

Testo di autovalutazione delle competenze comunicative

FONTE

1. **Punti di forza:** quando programmo il messaggio da comunicare cerco sempre di identificare l'oggetto principale, per poi aggiungere le sole informazioni necessarie per contestualizzarlo in modo chiaro.
Esempio: quando a tirocinio ho dovuto svolgere in autonomia la mia prima visita clinica, ho pensato al modo più adatto per comunicare la diagnosi del paziente in modo chiaro e comprensibile per la proprietaria, cercando di essere sintetica ed essenziale per non aggiungere informazioni che avrebbero potuto distrarre, confondere e preoccupare la cliente.
2. **Punti di debolezza:** certe volte, quando devo comunicare in forma scritta, mi capita di essere fin troppo sintetica.
Esempio: quando ho dovuto compilare un documento che facesse il resoconto di un'attività pratica, ho scritto in modo poco approfondito perché mi sembrava che le altre informazioni fossero poco necessarie alla comprensione.
3. **Strategie di miglioramento:** devo sviluppare meglio la capacità di effettuare una gerarchia delle informazioni che devo trasferire al mio interlocutore, in modo che non siano scarse né tanto meno che siano talmente eccessive da far perdere il focus.
Esempio: la prossima volta che dovrò scrivere un messaggio articolato, farò uno schema dei dati che mi servono per rendere completo ma non prolisso il mio pensiero.

Relativamente all'attività del forum: ho sempre provato a scrivere i miei interventi in modo chiaro e con senso logico, per facilitare la comprensione del mio punto di vista, dati i temi interessanti e complicati che abbiamo affrontato. Nella discussione tramite audio sono riuscita con più difficoltà a mantenere ordine nell'esposizione in modo da garantire la trasmissione dell'oggetto del mio messaggio senza perdermi nell'aggiunta di troppe informazioni.

CODIFICA

1. **Punti di forza:** quando formulo un messaggio scritto lo rileggo più volte anche a distanza di un po' di tempo per avere una visione più concreta della chiarezza di ciò che voglio dire.
Esempio: le mail che devo scrivere al mio relatore, che spesso sono piene di argomenti differenti, le rileggo e le faccio rileggere anche a delle mie compagne di corso per avere un punto di vista esterno sull'organicità del messaggio.
2. **Punti di debolezza:** ogni tanto mi sfugge l'utilizzo di terminologia tecnica medica in contesti in cui non può essere facilmente compresa dall'interlocutore.
Esempio: la scorsa settimana ad un evento del mio campus stavo conversando di università con studenti di altre facoltà poco avvezzi all'ambito medico-sanitario e ho usato termini specifici dando per scontato fossero conosciuti dai miei interlocutori. Dopo domande di chiarimento ho dovuto spiegare e semplificare le parole utilizzate.
3. **Strategie di miglioramento:** devo concentrarmi maggiormente nel comprendere il ruolo e la tipologia del mio interlocutore per tarare meglio la struttura e la forma del mio messaggio.
Esempio: in questo periodo di tirocinio cercherò il più possibile di sfruttare in modo positivo e formativo l'interfaccia con il cliente per imparare a dare già la definizione di alcune parole, prevenendo le possibili domande di chiarimento e risultando quindi più comprensiva e attenta al tipo di interlocutore.

Relativamente all'attività del forum: aver fatto partire la discussione con immagine mi ha aiutato a cercare di concentrare un mio pensiero con immagini/disegni. Questo è particolarmente utile nel caso

in cui si debbano fare presentazioni o esposizioni, dove la concisione e la schematicità dei contenuti fanno da supporto ottimale e facilitano la scorrevolezza e la comprensione della discussione.

CANALE

1. **Punti di forza:** riesco a identificare abbastanza facilmente il canale più adatto per la comunicazione di un certo messaggio, soprattutto se sono coinvolte emozioni o se penso che l'argomento sia troppo complesso per essere comunicato per via scritta.
Esempio: durante la preparazione di un esame avevo dei dubbi su un argomento, per rendere più efficace la comprensione del mio problema al professore ho deciso di mandargli una mail solo per richiedergli un appuntamento di persona, in modo da avere da entrambi le parti la possibilità di esprimersi al meglio e di essere più comprensibili.
2. **Punti di debolezza:** anche se non sempre necessario, tendo a preferire la comunicazione di persona o a voce per sfruttare i segni para-verbali, che mi permettono, dal mio punto di vista, di essere più chiara. Questo però a volte prolunga i tempi di discussione per trovare un momento comodo ad entrambi gli interlocutori.
Esempio: per rispondere ad una richiesta su whatsapp della rappresentante del mio anno, ho preferito aspettare di intercettarla a lezione i giorni successivi piuttosto che risponderle direttamente, nonostante non fosse una tematica così complicata da richiedere per forza una conversazione di persona. Questo ha determinato un inutile allungamento dei tempi di risposta.
3. **Strategie di miglioramento:** devo sicuramente migliorare la mia comunicazione scritta, sforzandomi le prossime volte di sfruttare il canale più rapido e adatto e impegnandomi ad essere più efficace possibile anche nella comunicazione asincrona.

Relativamente all'attività del forum: avendo avuto dei canali "obbligati" per la comunicazione, mi sono impegnata affinché la tematica affrontata e il mio pensiero, potessero essere compresi anche quando il canale richiesto non mi sembrava il più adatto. È stata penso una sfida un po' per tutti.

DECODIFICA

1. **Punti di forza:** ascolto attivamente il mio interlocutore, facendo attenzione anche alla comunicazione non verbale, che essendo importante per me per esprimermi, mi è anche utile per decifrare al meglio ciò che una persona mi vuole comunicare.
Esempio: quando un proprietario mi stava raccontando la storia clinica del suo cane, ho osservato molto anche il suo atteggiamento e il tono della voce. Quando doveva dire certe informazioni particolarmente utili per comprendere il quadro clinico, ma che avrebbero messo in cattiva luce il suo ruolo, evitava di incrociare il mio sguardo e batteva il piede in modo ansioso. Questo mi ha permesso di riconoscere e indagare meglio delle informazioni incerte.
2. **Punti di debolezza:** in un ambiente formale mi capita di essere a disagio a chiedere chiarimenti a chi mi sta parlando per paura di far vedere che non ho capito.
Esempio: ad un esame orale non avevo capito bene la formulazione di una domanda, ma piuttosto che richiedere spiegazioni ho temporeggiato, fino a quando la professoressa non ha capito e ha deciso in autonomia di ripormi la domanda in modo diverso.
3. **Strategie di miglioramento:** per rendere una conversazione efficace è importante che da tutte e due le parti ci sia un atteggiamento attento e propositivo nel cercare di comprendere ed essere compresi.

Esempio: se ho dubbi durante una lezione o in sede d'esame, non devo preoccuparmi di intervenire e far notare la poca chiarezza di un discorso, perché questo giova sia a me che all'interlocutore.

Relativamente all'attività del forum: ci ho messo un po' di tempo per leggere e rispondere alle diverse discussioni perché volevo trovare un momento di calma da dedicare solo a questa attività senza distrazioni esterne o fretta che avrebbero potuto inficiare con la buona comprensione degli interventi degli altri.

FEEDBACK

1. **Punti di forza**: se non mi viene fornito un feedback in modo autonomo, chiedo io al mio interlocutore se sono stata chiara, così da sapere che aspetti migliorare o correggere nella mia comunicazione.
Esempio: durante un turno di internato in ospedale con me c'erano due ragazze al loro primo giorno. Inizialmente erano timide e interagivano poco, visto l'ambiente nuovo in cui si trovavano. Quando ho spiegato loro alcune tecniche e aspetti organizzativi, non ero sicura di essere stata chiara, anche vista la quantità di informazioni che avevo appena espresso. Non ricevendo da parte loro nessuna domanda o conferma di comprensione, ho chiesto se avessero capito tutto. A quel punto su mia sollecitazione mi hanno fatto qualche domanda che evidenziava dell'incomprensione. Questo mi ha permesso il turno successivo di migliorare la mia comunicazione con i ragazzi nuovi di quel giorno.
2. **Punti di debolezza**: non sempre quando spetta a me dare dei feedback lo faccio in modo autonomo, in certi casi mi limito ad annuire senza effettivamente esprimermi.
Esempio: a lezione quando un professore magari spiega un argomento un po' controverso aspettandosi domande o commenti e poi invece si ritrova davanti una classe muta, fatico ad emergere davanti a così tante persone per affermare la chiarezza o meno della spiegazione. In situazioni più informali o meno affollate mi viene più facile.
3. **Strategie di miglioramento**: sicuramente devo migliorare la parte che riguarda il fornire feedback riflettendo anche su quanto sia importante riceverli, quindi immedesimandomi nel mio interlocutore.

Relativamente all'attività del forum: ogni risposta dei componenti del gruppo ai pensieri precedenti forniva un feedback di comprensione o meno, restando però molto positivi e volenterosi di comprendere alcuni aspetti se poco chiari. Questo mi ha permesso di capire se il messaggio che volevo lasciar passare fosse emerso nel modo giusto.