, perché si comunica in modo diverso e bisogna essere più inventivi per catturare l'attenzione degli altri utenti. Questo si è notato anche con certi professori che non sempre riescono a trasmettere le informazioni e le impressioni come in classe.

Come migliorare allora la nostra presenza e l'impatto dei nostri interventi dietro lo schermo quando si tratta di lavoro?

Tolto lo spazio fisico perché in rete, il linguaggio del corpo rimane uno dei fattori più importanti anche in riunioni virtuali. L'uso delle espressioni facciali e dei gesti possono avere un impatto notevole sulla presenza della persona.

Come questo?? Non rimanendo *statici* solo perché si sta seduti. Aprendo le braccia e incorporando gesti fluidi mentre si parla. Alzando le sopracciglia per sembrare più presente e attento, e sempre sorridendo (da evitare dunque la pasta al pesto prima di una video conferenza!!). La voce deve essere forte e chiara, attenta ed energetica; ma è assolutamente consigliato imparare a gestire bene l'uso del microfono, ovvero tenendolo spento quando si “entra in riunione” ma anche se ci si deve assentare un attimo o parlare al telefono (o al bambino che chiede se può mangiare l'ultimo pezzo di cioccolato!).

Quanti di voi si guardano nel rettangolo dello schermo?? Questo è assolutamente da evitare perché non si riesce a mantenere il contatto visivo con gli altri utenti; è dunque consigliato non guardarsi – ma visto che questo è difficile perché siamo attratti dalla nostra bellezza (!!) – è meglio sopprimere quell'opzione o anche semplicemente usare un *post-it* per nascondersela).

Consigliato anche non stare attaccati allo schermo perché agli altri non interessa vedere se abbiamo dei puntini neri sul naso o peggio ancora dei peletti nel naso (e questo vale per tutti, uomini e donne)! È consigliato sedersi a circa 80 cm dallo schermo ed sempre meglio testare il tutto prima: le spalle, la parte superiore delle braccia e il viso devono essere distintamente visibili. E anche per la video camera, meglio spegnerla se ci si deve assentare un attimo (magari per il nostro piccolo che dopo avere mangiato la cioccolata ha sporcato tutti i muri!).

L'interagire con le altre persone presenti via rete come fossero nella stanza è molto importante, ponendo loro domande retoriche e chiamando il nome di una di loro per includerli nella conversazione.

Inutile dire che solo perché nello schermo si vede solo la parte superiore del corpo si possa stare in pigiama sotto... Ridete, ridete, c'è chi lo fa!

Con l'augurio di un futuro sano e bello per tutti, vi dico #allaprossima, prendo io l'ultimo pezzo di cioccolato e chiamo mia mamma!

Kathleen Jones

Etiquette & Decorum www.etiquetteanddecorum.com