

Undici regole per un buon dibattito



1. Una discussione non è una competizione

Hai la battuta pronta, sai parlare bene e anche argomentare con l'insegnante quando ti chiama davanti a tutta la classe? Bene, ma non dimenticarti che una discussione non è una competizione! Se per te ciò che conta è la vittoria e ti interessa unicamente sfinire la tua interlocutrice o il tuo interlocutore sotto una gragnola di parole, sarà solo il tuo ego a vincere – la discussione, invece, ne patirà. Se la persona con cui stai discutendo non riesce a controbattere i tuoi argomenti, non significa ancora che tu ce l'abbia fatta a convincerla.

2. Lascia finire di parlare

Chi viene costantemente interrotto e non riesce a dire ciò che vorrebbe, finisce per arrabbiarsi o abbandonare la discussione. Conseguenza: lo scambio si inasprisce o diventa un monologo. E poi, per riuscire a rispondere in modo opportuno bisogna aver sentito tutto quanto l'altra persona ha da dire.

3. Argomenta la tua posizione

Certo, la tua opinione è importante. Ma se tu e chi ti sta di fronte non fate che lanciarsi e rilanciarvi affermazioni di principio o vaghe generalizzazioni senza avanzare alcuna argomentazione, la discussione non arriverà da nessuna parte e ognuno resterà irremovibile sulle sue posizioni. Se vuoi veramente entrare in conversazione, è importante spiegare perché aderisci a una determinata opinione. Giustifica il tuo punto di vista con argomenti e esempi concreti e invita la tua interlocutrice o il tuo interlocutore a fare lo stesso.

4. Ascolta in modo attivo

Ascolta attentamente ciò che l'altra persona sta dicendo e cerca di capire bene il suo ragionamento. Prova a riassumere con parole tue, ad esempio: «se ho capito bene, tu pensi che ...». Solo così potrai comprendere veramente ciò che è importante per lei o per lui e evitare malintesi. Nella teoria della comunicazione non violenta, questa procedura è detta «ascolto attivo».

5. Poni domande aperte

In una discussione vale la stessa regola generale che in un'intervista: se vuoi capire che cosa sta veramente a cuore all'altra persona, poni domande quanto possibile aperte. Ossia domande che non possono essere risolte con un semplice sì o un semplice no e che non le impongono con la forza una risposta. Ad esempio «quali sono i tuoi argomenti a favore dei trasporti pubblici gratuiti?» invece di «non vorrai mica prendere il bus senza pagare, no?». Ponendo domande aperte, esprimi implicitamente un interesse sincero e dai una base solida al resto della discussione. La domanda più importante per un dibattito riuscito è quella che inizia con «perché pensi che ...?».

6. Trova i punti in comune

In qualsiasi discussione e con qualsiasi interlocutrice o interlocutore è possibile trovare un terreno comune. Vale la pena menzionare in modo esplicito le opinioni che condividete. Questo creerà una buona atmosfera per continuare la conversazione. Ad esempio: «siamo entrambi d'accordo che è importante aiutare le persone in difficoltà.» Sapere su quali aspetti siete in consonanza e su quali no aiuta anche a non girare in tondo e a far avanzare il dibattito. Potresti anche scoprire che i vostri punti di vista sono meno distanti di quanto pensavate inizialmente.

7. Resta in tema

Chi si sente con le spalle al muro tende a cambiare improvvisamente argomento o a rispondere con controaccuse che non hanno nulla a che vedere con ciò di cui si sta discutendo. Può capitare, ad esempio, che se qualcuno si lamenta dell'aumento dell'estremismo di destra, qualcun altro controbatta «e la sinistra?», come se il secondo fenomeno rendesse meno violento il primo. In inglese questo modo di sviare il discorso con affermazioni non pertinenti è detto «whataboutism», mentre in italiano si impiega il neologismo «benaltrismo»: un espediente che permette di eludere un tema suggerendo che i problemi sono «ben altri». Se l'altra persona cerca di distrarti in questo modo dall'argomento che stavate affrontando, tu non seguirla. Tieni le redini della discussione e torna alla carica: «mi sembra che questo sia un aspetto nuovo. Ti spiace se facciamo un passo indietro, potresti spiegarmi che cosa intendevi prima quando ...?», e così via. Questa piccola manovra ti permetterà di riprendere il filo del discorso.

8. Discuti da pari a pari

Se ti metti a fare la lezione all'altra persona, finirai con apparirle come qualcuno che si dà arie di superiorità. Questa tua arroganza la spingerà a reagire sulla difensiva. Quindi, evita di diventare «moralista» e di dire a chi ti sta di fronte dove e come si sta comportando «male» rispetto al tuo punto di vista. Se ama gli hamburger, lanciare un'affermazione lapidaria del tipo «i carnivori sono assassini» non è probabilmente il migliore dei modi per avviare la discussione. Invece di dire alla tua interlocutrice o al tuo interlocutore che cosa dovrebbe pensare, fai domande concrete e riferisciti piuttosto ai vostri casi personali. Inizia magari con un «ti è mai capitato di ...?». Chissà, forse così la/lo persuaderai a riflettere nuovamente sulle sue argomentazioni.

9. Critica in modo obiettivo

Non è perché lasci l'altra persona esprimere la sua opinione, che devi accettare anche qualsiasi affermazione infondata. Punta il dito sugli errori fattuali in cui può incappare, sulle conclusioni affrettate e sulle generalizzazioni – ad esempio, se mette sempre «tutti i ciclisti» e «tutti gli automobilisti» nello stesso calderone. Uno scambio di idee può reggere solo se si individuano le lacune o le contraddizioni nell'argomentazione. Ciò detto, cerca di avanzare le tue critiche con parsimonia e in modo selettivo, perché non ogni singolo errore a livello di fatti o di cifre è poi così importante per la discussione. Questo ti permetterà anche di evitare il confronto aperto.

10. Mantieni la calma

Nelle discussioni, le emozioni spesso si mettono a ribollire e finiscono col traboccare. Anche se i vostri punti di vista divergono molto e provi rabbia verso le opinioni di chi ti sta di fronte, continua a concentrarti sull'argomento di cui state parlando e lascia fuori il fatto che, mettiamo, non ti piace come si veste la tua interlocutrice o il tuo interlocutore. Cerca di non offendere l'altra persona quando la critichi. A volte un po' di umorismo può aiutare a distendere l'atmosfera, ma se la situazione si fa emotivamente carica, affronta in modo diretto i tuoi sentimenti e quelli di chi ti parla. Ad esempio, perché non dire «mi rendo conto che questo argomento ti/mi fa arrabbiare molto»? Vi renderà consapevoli di ciò che sta andando storto nel vostro scambio. Ma soprattutto ricordati: ciò che conta è mantenere la calma.

11. Cambia la prospettiva

Le discussioni possono fallire a causa di una semplice divergenza d'opinioni, ma anche di uno scontro tra sistemi di valori radicalmente opposti. In questi casi, cercare di far tua la prospettiva di chi ti sta di fronte può essere d'aiuto. Rifletti su come potresti argomentare dal suo punto di vista. Se, ad esempio, lei o lui considera molto importante la protezione della famiglia ma, nel contempo, guarda in modo critico alla riunificazione familiare delle persone rifugiate, potresti provare ad argomentare su questo sfondo.