

COMUNICARE

Comunicare è molto più che parlare: significa entrare in contatto con qualcuno, raccontare ciò che pensiamo e sentiamo. Ci sono persone a cui riesce facile e altre che preferirebbero tenersi tutto per sé: ognuno comunica a modo suo.

Marcello è un gran chiacchierone, con le **parole** dà il meglio di sé. Se deve dirti qualcosa, preferisce farlo guardandoti negli occhi. A volte però si fa trascinare dalla foga del discorso ed esagera...

Selima invece è timida. Preferisce scrivere lunghi **messaggi** sulla chat, ma anche lettere, come si faceva un tempo. Dice che così non si sente in imbarazzo. Anche se guardarsi in faccia è un'altra cosa.

Ci sono poi quelli di poche parole, come Valentina, che riassumono quello che gli passa per la testa in un **gesto**, un **atteggiamento** o un'**espressione** del volto: se alla mattina arriva dritta dritta, camminando veloce, vuol dire che è allegra. Se strascica i piedi e guarda in basso, giornata nera! Perché? Che cos'è successo? Lei si limita ad alzare gli occhi.

Già, perché parlare delle cose che provocano **dolore** o **disagio** è molto difficile. Eppure, quando lo facciamo, ci sentiamo meglio. Infatti per rendere comprensibili a qualcun altro i pensieri che si aggrovigliano nella nostra mente, dobbiamo per forza districarli; e così a poco a poco facciamo chiarezza anche per noi stessi.

Proprio come quando troviamo il coraggio di **dire le cose più difficili**: “Non ci riesco”; “Scusa, ho sbagliato”; “Mi piaci moltissimo”.

