si legge in senso orario
http://www.alessiosperlinga.it

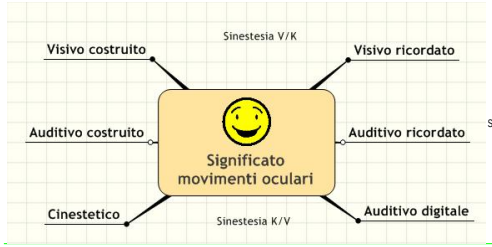
Comunicare in pubblico magicamente
Autori: Tad James
David Shepard
Editore: NLP Italy

CAP. 1) CREARE LA STRUTTURA

- PRESUPPOSIZIONI
  - FARE QUESTO CORSO PER SCONFIGGERE LA PAURA DEL PUBBLICO
  - GLI AUTORI USANO LA PNL
    - PROGRAMMAZIONE
    - NEURO
    - LINGUISTICA
  - LA PRIMA COSA CHE DEVI FARE È SCRIVERE DETTAGLIATAMENTE PERCHÈ VUOI FARE QUESTO CORSO
    - DICHIARARE LE PROPRIE MOTIVAZIONI È UNA POTENTE LEVA PER LA MENTE INCONSCIA
- 1 ESSERE
  - CONGRUENTI
  - SE STESSI
  - A PROPRIO AGIO
    - CON IL PUBBLICO
- 2 RICHIAMARE L'ATTENZIONE DI OGNUNO
  - CHIEDENDO PERCHÈ SIETE QUI
- 3 CREARE UNA PRECISA SCALETTA TEMPORALE
  - E RISPETTARLA
- 4 ACCORDI CON IL PUBBLICO
  - PUNTUALITÀ
  - TELEFONI SPENTI
  - DIALOGHI SON UNA SOLA PERSONA ALLA VOLTA
  - CONVOGLIARE L'ATTENZIONE SULL'AZIONE
- 5 ABBINAMENTO CONSCIO/INCONSCIO
  - LE PRATICHE DEL CORSO RISPETTANO ANCHE LA MENTE INCONSCIA
    - SECONDO I PRINCIPI DELLA PNL
- SUGGERIMENTI
  - 1 LEGGERE
  - 2 FARE ESERCIZI
    - IN GRUPPO
  - 3 FARE CORSI
    - PER FARE TEST

CAP. 2) PROGRAMMAZIONE NEURO LINGUISTICA

- JOHN GRINDER E RICHARD BANDLER - I FONDATORI -ANNI '70
  - "UN ATTEGGIAMENTO ED UNA METODOLOGIA CHE VA OLTRE UN INSIEME DI TECNICHE"
- ATTEGGIAMENTO
  - CURIOSITÀ
    - COME DI FA ?
    - COME SI OTTENGONO RISULTATI ?
    - COME FUNZIONA ?
  - SPERIMENTARE IL WANTON=ORIENTARE LA TUA VOLONTÀ PER RAGGIUNGERE QUALSIASI OBIETTIVO
    - FALLO E BASTA
    - FRITZ PERLS - FONDATORE DELLA SCUOLA DELLA GESTALT
      - "BASTA PENSARE! USATE I VOSTRI SENSI"
- METODOLOGIA
  - MODELING=MODELLAMENTO
    - OSSERVAZIONE DI
      - LINGUAGGIO DEL CORPO
      - LINGUAGGIO VERBALE
      - MODO DI PENSARE
    - ISPIRATORI
      - MILTON ERIKSON
      - VIRGINIA SATIR
      - FRITS PERLS
- DEFINIZIONE
  - 2 P
    - PROGRAMMING=ABITUDINI
      - MODIFICABILE
      - COME RICONOSCERE E MODIFICARE GLI SCHEMI DI PENSIERO
  - 1 N
    - NEURO=HARDWARE=UOMO
      - IL TUO CERVELLO
      - COSA SUCCEDE DENTRO DI TE
  - 3 L
    - LANGUAGE=SIGNIFICATO
      - COME IL LINGUAGGIO INFLUENZA LA MENTE
  - LA PNL LAVORA SUL PROCESSO, NON SULLE CAUSE
    - NO
      - GIUSTO/SBAGLIATO
    - SI'
      - FUNZIONANTE/NON FUNZIONANTE
      - POTENZIANTE/LIMITANTE
      - ECOLOGICO/NON ECOLOGICO
      - ABILITÀ DI RISPONDERE
  - MODIFICARE IL PROPRIO ATTEGGIAMENTO MENTALE
    - PER ESSERE SEMPRE CONGRUENTI
- L'ESSERE UMANO PERCEPISCE LA REALTÀ CON I 5 SENSI
  - V
    - VISIVO
      - SUBTOPIC
  - A
    - AUDITIVO
  - K
    - CINESTESICO
  - O
    - OLFATTIVO
  - G
    - GUSTATIVO



- COME ELABORIAMO UN'INFORMAZIONE
  - 1 CANCELLAZIONE
    - ELIMINAZIONE DELLE INFORMAZIONI INUTILI A COSTRUIRE IL SIGNIFICATO DI UNA FRASE
  - 2 DISTORSIONE
    - VISIVA
    - TATTILE
    - AUDITIVA
  - 3 GENERALIZZAZIONE
    - SINTESI DI UN'ESPERIENZA
    - RENDERLA PREVEDIBILE LA PROSSIMA VOLTA
  - 4 CONVINZIONI
    - PRENDERE COSCIENZA DELLE PROPRIE CONVINZIONI
      - AIUTA A FARE DELLE SCELTE
        - AD ESSERE CONGRUENTI
- LE NEGAZIONI
  - DISTORCONO IL SIGNIFICATO
    - "SE DICI AD UN BAMBINO "NON ANDARE LÌ" LUI CI VA IMMEDIATAMENTE"
    - IL CERVELLO CANCELLA AUTOMATICAMENTE IL "NON"