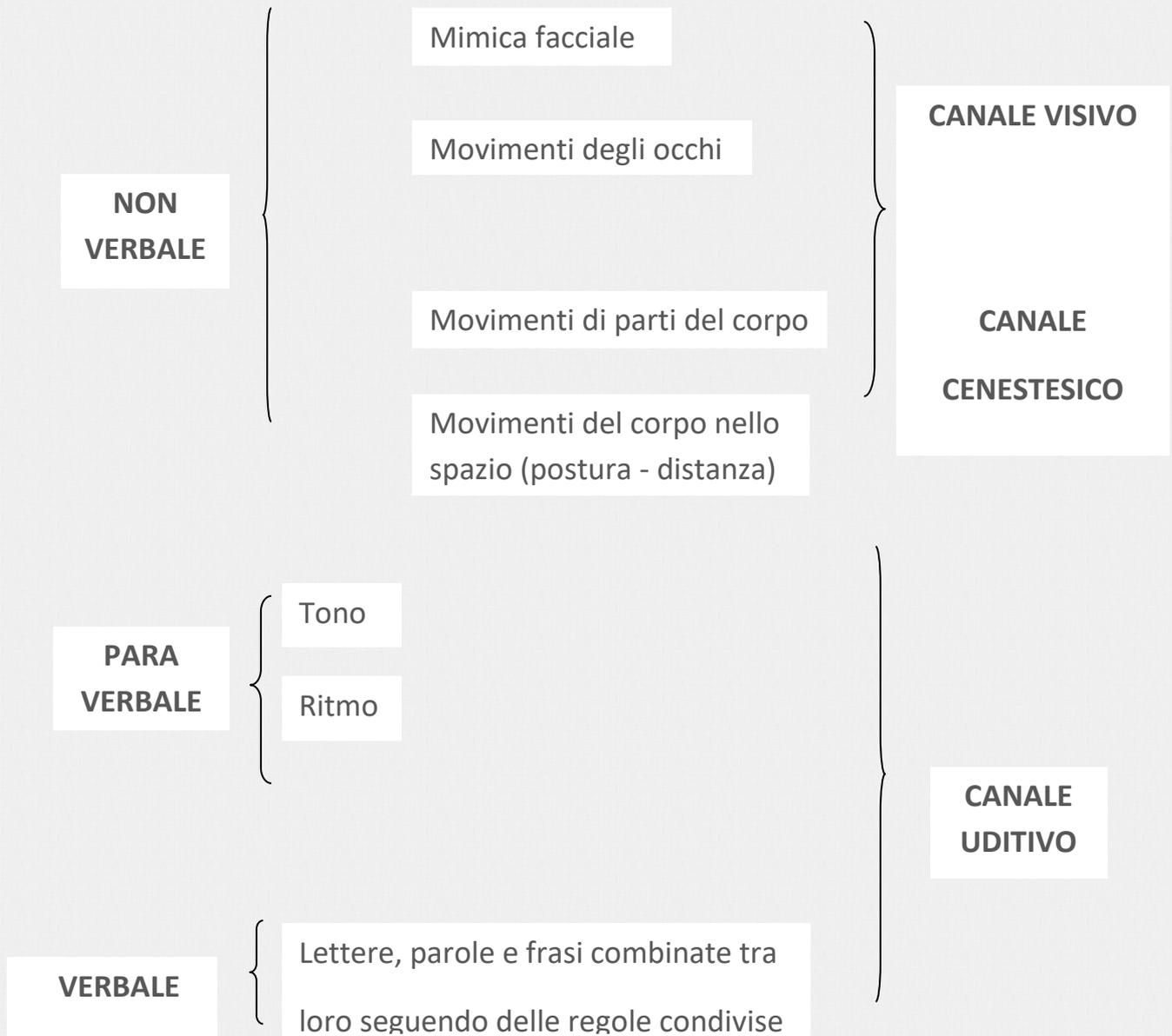


Schema e Test sulla COMUNICAZIONE

Come si esprime?

Come si può "leggere"?



Da ricordare - La mente ha bisogno di info precise per progettare il cosa fare (ragionare). *Info non specifiche* vengono riempite con le nostre convinzioni e presupposizioni su quello che dovrebbe essere (effetto gruviera).

Sono la base delle nostre distrazioni e delle incomprensioni con gli altri.

TEST: 3 Canali di comunicazione delle Esperienze V.U.S.

1. Di un qualsiasi discorso ascoltato ricordo maggiormente:

- alcune parole utilizzate (U)
- la sensazione che ho provato (S)
- le espressioni del mio interlocutore (V)

2. per essere convinto da qualcuno ritengo che sia importante:

- la sensazione di fiducia che trasmette (S)
- l'immagine con cui si presenta (V)
- le parole che usa (U)

3. di una persona incontrata tempo fa, ricordo:

- il viso (V)
- il nome (U)
- la sensazione che mi trasmetteva (S)

4. della scuola, ricordo di più:

- le soddisfazioni e le delusioni (S)
- le facce dei compagni e dei professori (V)
- le voci dei compagni e dei professori (U)

5. di una persona appena conosciuta mi colpisce di più:

- il suo modo di parlare (U)
- la sua immagine esteriore (V)
- le sensazioni che mi trasmette (S)

6. cosa deve essere presente nella mia vacanza ideale:

- il parlare con la gente (U)
- vivere ed immergermi nell'ambiente (S)
- vedere posti nuovi (V)

7. quando devo acquistare qualcosa:

- ho già visto cosa desidero comprare (V)
- compro di impulso se una cosa mi piace davvero (S)
- mi lascio consigliare prima di comprare (U)

8. immagina che tutto quello che fai ti riesca alla perfezione...

- stai bene (S)
- ti vedi forte e vincente (V)
- ti congratuli con te stesso (U)

Totale V..... U..... S.....