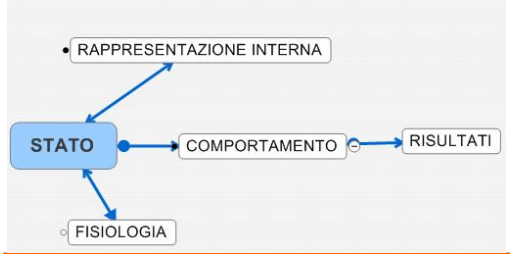




Comunicare in pubblico magicamente
Autori: Tad James David Shepard
Editore: NLP Italy



IL MODO IN CUI TI SENTI DENTRO DETERMINA IN LARGA MISURA I RISULTATI CHE OTTieni
CIÒ CHE HAI NELLA MENTE DETERMINA IL MODO IN CUI TI SENTI
IL MODO IN CUI TI SENTI PUÒ MODIFICARE LA TUA FISIOLOGIA E VICEVERSA
PUOI CAMBIARE IL MODO IN CUI TI SENTI OGNI VOLTA CHE VUOI RICHIAMANDO RICORDI DI STATI POSITIVI
IL TUO STATO DETERMINA IL TUO SUCCESSO INTERPRETANDO UN RUOLO

È TUTTO CIÒ CHE NON STAI PENSANDO COSCIENTEMENTE
È INCONSCIO OGNI GENERE DI APPRENDIMENTO, COMPORTAMENTO, CAMBIAMENTO
LA MENTE INCONSCIA NON PERCEPISCE LE NEGAZIONI NON MA

CAP. 5) CONVINZIONI POTENZIANTI
PRESUPPOSIZIONI DELLA PNL
CIASCUNO DI NOI HA IL SUO MODELLO DEL MONDO
PER ENTRARE IN RAPPORT CON UN'ALTRA PERSONA È NECESSARIO RISPETTARE IL SUO MODELLO DEL MONDO
IL SIGNIFICATO DI UNA COMUNICAZIONE È NELLA RISPOSTA CHE OTTieni
NON ESISTE FALLIMENTO, SOLO FEEDBACK
LE RESISTENZE DEL PUBBLICO SONO UN SEGNO DI MANCANZA DI RAPPORT
NON ESISTE UN PUBBLICO CHE FA RESISTENZA, SOLO COMUNICATORI POCO FLESSIBILI SE NON FUNZIONA FAI QUALCOSA DI DIVERSO

CAP. 3 IL TUO STATO INTERIORE

CAP. 4 LA TUA MENTE INCONSCIA

CAP. 5) CONVINZIONI POTENZIANTI

CAP. 7) STATI PER IMPARARE E INSEGNARE

INSEGNARE

IMPARARE

RILASSATO, DISPONIBILE, CONSAPEVOLE

YOGA SUTRAS DI PATANJALI - 600 D.C.

OTTENERE IL CONTROLLO DEL GRUPPO
FISILOGIA DELL'APPIANATORE

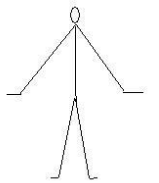
ENTRO CINQUE MINUTI DALL'AZIONE
FEEDBACK A SANDWICH

CAP. 6) FEEDBACK

AVETE FATTO BENE QUESTO POTETE MIGLIORARE FACENDO QUEST'ALTRO
EVIDENZIA SOLO I RISULTATI POSITIVI

ESERCIZIO
1. POSIZIONE: SEDUTO COMODO, SPINA DORSALE DIRITTA, PIEDI SUL PAVIMENTO
2. FISSA UN PUNTO DI FRONTE A TE
3. ALLARGA LA TUA PERCEZIONE: A QUELLO CHE VEDI INTORNO, A QUELLO CHE SENTI DIETRO E INTORNO A TE
4. TECNICA DEL MANDARINO: IMMAGINA UN MANDARINO SOPRA LA TESTA, FRA LE ORECCHIE, SCHIENA DIRITTA - CORPO RILASSATO, ATTENZIONE VIGILE
LA MENTE: ENTRA IN UNO STATO FLUIDO (TRANCE) DI APPRENDIMENTO ACCELERATO

YOGA SUTRAS DI PATANJALI - 600 D.C.
1. YAMA NIYAMA: ESSERE CERTI CHE NON CI SIA NULL'ALTRO DI CUI PREOCCUPARSI NELLA PROPRIA VITA
2. ASANAM: ASSUMERE UNA FISILOGIA STABILE E METTERSI A PROPRIO AGIO
3. PRANAYAM: CONTROLLARE IL RESPIRO - CALMARE IL RESPIRO
4. PRATYAHARA: DISTOGLIERE L'ATTENZIONE PER UN MOMENTO E PORTARLA DENTRO DI SE'
5. DHARANA: FOCALIZZARE L'ATTENZIONE SU UN SINGOLO PUNTO - PRENDERE UN PUNTO DI RIFERIMENTO
6. DHYANA: LASCIARE CHE LA PROPRIA CONSAPEVOLEZZA SI ESPANDA
7. SAMADHI: DIVENTARE UNA COSA SOLA (CON LA STANZA)



BILANCIATA
SPOSTA LE MANI DAL PETTO ALL'ALTEZZA DEI FIANCHI E MUOVILE LENTAMENTE VERSO L'ESTERNO DA ENTRAMBI I LATI.
FERMA IL MOVIMENTO ALLA VITA COME SE TI FOSSI APPOGGIATO

COMUNICAZIONE CORPOREA CHE SIGNIFICA: IO HO IL CONTROLLO
DOPO AVERLA PRESA DARE FRASE AFFERMATIVA: ORA COMINCIAMO, O OGGI SIAMO QUI PER QUESTO, ORA POTETW COMINCIARE A FARE QUESTO...