

Attività 4

Costruirsi “un’armatura emotiva” prima di intraprendere una discussione difficile

1 ora, con riflessione finale in plenaria

Chi opera nel campo della tutela dei diritti umani potrebbe digerire a fatica i punti di vista di chi non li prende come punto di riferimento, ed essere tentato di replicare in modo aggressivo. Cosa possiamo fare allora per tenere a bada le emozioni durante le discussioni? Gli autori e le autrici del kit Narrative change chiamano questa operazione “costruirsi un’armatura emotiva”, di cui possiamo sintetizzare così alcuni punti:

- conoscere le mappe mentali dell’interlocutore per capire nel dettaglio gli argomenti usati
- conoscere i sondaggi per comprendere meglio le persone e le loro opinioni
- dare un volto al pubblico di riferimento associando nomi e profili ai segmenti centrali
- fare giochi di ruolo, per esempio impersonando un rappresentante del segmento centrale, ma anche simulando una situazione in cui si interagisce con chi ha posizioni diverse dalle nostre sul tema

L’unica via per apprendere questi approcci è attraverso l’esperienza e la riflessione: **s’impara a dialogare dialogando.**

Anche se è complesso adottare un approccio dialogico e coinvolgente con persone con cui siamo tendenzialmente in disaccordo, questo tipo di scambio diventa più facile ed efficace con la pratica e con un approfondito lavoro preparatorio. Imparare queste tecniche è come imparare a parlare in pubblico o a negoziare, la sola cosa da fare è fare pratica, chiedere feedback e riflettere.

