

Barriere alla buona comunicazione	Messaggi impliciti Significato relazionale della comunicazione. (al 90% trasmessi da Comunicazione analogica e CNV)	G	F	IO
1) Non sintonizzarsi (non tener conto dei feedback) a. Interrompere b. Sovrapporsi c. Anticipare le conclusioni d. Fare divagazioni inutili e. Cambiare argomento f. Seguire il proprio pensiero. g. Parlare a fiume. Invadere lo spazio. Fare monologo. h. Fare pressing	Mi tengo a distanza, non mi fido. Non provo simpatia. I tuoi bisogni non sono importanti. Posizione <i>one up</i> . Sono io che comando. Non mi interessa dialogare con te. Le mie idee sono più importanti. Non meriti attenzione. Non sei importante. I tuoi bisogni non mi interessano. Non ho tempo per te.	a b c d e f g h	a b c d e f g h	a b c d e f g h
2) Mettere in dubbio 3) Contraddire 4) Correggere	Non ti credo. Non mi fido. Hai torto. La tua parola non conta. Ne so più di te. Ti sbagli. Ne so più di te. Non sei capace. Non vai bene come persona.			
5) Criticare 6) Colpevolizzare 7) Rimproverare	Sei cattivo. Sei tu il responsabile. Sei un poco di buono.			
8) Lettura della mente 9) Etichettare	Io so che cosa tu pensi e provi meglio di te! Impoverire, sminuire, spersonalizzare			
10) Spiegare / interpretare 11) Dare consigli (non chiesti)	Non riesci da solo! Sei stupido, incapace, infantile.			
12) Inibizione (bugia bianca), Non esprimere i propri sentimenti, Non dire che cosa si pensa	Distanza e sfiducia. Non sei in grado di capire. Non mi interessa comunicare con te. La nostra relazione non è importante.			