
LINGUAGGI E TECNICHE COMUNICATIVE NON VERBALI

Appunti di sintesi del laboratorio

TFA Sostegno, Scuola Secondaria di II grado

Disclaimer

Questo documento è un appunto personale di sintesi, redatto in autonomia. È prodotto a uso didattico, come materiale di recupero e/o di approfondimento riservato ai docenti che hanno frequentato il corso. Gli appunti e i contenuti multimediali possono essere stati prodotti con l'aiuto di sistemi di intelligenza artificiale. Non è materiale ufficiale fornito dall'Università e non sostituisce i testi, le dispense o le indicazioni ufficiali del docente. Può contenere semplificazioni, omissioni o imprecisioni: si consiglia di verificare sempre sul materiale originale del corso.

www.chierchia.eu

Risorse, guide e materiali didattici per docenti e futuri insegnanti di sostegno

1. Obiettivi e messaggi chiave

Il laboratorio si propone quattro obiettivi: comprendere la comunicazione non verbale, sviluppare competenze osservative, applicare strategie inclusive e migliorare la relazione educativa. Tre messaggi chiave li riassumono: **corpo comunica sempre, la relazione è inclusione, la consapevolezza è competenza**. Il primo ricorda che nessun docente può scegliere di non comunicare, il secondo che l'inclusione si costruisce soprattutto nella qualità degli scambi quotidiani, il terzo che saper leggere e governare i propri segnali non verbali è una vera competenza professionale.

2. Linguaggio e comunicazione

Linguaggio e comunicazione sono concetti interconnessi, che si riferiscono al processo di scambio di informazioni, idee e messaggi tra individui. Il **linguaggio** è un sistema di simboli, segni e regole che permette di comunicare pensieri, idee e sentimenti, e può essere verbale (parlato o scritto) e non verbale. La **comunicazione** è il processo di scambio di informazioni, idee e messaggi tra persone e può essere diretta, indiretta, verbale, non verbale, scritta e visiva.

2.1 Perché la comunicazione non verbale è centrale nel sostegno

Per il docente di sostegno il canale non verbale ha tre funzioni decisive. È il **canale privilegiato** per gli studenti con difficoltà comunicative, che spesso non dispongono di un linguaggio verbale efficace. Offre **supporto alla comprensione**, perché gesti, espressioni e immagini rendono più accessibile il messaggio verbale. Contribuisce alla **regolazione emotiva e comportamentale**, perché un tono calmo, una postura aperta e una presenza rassicurante aiutano lo studente a contenere l'attivazione.

2.2 Verbale e non verbale: differenze, integrazione e coerenza

La comunicazione può essere descritta come un processo che coinvolge cinque elementi: l'**emittente**, il **ricevente**, il **messaggio**, il **contesto** e il **codice** e il **feedback**. Nella pratica i canali verbale e non verbale non lavorano separatamente ma si integrano. Quando sono coerenti, il messaggio risulta chiaro e credibile; quando sono **incongruenti** (ad esempio parole rassicuranti pronunciate con tono teso e braccia incrociate), il ricevente tende a fidarsi del canale non verbale, e specialmente gli studenti più fragili restano confusi o diffidenti.

3. I principali codici non verbali

Codice	Che cosa riguarda	Spunti per la scuola
Cinesica	Il linguaggio del corpo: postura, gesti, movimenti	Una postura aperta e rilassata invita al dialogo; gesti ampi e bruschi possono spaventare
Prosemica	L'uso dello spazio: distanza intima, personale, sociale, pubblica	Rispettare la distanza personale, avvicinarsi gradualmente, specialmente con studenti ipersensibili
Paralinguistica	Gli aspetti della voce: tono, volume, ritmo, pause	Voce calma, ritmo disteso, pause per lasciare tempo di elaborazione
Aptica	Il contatto fisico: norme, limiti, valore rassicurante	Il contatto va usato con cautela, secondo le norme, e solo se gradito e appropriato al contesto

Codice	Che cosa riguarda	Spunti per la scuola
Aspetto esteriore	Abbigliamento, cura di sé, coerenza con il ruolo	Contribuisce alla riconoscibilità del docente e alla credibilità del suo ruolo

3.1 Lo sguardo nella relazione educativa

Lo sguardo è uno dei segnali più potenti della relazione. Un **contatto visivo** adeguato comunica attenzione e disponibilità; lo **sguardo evitante** può esprimere imbarazzo, timore o, in alcuni studenti, una modalità di funzionamento (come in alcune forme di autismo, dove forzare il contatto oculare può aumentare lo stress); lo **sguardo invasivo** o fisso viene vissuto come minaccioso o giudicante. Il docente calibra lo sguardo sulle caratteristiche di ciascuno.

3.2 Le espressioni facciali

Il volto trasmette le emozioni di base e, in modo fugace e spesso involontario, le **micro-espressioni**. Leggere il volto dello studente permette di cogliere in anticipo disagio, confusione, noia o paura, e di intervenire prima che il comportamento si manifesti. Allo stesso modo, gli studenti leggono il volto del docente: un'espressione tesa o irritata può essere percepita anche quando le parole sono neutre.

3.3 Lo spazio in aula

Anche l'organizzazione dello spazio comunica. Contano la **disposizione dei banchi** (file, isole, ferro di cavallo, secondo l'attività e il tipo di relazione che si vuole favorire), la **posizione del docente** (muoversi nella stanza, evitare di restare sempre dietro la cattedra, abbassarsi all'altezza dello studente) e le **zone di sicurezza**, cioè spazi in cui lo studente può sentirsi protetto e ritirarsi quando è sopraffatto.

3.4 Il silenzio come strumento comunicativo

Il silenzio può essere usato intenzionalmente. Il **silenzio attivo** accompagna e valorizza ciò che lo studente sta dicendo, comunicando ascolto. Il **silenzio di attesa** lascia il tempo di pensare e di rispondere, prezioso per chi ha tempi di elaborazione lenti. Il **silenzio regolativo** serve a ristabilire la calma in classe senza alzare la voce.

4. Comunicazione inclusiva e accessibilità

Una comunicazione è inclusiva quando è accessibile, riduce le barriere e sostiene la comprensione. L'**accessibilità** è la caratteristica di un dispositivo, di un servizio o di una risorsa di essere fruibile con facilità da qualsiasi tipologia di utente: deve dare la possibilità alle persone con ridotta o impedita capacità sensoriale, motoria o psichica di usufruire dei sistemi e delle risorse disponibili, tipicamente attraverso tecnologie assistive o nel rispetto di requisiti di accessibilità.

5. La comunicazione non verbale con studenti diversi

Il laboratorio considera diversi quadri di neurosviluppo: disturbi dello spettro autistico, ADHD, disabilità intellettiva, DSA, disturbi del linguaggio e sordità. Per alcuni di essi indica accorgimenti specifici.

Studenti con	Parole chiave	Come si traduce nella pratica
Disabilità intellettiva	Importanza del corpo, semplificazione dei segnali, ripetizione	Gesti e mimica chiari, segnali semplici e costanti, ripetuti nel tempo, in coerenza con la parola

Studenti con	Parole chiave	Come si traduce nella pratica
Disturbo dello spettro autistico	Difficoltà di lettura dei segnali, strutturazione, prevedibilità, accessibilità	Segnali espliciti e non ambigui, ambienti e routine strutturati e prevedibili, supporti visivi
DSA	Supporto visivo, gestualità esplicativa, rinforzi positivi	Accompagnare le spiegazioni con immagini e gesti che chiariscono, rinforzare i progressi
Disturbi del comportamento	Regolazione emotiva, postura dell'adulto, coerenza non verbale	Postura e tono calmi dell'adulto che modellano la regolazione, coerenza tra ciò che si dice e ciò che si mostra
Background migratorio	Differenze culturali, interpretazione dei gesti, attenzione agli stereotipi	Gesti, distanze e contatto visivo hanno significati diversi nelle culture: evitare interpretazioni affrettate e stereotipi

6. Emozioni, modello docente e clima di classe

Rispetto alle emozioni, il lavoro non verbale del docente si articola in tre passaggi: **riconoscerle** (leggendo volto, postura, voce), **validarle** (mostrando di aver compreso, senza giudicare) e **contenerle** (offrendo una presenza calma che aiuti a regolarsi). In questo il **docente è un modello comunicativo**: i suoi segnali devono essere coerenti, sotto autocontrollo e consapevoli, perché gli studenti imitano ciò che osservano.

Un **clima di classe inclusivo** si fonda su sicurezza, accoglienza e collaborazione, e produce a sua volta la base della relazione educativa: **fiducia**, **alleanza educativa** e **motivazione**. La comunicazione non verbale è il primo strumento con cui questa fiducia viene costruita giorno dopo giorno.

7. Tecniche operative e strategie

7.1 Osservazione sistematica

Osservare in modo sistematico significa decidere in anticipo **che cosa** osservare (segnali di attenzione, di disagio, di coinvolgimento), **quando** (momenti e contesti diversi della giornata) e **perché** (per orientare la progettazione e riconoscere i bisogni).

7.2 Ascolto attivo non verbale

Si realizza con una postura orientata verso l'interlocutore, uno sguardo adeguato e segnali di attenzione, come annuire o mantenere un'espressione partecipe, che mostrano allo studente di essere ascoltato.

7.3 Rinforzo positivo non verbale

Un sorriso, un cenno del capo, il pollice alzato sono rinforzi immediati e discreti, particolarmente utili per sostenere lo studente senza esporlo davanti ai compagni.

7.4 Gestione del conflitto e de-escalation

Nei momenti di conflitto servono una **postura aperta**, una **distanza adeguata** e un **tono calmo**. Le tecniche di de-escalation si fondano su tre principi: **lentezza** nei movimenti e nel parlare, **riduzione degli stimoli** (meno persone, meno rumore) e **presenza rassicurante** dell'adulto, che trasmette controllo e sicurezza.

7.5 Routine non verbali e gesti intenzionali

In classe è utile stabilire **segnali di inizio, di transizione e di chiusura** delle attività (un gesto, un suono, un'immagine), che rendono prevedibile la giornata. Anche i gesti possono essere usati in modo intenzionale: i **gesti illustratori** accompagnano e chiariscono il discorso, i **gesti regolatori** scandiscono turni e ritmo della conversazione, i **gesti emblematici** hanno un significato convenzionale (il pollice alzato, il cenno di assenso).

7.6 Supporti visivi

Pittogrammi, mappe e schemi completano la comunicazione non verbale: trasformano informazioni astratte in rappresentazioni visibili e stabili. Un esempio è la mappa concettuale usata per lavorare su un testo di letteratura (la vita di Leopardi: nascita a Recanati nel 1798, i genitori, lo "studio matto e disperatissimo", i problemi di salute, l'infelicità), che organizza visivamente fatti e relazioni e sostiene la comprensione e la memoria.

8. Collaborazione, valutazione e sviluppo professionale

- **Cooperative learning:** la comunicazione non verbale aiuta a distribuire i ruoli, a favorire l'interazione e a offrire al docente l'opportunità di osservare le dinamiche del gruppo.
- **Valutazione formativa:** feedback immediato, segnali incoraggianti e riduzione dell'ansia, perché un cenno o uno sguardo comunicano all'alunno se sta andando nella direzione giusta.
- **Errori comuni da evitare:** incoerenza tra parole e segnali, invadenza (distanze o contatti eccessivi) e ambiguità (segnali poco chiari).
- **Autovalutazione del docente:** consapevolezza corporea, gestione emotiva e stile comunicativo, osservati e rivisti con regolarità.
- **Lavoro in équipe:** coerenza tra docenti, linguaggi condivisi e continuità educativa, perché segnali diversi da persone diverse disorientano gli studenti più fragili.
- **Collaborazione con le famiglie:** attenzione alla comunicazione non verbale negli incontri, con ascolto e accoglienza.
- **Trasferibilità nella pratica didattica:** applicazioni concrete e adattamenti ai diversi contesti.

Le competenze professionali del docente di sostegno che ne risultano sono tre: **relazionali, osservative e comunicative**.

9. Il substrato neurologico

Alcune evidenze neuroscientifiche aiutano a comprendere perché il canale non verbale sia così potente. I **neuroni specchio** e la sintonizzazione affettiva sono messi in relazione con funzioni cognitive come percezione, imitazione ed empatia, alla base dello sviluppo sociale; l'ipotesi che un loro malfunzionamento spieghi alcune caratteristiche dei disturbi del neurosviluppo è proposta dalla ricerca, ma è tuttora discussa e va considerata con prudenza. Il **sistema limbico** è coinvolto nel riconoscimento delle emozioni, mentre i due **emisferi** cerebrali contribuiscono in modo diverso al linguaggio verbale e scritto.

10. Metodologie didattiche specifiche

10.1 Peer tutoring

Coinvolgere i compagni di classe è fondamentale. Lo studente apprende abilità sociali e accademiche osservando i coetanei, che a loro volta sviluppano empatia e competenze relazionali: una strategia **win-win**.

10.2 Linguaggio visivo e strutturazione

L'imprevedibilità è spesso fonte di ansia, mentre la strutturazione rende l'ambiente leggibile. Gli strumenti principali sono le **agende visive e i diari** (sequenze di immagini o icone che spiegano la routine giornaliera: sapere che cosa accadrà dopo riduce drasticamente lo stress), l'**organizzazione degli spazi** (aree definite, come angolo lettura, area di lavoro individuale, zona relax, per far capire quale comportamento è atteso in ogni luogo) e il **timer visivo**, come il Time Timer, che mostra fisicamente il passare del tempo e rende concreto il "mancano cinque minuti".

10.3 La Comunicazione Aumentativa e Alternativa (CAA)

Per gli studenti non verbali o con difficoltà espressive, sistemi come il **PECS** (Picture Exchange Communication System) permettono di comunicare bisogni e pensieri scambiando immagini, riducendo la frustrazione. Il PECS risale al 1985, ha l'obiettivo di insegnare una comunicazione funzionale superando le barriere espressive, si articola in **sei fasi** e usa tecniche ABA come prompting e fading, con immagini tratte tipicamente da ARASAAC. Tra le applicazioni citate: LetMeTalk (gratuita per tablet), Board Maker e SymWriter (a pagamento, quest'ultima traduce immediatamente il testo in immagini).

10.4 Il modello TEACCH

Il TEACCH è un approccio educativo e riabilitativo psicoeducativo strutturato. Non è un metodo di insegnamento in senso stretto, ma un programma educativo che punta a una scolarizzazione strutturata: si fonda sull'adattamento dell'ambiente e delle attività alle abilità dello studente, con l'obiettivo dell'autonomia attraverso segnali visivi chiari.

10.5 L'Universal Design for Learning (UDL)

Invece di creare una lezione standard e poi "adattarla" per l'alunno con disabilità, l'UDL propone di progettare fin dall'inizio con molteplici modalità. Si distinguono **mezzi di rappresentazione** (video, audio, testi, schemi, senza un formato privilegiato), **mezzi di espressione** (tecnologie, rubriche di valutazione del processo, wiki di classe, screencast, cioè registrazioni video dello schermo per videolezioni) e **mezzi per motivare e coinvolgere** (scelta tra lavoro in coppia o in piccolo gruppo, ambienti flessibili come la flipped classroom, interesse costruito a partire dalle passioni dell'alunno, ad esempio usare i treni per spiegare problemi di matematica). Ne risulta un ambiente flessibile per tutti: alunni con disabilità, DSA, BES.

Un esempio sulla letteratura dell'Ottocento: lo studente sceglie un autore e prepara la presentazione nella forma che preferisce, un podcast, un video racconto o un saggio breve, dimostrando ciò che sa attraverso percorsi personalizzati.

11. L'autismo e la percezione sensoriale

11.1 Caratteristiche delle percezioni sensoriali

Caratteristica	Descrizione
Ipersensibilità	Amplificazione di suoni, luci, colori e texture, che può provocare stress e mal di testa
Iposensibilità	Indifferenza a stimoli intensi e ricerca compulsiva di certi input sensoriali
Sinestesia	Sovrapposizione sensoriale, in cui uno stimolo ne innesca un altro in un diverso senso

Caratteristica	Descrizione
Percezione dei colori	Colori percepiti con grande intensità o con sfumature diverse dalla norma, con attrazione e interesse assorbente
Gestalt percettiva	Focalizzazione sui dettagli e non sull'insieme, con percezione frammentata dell'ambiente

11.2 Impatto e gestione

Il **sovraccarico sensoriale** può provocare ansia, stress, ritiro e isolamento fino a vere crisi. Le reazioni estreme sono il **meltdown** (pianto, urla, fuga) e lo **shutdown** (blocco). La risposta è creare ambienti "autism-friendly", che riducono il disagio sensoriale. Spesso ciò che sembra una crisi comportamentale è in realtà un sovraccarico: utili sono le cuffie con cancellazione del rumore nei momenti di caos (intervallo, mensa), le luci soffuse evitando se possibile i neon tremolanti, e la **pausa sensoriale**, cioè la possibilità di spostarsi in un angolo calmo prima che lo stress diventi insostenibile.

11.3 Lo stimming

Lo **stimming** consiste in movimenti, suoni o gesti ripetitivi, di intensità variabile, che possono riguardare parti del corpo o coinvolgere oggetti, parole e suoni (visivo, uditivo, tattile, motorio, olfattivo, gustativo). È una risposta di **autoregolazione** per ridurre stress e ansia attraverso la stimolazione sensoriale, e ha una valenza comunicativa (esprime uno stato emotivo o mentale) e regolativa (favorisce la concentrazione). Per sostenerlo in modo accettabile si possono offrire strumenti come pop-it e giocattoli tattili, spinner, pasta modellabile, collane da masticare, palline antistress, penne ed elastici.

12. Metodologie strutturate

12.1 L'ABA

L'**Applied Behavior Analysis** è un approccio scientifico basato sulla psicologia comportamentale. Il suo obiettivo è migliorare i comportamenti significativi, ridurre quelli problematici e promuovere nuove abilità, attraverso il rinforzo positivo e la scomposizione dei compiti. Prevede un insegnamento sistematico e prolungato di piccole unità di comportamento misurabili: i compiti da apprendere sono individuati in base al profilo di funzionamento (ICF) e suddivisi in sezioni ripetute e ravvicinate, con un rapporto frontale.

Tecnica	In che cosa consiste
Modeling (modellaggio)	Presentare un modello che esegue correttamente il comportamento
Shaping	Approssimazioni successive al comportamento obiettivo, rinforzate
Prompting	Input chiari e contestualizzati che facilitano la risposta
Rinforzo	Positivo o negativo, per aumentare la probabilità del comportamento
Fading	Rimozione graduale degli aiuti
Chunking	Raggruppamento in blocchi; tecnica cognitiva che agisce sulla memoria a breve termine
Chaining	Concatenamento di piccole azioni in una sequenza
Task analysis	Scomposizione del compito in passaggi elementari

12.2 Il video modeling

Il **video modeling** usa la tecnologia video per mostrare il comportamento da apprendere. Si distingue in **Video Modeling with Others** (il modello è un'altra persona) e **Video Self Modeling** (la persona vede se stessa eseguire correttamente il comportamento).

13. Esercitazione: progettare un'unità di apprendimento

Il laboratorio si chiude con la costruzione di un'unità di apprendimento (UdA), per la quale si definiscono, nell'ordine, le seguenti componenti: informazioni preliminari, titolo, contestualizzazione, destinatari, tempi di realizzazione, situazione o problema di riferimento, discipline coinvolte, competenze attese, setting di apprendimento, attività, strategie didattiche e modalità di verifica. Gli strumenti non verbali visti, dalle routine ai supporti visivi, vanno inseriti consapevolmente in ciascuna di queste parti.

www.chierchia.eu

Sintesi conclusiva

Il filo del laboratorio è che ogni gesto, sguardo, distanza, silenzio e tono di voce del docente è già comunicazione, e che nel sostegno la qualità di questi segnali pesa sulla relazione quanto, o più, delle parole. Conoscere i codici non verbali, osservare con metodo, mantenere coerenza tra ciò che si dice e ciò che si mostra, adattare i segnali alle caratteristiche di ciascuno studente e usare supporti visivi e strutturati permette di ridurre l'ansia, regolare le emozioni e rendere accessibile la comprensione.

Le metodologie viste, dalla CAA al TEACCH, dall'UDL all'ABA e al video modeling, non sostituiscono la relazione ma ne sono gli strumenti: funzionano davvero quando il docente è un modello comunicativo coerente, lavora in équipe con i colleghi e con le famiglie e riflette con regolarità sul proprio stile.

www.chierchia.eu