



IL

FEEDBACK FENOMENOLOGICO



IL FEEDBACK FENOMENOLOGICO

“Per ben comunicare occorre saper distinguere tra ***Mio*** e ***Tuo***”

Il Feedback consiste nel comunicare all'altro ciò che abbiamo compreso della sua comunicazione iniziando con il pronome “Io”.

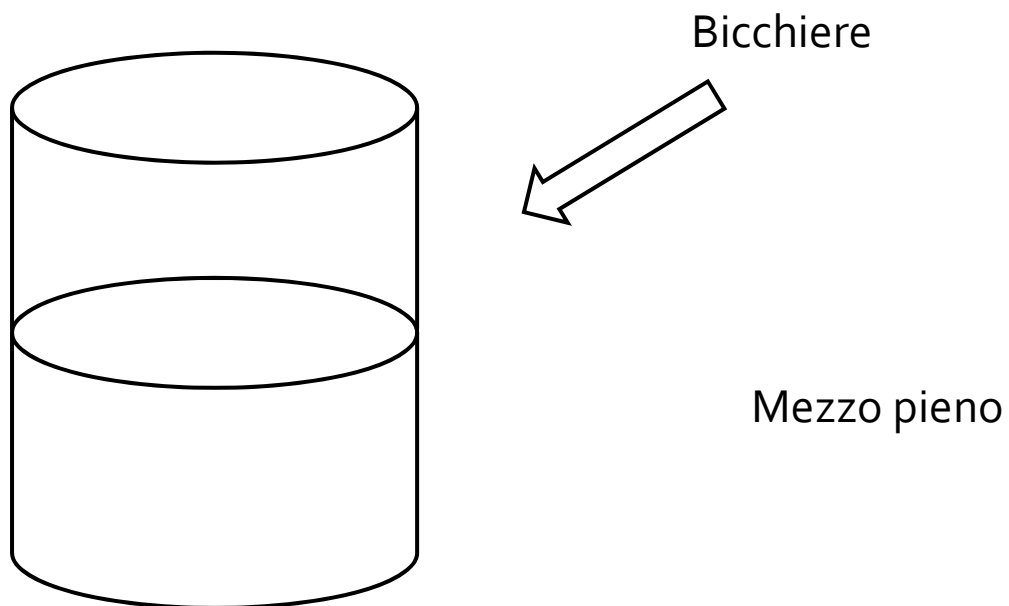
Il Feedback Fenomenologico permette di evitare di aggiungere a ciò che restituiamo all'altro parti di noi come emozioni, sensazioni, fantasie (proiezioni, valutazioni interpretazioni, ...)



IL FEEDBACK FENOMENOLOGICO

Il Feedback Fenomenologico è una tecnica comunicazionale molto potente.

Step 1 ...





IL FEEDBACK FENOMENOLOGICO

Nel counseling si rimandano al cliente le sensazioni che abbiamo raccolto attraverso i sensi durante la sua comunicazione V e NV.





IL FEEDBACK FENOMENOLOGICO

Step 1

Iniziare sempre con qualcosa di positivo

Step 2

La percezione sensoriale: ho visto, ho sentito (ascoltato)

Step 3

Il pensiero: ho pensato, immaginato, creduto

Step 4

L'emozione: ho provato, ho sentito (provato emozioni)



IL FEEDBACK FENOMENOLOGICO

Il sistema è quello di...

Assumersi la responsabilità di ciò che si pensa e si restituisce all'altro:

- *mentre ti ascoltavo* ho immaginato che tu volessi comunicarmi qualcos'altro. È così?
- *ti guardavo* mentre ti accarezzavi le mani e ho pensato che ti sentissi in difficoltà a raccontarmi di tuo figlio...
- il tuo sguardo basso mi ha fatto immaginare che non eri d'accordo con il mio intervento alla riunione, oggi.



IL FEEDBACK FENOMENOLOGICO

Mentre parlavi...

ho visto che ti toccavi la mani, e ho immaginato che...

mi sono accorto che guardavi in basso, e ho pensato che...

ho sentito che la voce era bassa, e ho fantasticato che...

ho notato che il tono era grave; e ho creduto che...

ho fatto caso che il ritmo era accelerato, e ho immaginato che...

“Ho fatto caso che gesticolavi molto e che guardavi verso il tuo gruppo e ho immaginato che fossi in imbarazzo”.

“*Può essere così o è il mio imbarazzo che attribuisco a te?*”