

COMUNICARE ȘI CONSILIERE ÎN KINETOTERAPIE

MIRCEA BRATU

**COMUNICARE ȘI CONSILIERE
ÎN KINETOTERAPIE**



EDITURA UNIVERSITARĂ
București, 2014

Referenți științifici: Prof. univ. dr. Cordun Mariana
Conf. univ. dr. Mitrache Georgiana

Redactor: Gheorghe Iovan
Tehnoredactor: Ameluța Vișan
Coperta: Angelica Mălăescu

Editură recunoscută de Consiliul Național al Cercetării Științifice (C.N.C.S.) și inclusă de Consiliul Național de Atestare a Titlurilor, Diplomelor și Certificatelor Universitare (C.N.A.T.D.C.U.) în categoria editurilor de prestigiu recunoscut.

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României
BRATU, MIRCEA

Comunicare și consiliere în kinetoterapie / Mircea
Bratu. - București : Editura Universitară, 2014
ISBN 978-606-591-873-3

615.825

DOI: (Digital Object Identifier): 10.5682/9786065918733

© Toate drepturile asupra acestei lucrări sunt rezervate, nicio parte din această lucrare nu poate fi copiată fără acordul Editurii Universitare

Copyright © 2014
Editura Universitară
Director: Vasile Muscalu
B-dul. N. Bălcescu nr. 27-33, Sector 1, București
Tel.: 021 – 315.32.47 / 319.67.27
www.editurauniversitara.ro
e-mail: redactia@editurauniversitara.ro

Distribuție: tel.: 021-315.32.47 / 319.67.27 / 0744 EDITOR / 07217 CARTE
comenzi@editurauniversitara.ro
O.P. 15, C.P. 35, București
www.editurauniversitara.ro

CUPRINS

Cuvânt înainte	7
1. Comunicarea și consilierea - aspecte ale psihologiei sociale	9
2. Procesul de comunicare	23
3. Tipologia comunicării	36
4. Comunicarea – act relațional	50
5. Sănătate și boală	67
6. Actul kinetoterapeutic	73
7. Comunicarea în kinetoterapie	80
8. Consilierea în kinetoterapie	130
Bibliografie	196

CUVÂNT ÎNAINTE

Această carte se adresează în primul rând kinetoterapeuților în formare, dar nu numai, și cuprinde o serie de informații teoretice și cu caracter practic-aplicativ privind abordarea individului – sănătos sau bolnav, ca ființă bio-psiho-energo-socială, pe baza unei metodologii specifice de studiu a sistemelor hipercomplexe. Aceasta oferă posibilități extinse de înțelegere a omului sub toate aspectele sale, și implicit de acțiune în scopul menținerii sau restabilirii stării de sănătate.

Pe parcursul timpului au fost făcute numeroase observații asupra comunicării terapeut-pacient, dar acestea privesc mai mult practica medicală și psihologică, și mai puțin activitatea de refacere/recuperare, aceasta având particularități care țin de specificul kinetoterapiei ca specialitate medicală.

Comunicarea reprezintă în kinetoterapie, mai mult decât în orice act terapeutic, o componentă esențială, un instrument și o stare de spirit, este calea spre înțelegere, spre motivare, spre mobilizarea resurselor interne ale pacientului către restabilirea stării de sănătate. Ea nu înseamnă doar abordarea aspectelor strict referitoare la boală, ci mult mai mult.

Abilitatea kinetoterapeutului de a asigura o comunicare optimă cu pacienții, informativă și formativă, funcție de nevoile de moment ale acestora și nu numai, influențează în mare măsură atitudinea acestora față de boală, implicarea în actul medical de recuperare, deciziile și comportamentele avute etc.

Consilierea în kinetoterapie prezintă și ea o serie de particularități, generate de specificul actului de refacere / recuperare, aceasta trebuind focalizată pe găsirea de soluții viabile, implicarea pacientului în actul terapeutic, mobilizarea resurselor personale ale

acestui în direcția urmărită, diminuarea stresului indus de boală, ameliorarea imaginii și respectului de sine în situația existențială cu care se confruntă, și nu numai. Ea are la bază ideea potrivit căreia trăirea subiectivă a bolii determină dezvoltarea unor procese cognitive și emoționale, dovedindu-se importantă identificarea acelor factori care favorizează vindecarea și direcționează modalitățile de intervenție.

Sper ca, această carte să ofere informații utile viitorilor kinetoterapeuți și repere viabile în practica clinică, nu rețete ci recomandări de operaționalizare a demersurilor de ordin educativ, profilactic și curativ.

Rog pe cei care au curiozitatea să deschidă această carte, și mai ales pe cei care o și parcurg, să-mi comunice părerile și observațiile critice.

Autorul

1. COMUNICAREA ȘI CONSILIEREA - ASPECTE ALE PSIHOLOGIEI SOCIALE

Capacitatea de a-și formula și transmite gândurile în termeni verbali este o trăsătură universal și specific umană. Act tranzacțional implicat în toate situațiile de interacțiune, comunicarea reprezintă o componentă de bază, vitală, pentru viața personală a individului, și implicit pentru cea socială. Ea îndeplinește simultan mai multe roluri, implicând atât contact și transmitere de informații, cât și liant, transformare, adaptare etc.

Comunicarea este definită de V. Tran (2013) ca performanța de a descifra sensul, semnificația, conotația și denotația legăturilor sociale, organizate și dezorganizate, cu ajutorul simbolurilor, semnelor, reprezentărilor și a altor modalități de modelare informațională, în scopul declanșării obținerii stabilității, amplificării, diminuării, amânării sau stopării unor comportamente (conduite) individuale sau de grup.

Abordând comunicarea prin prisma relației dintre indivizi, N. Sillamy (1996) consideră că aceasta este în primul rând o percepție; ea implică transmiterea, intenționată sau nu, de informații destinate să lămurească sau să influențeze un individ sau un grup. Practic, comunicarea se află la baza organizării și dezvoltării sociale, influențând raporturile dintre oameni atât pe orizontală cât și pe verticală - intervenind în aspirațiile lor intime și în cunoașterea realității obiective, idee

susținută și de E.M. Dobrescu, care vede comunicarea ca un concept fundamental în sociologie și în psihologia socială și structurează elementele definitorii ale acesteia astfel:

- ✓ proces în care se observă stimuli și se reacționează în raport cu aceștia;
- ✓ mecanism esențial în dezvoltarea relațiilor umane;
- ✓ totalitatea simbolurilor gândirii și a mijloacelor prin care ele se difuzează și se conservă;
- ✓ comunicare socială – expresie generală pentru „toate formele de relații sociale, cu participarea conștientă a indivizilor și a grupurilor.

Termenul „comunicare” își are originea în latinescul „communis” – a fi în relație, a împărtăși, și începe să circule încă din sec. al XIII-lea cu sensul de „a transmite”.

Considerăm utilă prezentarea răspunsurilor la întrebarea „ce este comunicarea?”, surprinse de G. Arădăvoaice (2012) din diverse lucrări de management comunicațional:

- ✓ acțiune prin care se transmite un mesaj;
- ✓ ansamblul proceselor psiho-fizice prin care se efectuează operația punerii în relație cu o altă persoană;
- ✓ element indispensabil pentru funcționarea optimă a oricărei activități umane;
- ✓ modul esențial de existență și dezvoltare a personalității;
- ✓ transferul de informații de la sursă la receptor;
- ✓ atribut fundamental al lumii vii;
- ✓ interacțiune socială prin sistemul de simboluri și mesaje;
- ✓ mediator al tuturor interacțiunilor sociale;
- ✓ mod fundamental de interacțiune psiho-socială fără de care oamenii nu ar putea deveni oameni și să cultive propriile valori;
- ✓ factor cheie al managementului motivațional;

- ✓ schimb de reprezentări, idei, interese, stări de spirit;
- ✓ ansamblul proceselor prin care se efectuează schimburile de informații și de semnificații între persoane etc.

Din prezentarea acestor răspunsuri se evidențiază fără echivoc că nevoia de comunicare și schimb / transfer informațional este o necesitate socială, idee susținută de M.Epuran (2006) la care aderăm și noi. Ea implică și o relație între cel puțin doi protagoniști, un raport exterior, în afara introspecției și a raporturilor cu sine însuși, o nevoie de dăruire a ceva ce ai fără a fi privat de acel lucru - informație, o modalitate de a evolua, de a te crește și a crește în acord cu mediul.

Este evident faptul că nici un fel de activitate, de la cele mai simple acțiuni și până la cele mai complexe activități, nu pot fi concepute în afara procesului de comunicare, aceasta devenind un concept universal și atotcuprinzător, pentru că "totul comunică".

Factor determinant al procesului de socializare a omului, comunicarea constituie veriga de legătură dintre gând și acțiune, toată „existența” noastră psihică fiind implicată în comunicare. Ea implică reciprocitate, fiind mai generală și mai completă decât informarea, care este o ipostază a comunicării.

Putem afirma, deci, că activitatea de comunicare reprezintă condiție sine qua non a existenței umane, și constă din transmisia și schimbul de mesaje, codificate, în spațiu relativ definit al unui „canal” existent între doi protagoniști, reprezentați de emițător și receptor. Comunicarea este definită astfel, ca „proces prin care un emițător transmite informații receptorului prin intermediul unui canal, cu scopul de a produce asupra acestuia anumite efecte”. O.Scholter

M.Golu (1993) consideră că pentru a se adapta eficient mediului și a-și realiza obiectivele, omul trebuie să dispună de:

- un ansamblu de stări de necesitate care să determine și să orienteze selectiv comunicația cu mediul;

- capacitatea de a recepționa informația din mediu;
- mecanisme și operatori de evaluare/filtrare de date;
- capacitatea de a stoca și procesa informația;
- un repertoriu de programe/seturi de reacții de răspuns

prin care out-put-ul sistemului să-și realizeze funcția adaptativă.

Aceste necesități de supraviețuire ale sistemului au determinat întreaga sa dezvoltare și organizare astfel:

- subsistemul cognitiv realizează receptarea informației din mediu, stocarea și prelucrarea acesteia;

- structurile afective răspund sarcinii de semnalizare a lipsei de informație și de evaluare a utilității datelor din perspectiva stărilor motivaționale interne;

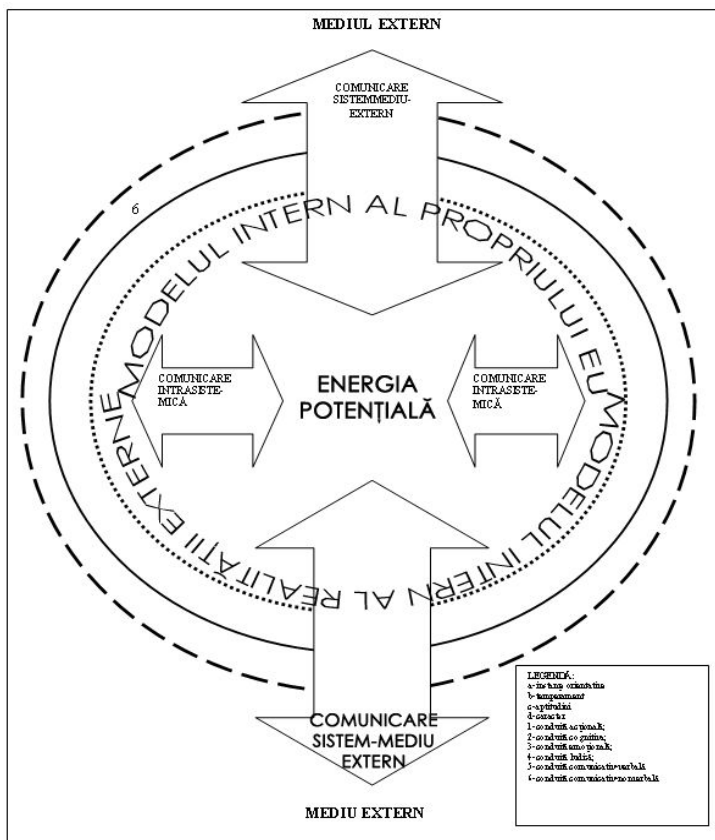
- structurile motivaționale realizează orientarea selectivă a conduitei în funcție de liniile de semnificație ale sistemului;

- schemele operaționale de răspuns – mentale/externe, răspund cerinței organizării adaptative a output-ului.

Mesajele transmise stau la baza relației dintre cei doi protagoniști ai actului de comunicare; ele se află în relație cu trebuințele acestora, cu aspirațiile și imboldurile spre acțiune, evidențiindu-se și existența unui conținut motivațional. Astfel, prin schimbul continuu de informații codificate se inițiază, declanșează sau stopează activități, iar indivizii se influențează reciproc pe mai multe planuri: răspuns, atitudine, comportament etc. Comunicarea presupune o procesualitate circulară care se înscrie într-o anumită temporalitate de care ține cont și pe care, la rândul ei, o modelează.

Componenta biologică a organismului (organe, aparate/sisteme) este în relație indisolubilă cu psihicul (proces, funcții, stări de natură informațională), relație mediată prin

componenta energetică, constituind un întreg, aflat în interrelație permanentă cu mediul, cu care schimbă informație continuu.



Rezultate ale comunicării sistem-mediu și ale comunicării intrasistemice (G.Mitrache)

Se construiește astfel, un model subiectiv al propriului Eu raportat la realitatea obiectivă, pe baza căruia se dezvoltă personalitatea și se organizează comportamente.

Expresie a vieții de relație, psihicul este definit ca produsul dintre ereditate și enculturație, ca formă specifică de reacție a organismului la solicitările mediului, și are dublu scop - adaptarea la acesta și evoluția sa ca sistem.

Practic, pentru a supraviețui, toate organismele intră în contact cu mediul și se adaptează la el. Sistemul psihic uman - sistem comunicațional de natură informațional energetică, se supune legii universale a generării de informație; prin însuși modul său de constituire el se include în categoria fenomenelor informaționale. M.Golu (1993)

Structura informațional-energetică a psihicului uman permite asimilarea informațiilor din mediu și elaborarea de răspunsuri, asigurând astfel premisele comunicării intrasistemice. Instanțele orientative, aptitudinile, temperamentul și caracterul stau la baza conduitelor acționale, cognitive, emoționale, ludice și de comunicare – elemente esențiale ale existenței și implicit ale adaptării.

Evidențiind importanța vitală pe care informația o are pentru ființa umană Miller a numit omul „ființă informavoră”. Este explicat astfel de ce „omul există ca om doar în acțiune, în raport cu mediul ambiant pe care îl asimilează, sedimentează și cristalizează în sine”.

În acest context, se evidențiază la om, spre deosebire de celelalte organisme animale, existența unei forme superioare, complexe de reacție la mediu – sistemul psihic uman (SPU), iar conștiința este manifestarea activității psihice de recepție, prelucrare și sinteză de informație. El este, în fapt, cel care declanșează orice activitate, o susține și o reglează, având ca scop final adaptarea – supraviețuirea ființei umane și obținerea stării de confort psiho-fizic.

„Privit analitic, psihicul constă în procese, stări și funcții, reprezentate de: senzație, percepție, gândire, voință, sentimente etc., fenomene subiective cu caracter reflectoriu, cu rol

psihoreglator în raport cu comportamentul dirijându-l în direcția asigurării unui echilibru activ cu ambianța, pe baza recepționării, prelucrării și interpretării informației. Privit integral și dinamic, psihicul este un sistem hipercomplex, cu laturi subiective și obiective interconținute, cu structuri etajate, de la inconștient la supraconștient, cu evoluție și funcționalitate legică, reprezentând, la rândul său un subsistem natural și biosocial. Viața psihică a omului se exprimă ca unitate a fenomenelor subiective cu manifestările de conduită. Se delimitează astfel, trei tipuri de manifestare a sistemului psihic uman: fizică, verbală și mentală, acestea determinând trei tipuri de activități - motrică, verbală și mentală.” (G.Mitrache, S.Tudos 2004).

M.Zlate (1997) subliniază cele patru mari categorii de mecanisme psihice aflate la baza activității SPU:

- informațional-operaționale (prelucrare primară / secundară a informației);
- stimulator-energizante;
- de reglaj;
- integratoare.

Se explică astfel, de ce conținutul informațional vehiculat prin actul comunicării este reprezentat de imagini, noțiuni, idei etc., de ce comunicarea facilitează manifestarea conduitelor umane afective cu rol definitoriu în actele specific umane, de ce acestea sunt implicate direct în asigurarea consonanței / disonanței psihice, a acțiunilor de acceptare sau refuz, de concordanță sau neconcordanță cu propriile trăiri.

G. Arădăvoaice (2012) subliniază ideea la care aderăm și noi, potrivit căreia, de conținutul comunicării, de adevărul și relevanța sa, de constanța și oportunitatea mesajului, de forța sa persuasivă depind relațiile umane, performanțele avute și schimbările obținute, asigurându-se o integrare optimă a individului în mediul natural și socio-cultural. Când

comunicarea este bruiată sau întreruptă, incompletă, întârziată, supraîncărcată de informații, confuză sau contradictorie apar neînțelegeri și conflicte. Deprinderile de comunicare sunt dobândite (în primul rând) și înnăscute (în al doilea rând), această aptitudine a ființei umane fiind formată și dezvoltată pe axa gândire ↔ comunicare ↔ acțiune. Deoarece comunicarea nu are un scop „în sine”, dar are drept finalitate trecerea la acțiune, se explică de ce ineficiența sau perturbarea oricăreia dintre aceste etape: gândire – comunicare - acțiune, crează premise ale eșecului.

La baza „performanței” se află, deci, adaptarea, respectiv găsirea modalităților optime de realizare a actelor și acțiunilor, întreprinse în acord cu mediul.

Orice acțiune determină efecte directe - primare, și indirecte - secundare, imediate și tardive, direcțiile de acțiune asupra ființei umane pentru influențarea acestor efecte fiind reprezentate de palierele biologic, cognitiv, comportamental, dar și ... cel subiectiv („eu mă simt”). Aceste efecte determină adaptări imediate, pe termen scurt, care vor sta la baza adaptărilor pe termen lung, respectându-se principiul „acumulările cantitative stau la baza salturilor calitative”.

Se definește astfel, din ce în ce mai clar, termenul de „comportament” ca ansamblu al răspunsurilor adaptative, obiectiv-observabile pe care un sistem le dezvoltă la stimulii din ambianță, precum și ansamblul efectelor acestei interdependențe asupra coordonatelor de definiție a celor doi termeni $S \leftrightarrow R$.



Comunicarea este, astfel, expresie a interacțiunii, manifestare de influențe reciproce pe care partenerii le exercită unii asupra celorlalți atunci când relaționează, fiecare mesaj, fiecare comportament al unuia funcționând ca stimul (S1) asupra celuilalt care reacționează printr-o acțiune care se constituie ca și stimul (S2) pentru primul. În acest context, se exprimă feed-back-ul (retroacțiunea), prin intermediul actului de comunicare interlocutorii definindu-și relația avută, înțelegându-se, influențându-se, acceptându-se și reglându-se reciproc, având în vedere că „nu vedem lucrurile așa cum sunt ci așa cum suntem” dar și că „devenim ceea ce gândim”, iar la baza gândirii se află informația.

În fond, receptarea informației de către cel care primește mesajul, corespunde procesului asimilării, explicând aspectul informativ al comunicării. Practic, fiecare dintre parteneri vine în comunicare, și implicit în relație, cu un anumit bagaj, cu o „construcție evolutivă” care înglobează toate învățăturile anterioare și le modifică eventual în fiecare circumstanță de interacțiune (J.M.Doutreloux citat de D.Mârza 2009).

În opinia specialiștilor domeniului autoreglarea și reglarea comportamentului uman presupune acțiunea sinergică a tuturor componentelor SPU. G.Mitrache și S.Tudos (2004) demonstrează că sistemul activator - dinamizator al psihicului condiționează sub aspect energetic activitatea. Reglarea energetică este cea care determină organismul să se deschidă către exterior, pe cale informațională, și îl împinge către acțiune.

D.Anzieu citat de A. Dragnea (2002) subliniază și el că la baza dezvoltării psihice a individului se află relațiile interpersonale, și că acestea au rol vital în formarea personalității sale.

Abordarea comunicării ca și activitate socială, pune subiecții comunicării în postura de "actori sociali". În

determinarea rețelelor de comunicare, a volumului și frecvenței acestora, sunt incriminate contactele cu cei din jur, expresie a rolurilor sociale avute, aflate în relație directă cu diversele statusuri avute – de ordin familial, profesional etc.

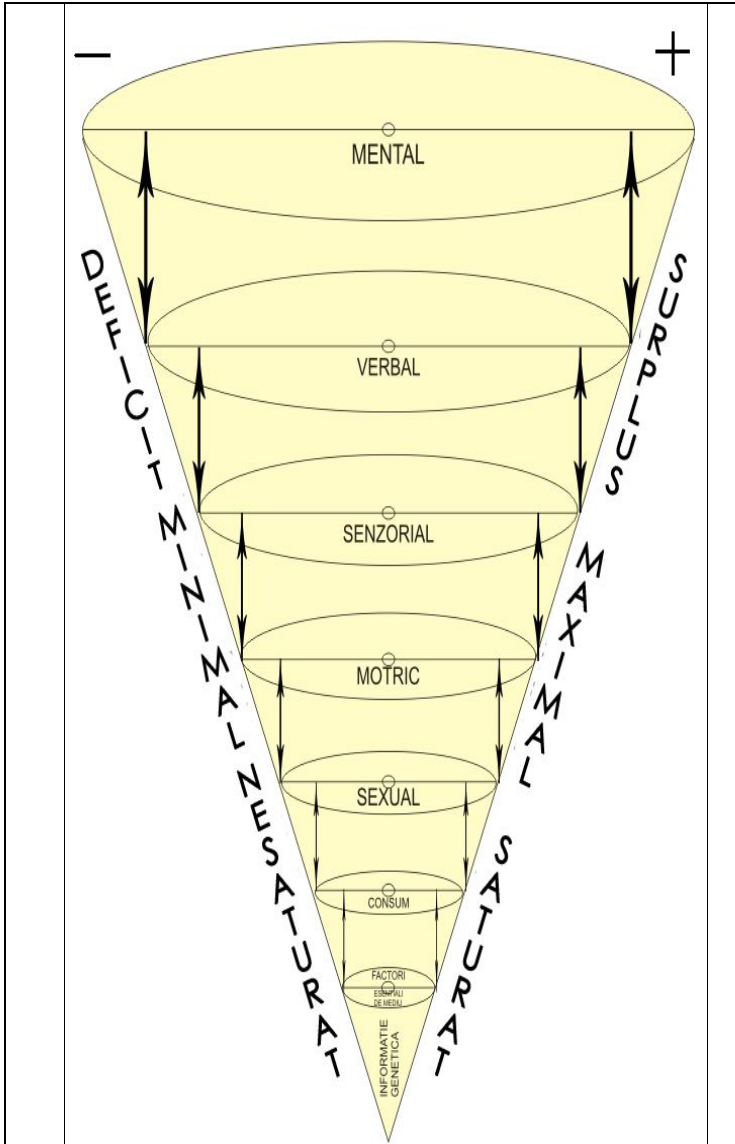
Raportat la dinamica constituirii relațiilor interpersonale D.Cristea citat de D.Mârza (2005) subliniază că o relație interpersonală poate fi interpretată ca un construct psihosocial rezultat în urma interacțiunii dinamice dintre două universuri subiective, pe de o parte, și dintre un câmp socio-cultural de fond și un set de factori situaționali, pe de altă parte. În consecință procesul formării și manifestării unei relații interpersonale parcurge mai multe faze: prefigurare, amorsare, cristalizare, evoluție, stabilizare dinamică, declin sau destruc-turare. Practic, psihologia socială demonstrează că relațiile interpersonale comportă un larg registru de desfășurare în ceea ce privește gradul de interacțiune reciprocă a indivizilor.

S.Tudos (2001) elaborează un model definitoriu al SPU, complex.

Acest model surprinde și soluțiile viabile pentru dezvoltarea - regenerarea conduitelor adaptative rezistente la factorii perturbatori:

1. modelul elaborat pentru reglare și autoreglarea sistemului bio-psiho-social se realizează printr-un bloc funcțional cu legături interne, intersistemice și multinivelare, astfel încât o intervenție la orice nivel are consecințe globale;

2. cele 7 nivele de reglare ale blocului funcțional sunt ierarhizate într-un sistem de deschidere progresivă, de la factorii majori de mediu la factorul mental - care este nelimitat și astfel se reconectează circular cu factorii de mediu - redefinindu-i, integrându-i și redimensionându-i ciclic în permanență;



Nivele de reglare a comportamentului – S.Tudos (2001)

3. cele 7 nivele de reglare ale comportamentului (performanțial) sunt polarizate, minimal – nesaturat, și maximal – saturat, în conformitate cu un model sinusoidal de amplificare, nevoia de schimbare a stării crescând progresiv, pe măsura polarizării:

a) pe orizontală, în cadrul fiecărui nivel de reglare → suma soluțiilor comportamental-adaptative scade odată cu polarizarea;

b) pe verticală, blocul funcțional dezvoltă progresiv soluții adaptative al căror număr crește exponențial de la nivelul 1 → 7.

4. posibilitățile de optimizare a conduitelor adaptative sunt strict definite și limitate de structura informațional genetică a sistemului, care condensează factorii esențiali de mediu, ca sisteme potențiale de comunicare (nivel 1);

5. ca o consecință a dezvoltării progresiv exponențiale, ultimul nivel – cel mintal (7), oferă posibilități nelimitate de dezvoltare și perfecționare a sistemului biopsihic individual. Aceasta se realizează prin eficiența reglării-autoreglării intra / intersistemice, în conexiune cu alte sisteme, de la nivel socio-cultural și de mediu și până la nivele transcendente. Procesele de dezvoltare și perfecționare presupun conștientizarea, dezvoltarea și selectarea celor mai eficiente relații de intercomunicare-interacțiune între legăturile multinivelare ierarhizate intra- și intersistemic;

6. în blocul funcțional reglare-autoreglare, se descriu două regimuri de funcționare :

a) regimul normal – caracterizat prin concordanță / compatibilitate între resursele energetice și structurile funcționale care le administrează și valorifică, convertindu-le în conduite adaptative, în limitele largi ale normalității;

b) regimul ”excepțional”- caracterizat prin lipsa de compatibilitate între surse și structuri operațional –

informaționale; incompatibilitatea generează nevoia soluțiilor „excepționale” de redimensionare-restructurare radicală în intervale scurte de timp;

7. în virtutea principiului solidarității funcționale intrasistemice, orice modificare la orice nivel, va avea ecou la toate celelalte niveluri, în funcție de impactul subiectiv al acestei modificări;

8. circulația informației în cadrul blocului informațional se realizează în câmpul y , spațio-temporal subiectiv, instantaneu în toate direcțiile și în toate conexiunile existente;

9. optimizarea performanței este realizată operațional, ținând cont de caracterul finit dar perfectibil al resurselor substanțial-energetice, simultan cu caracterul teoretic infinit al dezvoltării sub aspect informațional.

D.Marza (2009) consideră că pentru realizarea pleneră a personalității, prezența ca atare a unor sisteme de interrelații nu este suficientă. Este important ca individul să conștientizeze aceste relații, să le acorde semnificație, să le aprecieze din perspectiva scopurilor sociale și în acord cu sine dar și cu ceilalți membri implicați. Pe acest palier un aport important îl aduce consilierea, care prin mijloacele specifice contribuie la dezvoltarea unui sistem coerent de scopuri, respectiv întărirea comportamentului intențional, cu rol în facilitarea relațiilor sociale și a adaptării persoanei la solicitările mediului natural și social, dar nu numai. M.Epuran (2006) conturează cele trei mari direcții de orientare a demersurilor consilierii în general și a sportivilor în special, reprezentate de: dezvoltarea capacității de adaptare și de confruntare cu factorii stresori, ameliorarea și maximizarea capacității psihice și de performanță individuală și tratarea diferitelor disfuncții care apar în comportamentul individual și în conduita socială a persoanei. Te poți lăsa împins de probleme sau poți fi condus, în acțiunile tale, de

„vise”. Dacă și „visele” sunt mai mari decât fricile, atunci condițiile unei acțiuni reușite sunt în mare parte asigurate. Poți porni în demersul întreprins gândindu-te la ceea ce ar putea merge prost, la ceea ce ar putea merge bine sau ... pur și simplu. Este în fond opțiune, iar de aceasta depinde în bună măsură declanșarea, susținerea și eficiența acțiunilor umane.

Am arătat faptul că viața nu poate fi concepută în afara relațiilor interumane, și că acestea influențează major performanțele individuale. Deosebit de complexe și importante ele constituie baza piramidei pe care se derulează viața, cu toate attributele sale. Astfel, mediul psiho-social, nivelul de satisfacerea a anumitor nevoi de relație și afective etc., asigură eliberarea și conducerea energiilor interne care vor declanșa și susține actele și activitățile întreprinse, aspect surprins și în zicala „tu ești drumul, dar tot tu ești și călătorul.”

Comunicarea constituie, deci, o dimensiune definitorie a existenței umane, a stabilității și dezvoltării vieții, în afara ei realitatea socială, și nu numai, fiind practic imposibilă deoarece nu există situație în natură care să nu fie supusă unui demers comunicativ. Practic, ea este legată și dependentă de contextul în care se desfășoară, iar acesta este determinat de circumstanțele externe, așa cum cadrul este creat și definit de interlocutori.

În opinia lui G. Arădăvoaice (2012) comunicarea este un proces psiho-social complex, multideterminat de o serie de factori materiali, psihologici, cognitivi și sociali, activi și omniprezenți în pofida refuzului sau acceptului de a comunica. Nimic din comunicare nu rămâne static, componentele ei interacționează, fiecare dintre ele existând în relație cu celelalte. Ea este un proces circular continuu, în care nu pot fi identificate clar punctele de pornire și oprire, fiecare dintre noi reacționând ca întreg în cadrul acestui proces.