

LE 7 EMOZIONI UNIVERSALI

SORPRESA

Trigger: un evento inaspettato.

Funzione: recuperare informazioni.

Azione suggerita: chi vive la sorpresa per qualcosa che non si aspettava ha necessità di avere più *informazioni* sull'evento inaspettato.

Note: è un'emozione di transito, veloce, che dura poco e prepara a un'emozione successiva.

LE 7 EMOZIONI UNIVERSALI

Sopracciglia alzate



Occhi spalancati

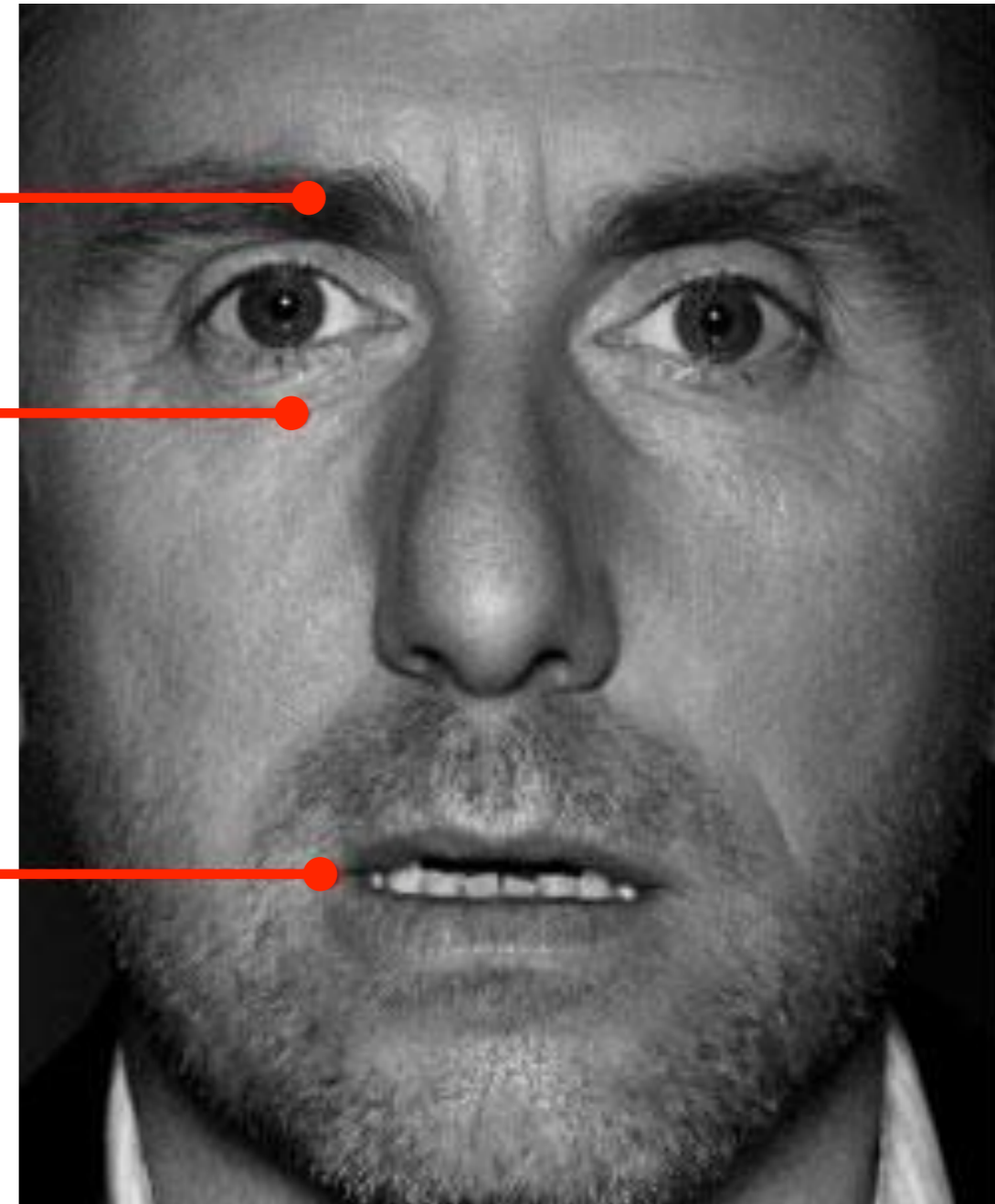


SORPRESA

Bocca aperta



Emozione di transito, molto rapida



LE 7 EMOZIONI UNIVERSALI

DISPREZZO

Trigger: disavanzo valoriale, nasce cioè dal giudizio di una propria superiorità rispetto alla persona cui indirizziamo il nostro disprezzo.

Funzione sociale: Affermare la propria superiorità.

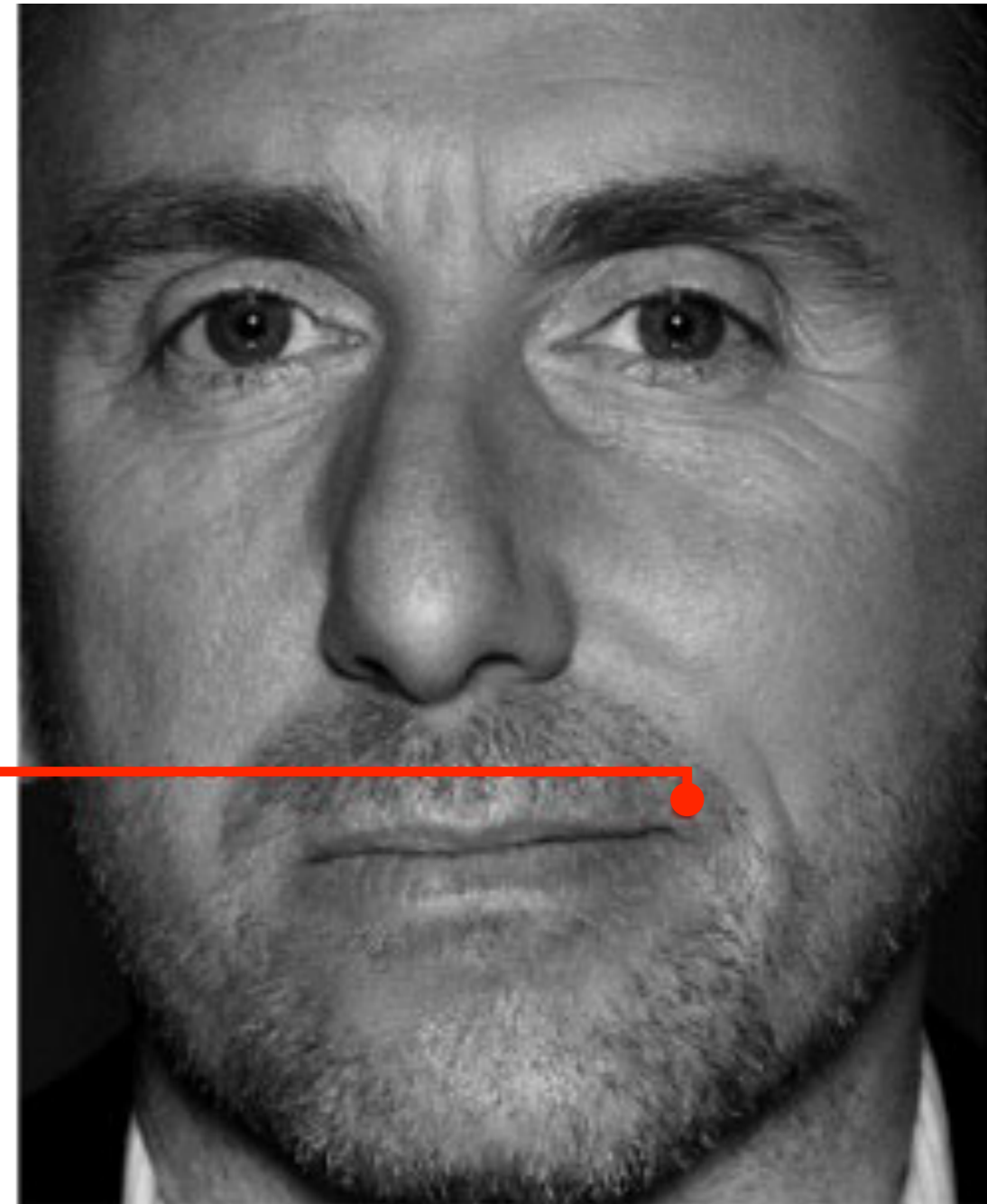
Azione suggerita: Davanti al disprezzo non si può che tentare la riconquista della stima e di conseguenza della fiducia, evitando, nel farlo, lo scontro.

Note: è un'emozione che si prova solo nei confronti di un altro essere umano.

LE 7 EMOZIONI UNIVERSALI

DISPREZZO

Angolo delle labbra
sollevato da una sola
parte



LE 7 EMOZIONI UNIVERSALI

RABBIA

Trigger: ostacolo al raggiungimento di un obiettivo/aspettativa rilevante per la persona. Tanto più è importante l'obiettivo, tanto più forte l'emozione di rabbia.

Funzione: eliminare l'ostacolo.

Azione suggerita: mettersi sulla stessa lunghezza d'onda dell'altro, rispecchiarne il comportamento PV e NV (mi arrabbio *per* te e non *con* te) e individuare quale sia l'obiettivo mancato. Usare un linguaggio misurato e strutturato e con domande che dimostrino l'interesse nei suoi confronti.

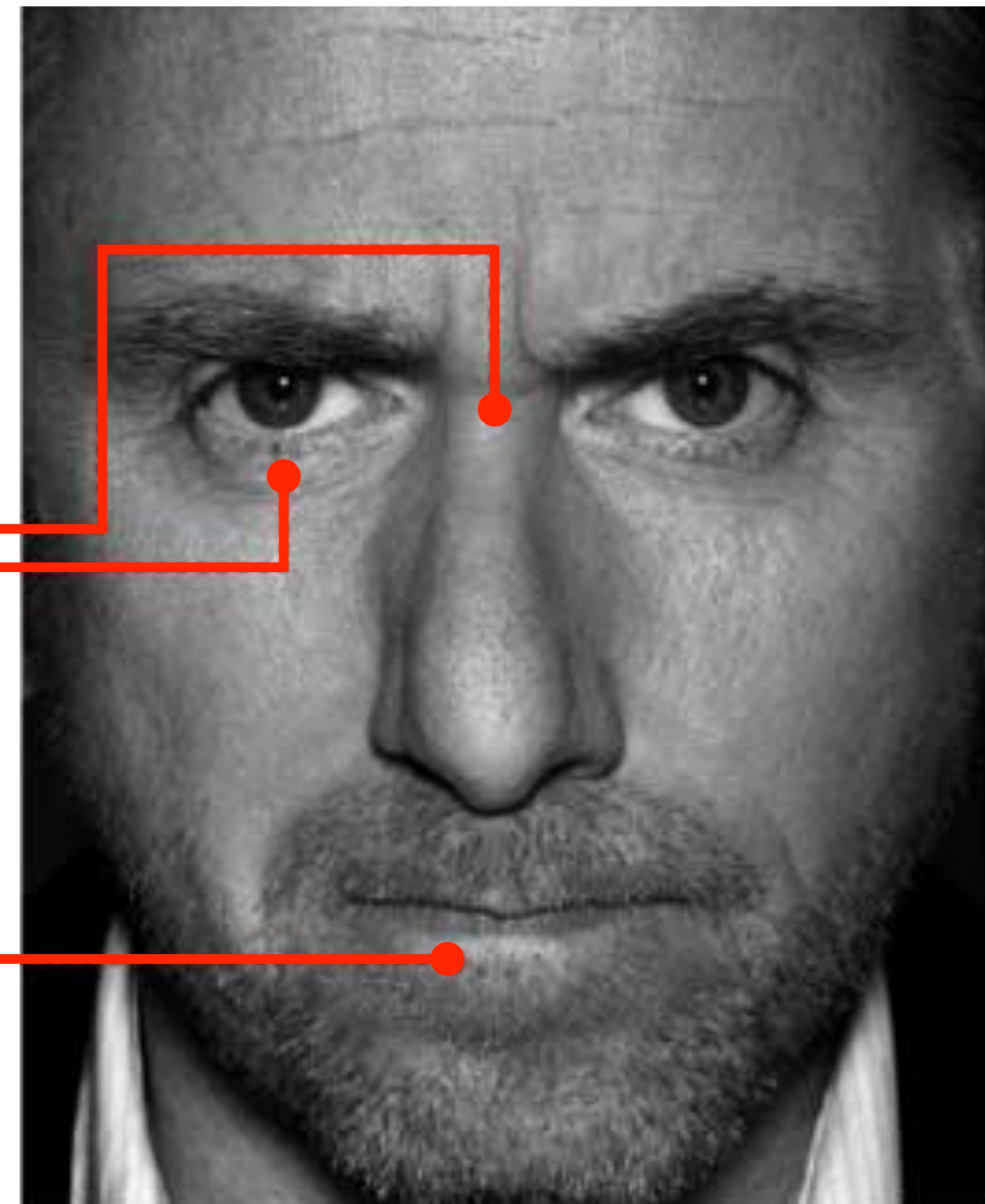
LE 7 EMOZIONI UNIVERSALI

RABBIA

Sopracciglia abbassate e unite

Sguardo minaccioso

Assottigliamento delle labbra (reliable)



Disney · PIXAR
**INSIDE
OUT**

RABBIA

#RABBIA
IDENTIKIT DELL'EMOZIONE



LE PALPEBRE SUPERIORI SONO SOLLEVATE

LE SOPRACCIGLIA SONO ABBASSATE E UNITE

LE PALPEBRE INFERIORI SONO TESE

LE LABBRA SONO PRESSATE INSIEME E RIGIRATE VERSO L'INTERNO, SOPRATTUTTO NEGLI ANGOLI

IL MENTO È SOLLEVATO

WWW.EMOZIONICERCASI.IT

©2015 DISNEY/PIXAR

#RABBIA
IDENTIKIT DELL'EMOZIONE



IL CORPO È PROTESO IN AVANTI VERSO IL BERSAGLIO DELLA RABBIA

GLI OCCHI SONO FOCALIZZATI SULL'OBIETTIVO

LE MANI SONO TESE E LE DITA CHIUSE O SEMI CHIUSE IN UN PUGNO

LE BRACCIA SONO RIGIDE E PRONTE AD ATTACCARE

WWW.EMOZIONICERCASI.IT

©2015 DISNEY/PIXAR



Consulenza, Formazione e Sviluppo personale dal 1988

PIROVANO MONTI
ASSOCIATI

Lascia un segno! Comunicare per conquistare l'attenzione e l'interesse degli altri.



PAUL EKMAN GROUP

I&G Management è la rappresentante ufficiale di Paul Ekman in Italia ed è autorizzata a rilasciare le certificazioni internazionali di PEI

LE 7 EMOZIONI UNIVERSALI

PAURA

Trigger: la percezione di una minaccia all'incolumità propria o di altri.

Funzione: individuare la minaccia ed eliminarla.

Azione suggerita: ascoltare attivamente per capire e rassicurare. Offrire soluzioni. Alzare il livello di empatia.

LE 7 EMOZIONI UNIVERSALI

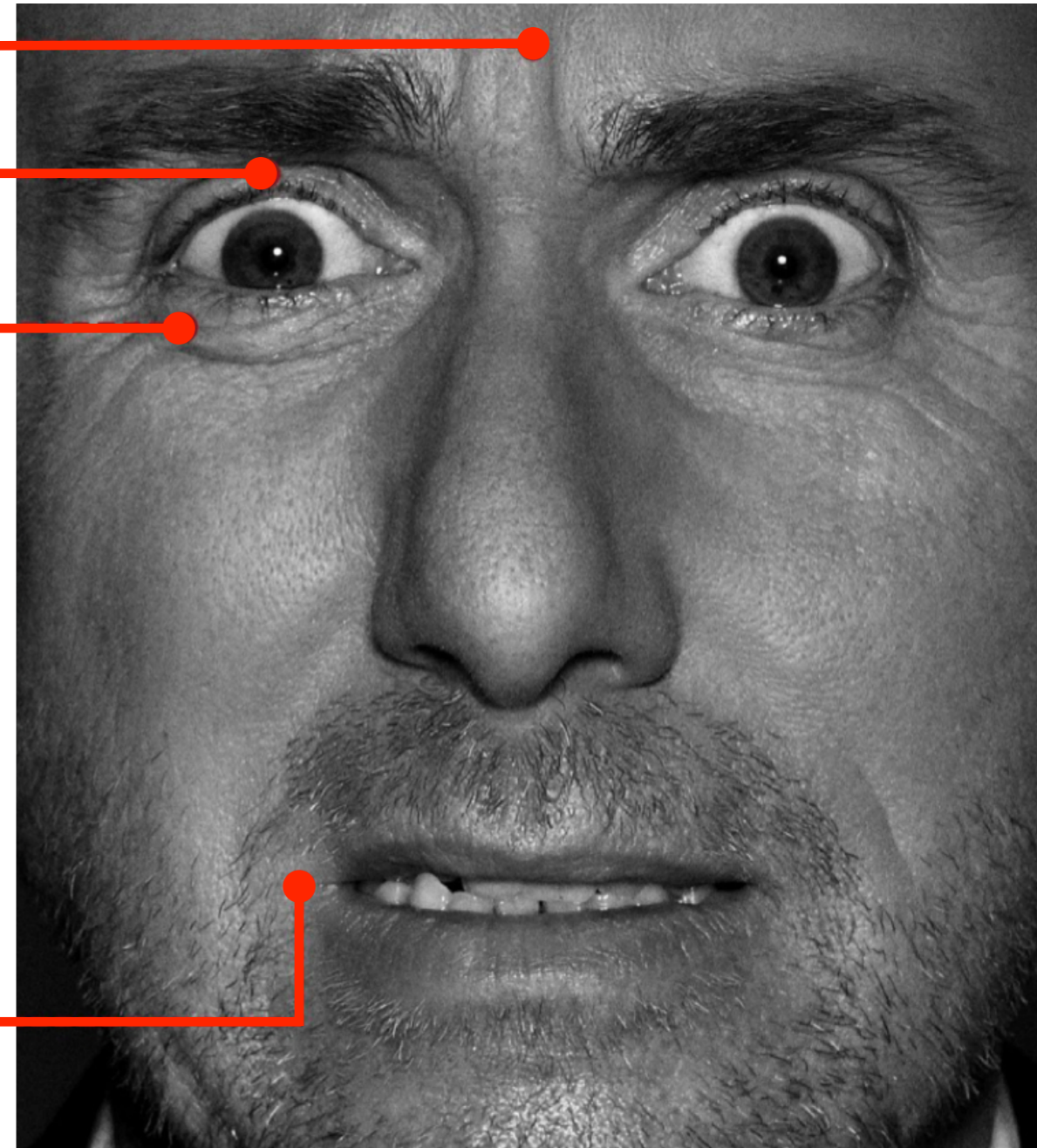
Sopracciglia alzate e unite (reliable) ←

Palpebra superiore sollevata ←

Palpebra inferiore tesa ←

PAURA

Labbra leggermente tirate
orizzontalmente all'esterno
verso le orecchie ←



Disney · PIXAR
**INSIDE
OUT**

PAURA

#PAURA
IDENTIKIT DELL'EMOZIONE



LE PALPEBRE SUPERIORI SONO SOLLEVATE

LE PALPEBRE INFERIORI SONO TESE

LE LABBRA SONO TIRATE VERSO L'ESTERNO, LA BOCCA A VOLTE PUÒ ESSERE APERTA.

LE SOPRACCIGLIA SONO UNITE E SOLLEVATE VERSO L'ALTO. LE RUGHE SI FORMANO PRINCIPALMENTE AL CENTRO DELLA FRONTE

WWW.EMOZIONICERCASI.IT

©2015 DISNEY/PIXAR

#PAURA
IDENTIKIT DELL'EMOZIONE



LA VOCE ASSUME UN TIPOICO TIMBRO «ACUTO», DI VOLUME ALTO, E L'ELOQUIO ACCELERA.

SCAPPARE IN PREDA AL PANICO, ATTACCARE, DISATTIVARSI SVENENDO O PARALIZZARSI DI FRONTE AL PERICOLO, SONO REAZIONI TIPICHE DELLA PAURA.

WWW.EMOZIONICERCASI.IT

©2015 DISNEY/PIXAR



Consulenza, Formazione e Sviluppo personale dal 1988

PIROVANO  MONTI
ASSOCIATI

Lascia un segno! Comunicare per conquistare l'attenzione e l'interesse degli altri.



PAUL EKMAN GROUP

I&G Management è la rappresentante ufficiale di Paul Ekman in Italia ed è autorizzata a rilasciare le certificazioni internazionali di PEI