

I Tre Livelli della Comunicazione



Comunicazione verbale: cosa diciamo

<ul style="list-style-type: none"> Scelta delle parole 	<p>Importanza di parole precise e appropriate.</p>
<ul style="list-style-type: none"> Struttura del messaggio 	<p>Organizzazione logica e comprensibile.</p>
<ul style="list-style-type: none"> Chiarezza 	<p>Evitare ambiguità.</p>
<ul style="list-style-type: none"> Tono e contesto 	<p>Le parole devono riflettere la situazione.</p>
<p>Conclusione</p>	<p>Le parole che scegliamo e come strutturiamo il messaggio influenzano la chiarezza e l'efficacia della nostra comunicazione.</p>



Comunicazione para-verbale: tono, ritmo, volume

<ul style="list-style-type: none"> Tono 	<p>Trasmette emozioni e intenzioni.</p>
<ul style="list-style-type: none"> Ritmo 	<p>Influenza la comprensione e l'attenzione.</p>
<ul style="list-style-type: none"> Volume 	<p>Importanza del volume adeguato per enfatizzare il messaggio.</p>
<ul style="list-style-type: none"> Pausa 	<p>Le pause aiutano a creare suspense e dare spazio all'elaborazione.</p>
<p>Conclusione</p>	<p>Il tono, il ritmo, il volume e le pause contribuiscono a trasmettere emozioni, intenzioni e a mantenere alta l'attenzione.</p>



Comunicazione non verbale: linguaggio del corpo

<ul style="list-style-type: none"> Postura 	<p>Comunica apertura o chiusura.</p>
<ul style="list-style-type: none"> Espressioni facciali 	<p>Rivelano emozioni e stati d'animo.</p>
<ul style="list-style-type: none"> Gestualità 	<p>Rafforza o contraddice il messaggio verbale.</p>
<ul style="list-style-type: none"> Contatto visivo 	<p>Essenziale per creare connessione e fiducia.</p>
<p>Conclusione</p>	<p>Il linguaggio del corpo, come postura, espressioni facciali e gestualità, comunica emozioni e intenzioni e influenza il messaggio che trasmettiamo.</p>



Coerenza tra i tre livelli di comunicazione

<ul style="list-style-type: none"> Allineare i livelli 	<p>Parole, tono e linguaggio del corpo devono essere coerenti.</p>
<ul style="list-style-type: none"> Messaggi contrastanti 	<p>Incoerenza tra i livelli crea confusione.</p>
<ul style="list-style-type: none"> Credibilità 	<p>La coerenza rafforza il messaggio e genera fiducia.</p>
<ul style="list-style-type: none"> Comunicazione autentica 	<p>Essere coerenti rende il messaggio più autentico e persuasivo.</p>
<p>Conclusione</p>	<p>Per una comunicazione efficace, parole, tono e linguaggio del corpo devono essere coerenti, rafforzando la credibilità e generando fiducia.</p>



Esercizi pratici sui tre livelli

<ul style="list-style-type: none"> Esercizio 1 	<p>Ascolta un discorso e individua coerenza o incoerenza tra i tre livelli.</p>
<ul style="list-style-type: none"> Esercizio 2 	<p>Pratica una conversazione consapevole, allineando parole, tono e linguaggio del corpo.</p>
<ul style="list-style-type: none"> Esercizio 3 	<p>Feedback sui segnali non verbali ricevuti durante una conversazione.</p>
<p>Conclusione</p>	<p>Esercizi per migliorare la coerenza tra verbale, para-verbale e non verbale, aumentando consapevolezza e controllo nella comunicazione.</p>