*Hai Facebook? No.! WhatsApp? No. ! Instagram? No. Telegram? No niente, però se vuoi sono proprio qui di fronte a te. – Schulz*

Proponiamo una intervista con [Anna Maria Palma](http://www.annamariapalma.eu/)co-autrice insieme a Lorenzo Canuti, del libro [***La gentilezza che cambia le relazioni. Linfe vitali per arrivare al cuore***](https://www.francoangeli.it/ricerca/Scheda_Libro.aspx?ID=24062&Tipo=Libro&vedi=ebook&titolo=La+gentilezza+che+cambia+le+relazioni.+Linfe+vitali+per+arrivare+al+cuore) pubblicato in Italia da Franco Angeli Editore

**Il libro parla di comunicazione ma anche di macchine, velocità, educazione, buone maniere e gentilezza. Ci può illustrare in che modo essere gentili possa aiutare a stare meglio con sé stessi e a comunicare meglio?**

Lavorare allo sviluppo delle competenze comunicative significa ampliare la gamma di comportamenti disponibili ed esercitabili da una persona in un contesto sociale. Per far questo è auspicabile sviluppare un atteggiamento di gentilezza nei propri confronti così da accogliere tutto ciò che può essere percepito, a qualche livello, come errore e facilitarne il ricollocamento come apprendimento.

Entrare in un contesto sociale può facilitare la percezione dei propri gap, dei propri limiti ma anche delle proprie potenzialità, del proprio talento comunicativo. Un momento di imbarazzo in cui parlare diventa difficile, un passo in avanti che rivela tutta l’incertezza di un momento, una stretta di mano su cui si indugia, e così via in una ricchezza di panorami comportamentali, emotivi, relazionali che fanno delle interazioni umane un campo di preziose potenzialità evolutive personali, professionali e sociali.



Da qualche anno, le interazioni umane sembrano affette da una sorta di male degli occhi bassi. Contesti sociali che un tempo, neanche troppo lontano, venivano sentiti, considerati e vissuti come momenti insieme, appunto, diventano sempre più una realtà strapazzata dalle modalità tipiche del virtuale.

La colazione della domenica con gli amici al bar, la riunione di staff con i propri collaboratori o l’attesa di un autobus di linea, sono istantanee di vita quotidiana in cui la comunicazione virtuale sembra aver letteralmente piegato alle sue modalità, la testa, gli occhi, la schiena e forse anche qualche pezzetto di cervello delle persone.

Sms, mail, WhatsApp, notifiche da Facebook e Twitter, una mole numericamente ingente di comunicazioni che, poco educatamente, entrano nella nostra vita, reclamano attenzione e ci trascinano in una dimensione, che, letteralmente, non è lì con noi.