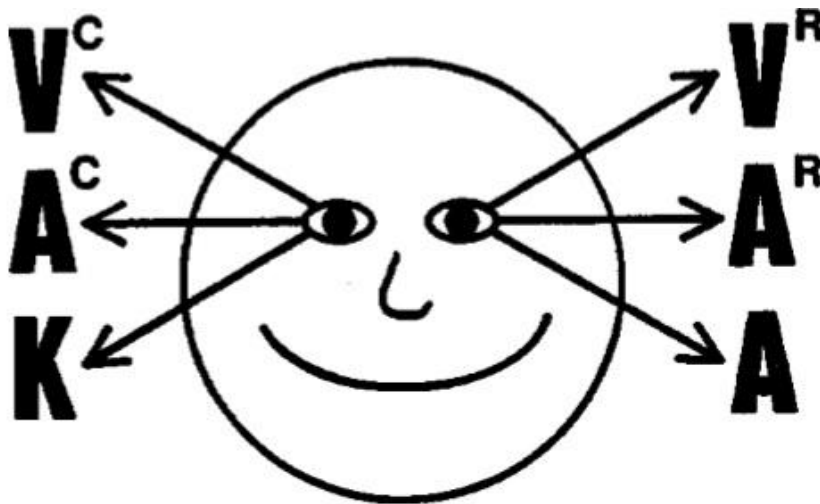


Ćwiczenie

Poszukaj kogoś nieznanego lub osoby, którą znasz bardzo słabo. Jedno z was będzie A, a drugie B. Oczywiście powyższe ćwiczenie możesz także wykonać z udziałem najbliższych członków rodziny.

A będzie zadawać pytania. Możecie ułatwić sobie zadanie, układając pytania w zestawy. Zaczynajcie od **pytań wizualnych ejdetycznych**. Na przykład: Jakiego koloru tapicerka znajduje się w twoim samochodzie? Jakiego koloru oczy ma twoja matka? Jakiego koloru dywany znajdują się w twoim domu? Wszystkie powyższe pytania dotyczą rzeczy widzianych w przeszłości. Następnie stawiajcie pytania dotyczące rzeczy, których druga osoba nie widziała i musi je sobie wyobrazić. Na przykład: Jak wyglądasz, gdy patrzy się na ciebie z mojego miejsca? Jak wyglądałabyś z fioletowymi włosami? Jaka litera w alfabecie poprzedza R...? Z kolei zadawajcie **pytania słuchowe**: Jaką muzykę najbardziej lubisz? Które drzwi w twoim domu trzaskają najgłośniej? Czy potrafisz usłyszeć głos swojej matki? Czy potrafisz usłyszeć siebie śpiewającego: Włazł kotek na płotek? Tak dociera się do doświadczeń słuchowych. Na koniec przejdźcie do **pytań kinestetycznych**: Jak czujesz się zwykle rano? Jakie jest w dotyku kocie futerko? Czy znasz uczucie, kiedy płyniesz, a woda wiruje wokół twego ciała? Albo gdy zimą wychodzisz z ciepłego, przytulnego domu na dwór?

Uwaga na dwie pułapki: Uważacie pewnie, że czasownik *myśleć* należy do jakiegoś określonego systemu reprezentacyjnego. A tak właśnie nie jest. Słowa, takie jak: *myśleć*, *rozumieć*, *zdawać sobie z czegoś sprawę*, *wierzyć*, *percypować*, *wiedzieć*, są niespecyficzne. Nie używajcie ich, gdyż zaobserwowane reakcje będą przypadkowe. Mylące reakcje pojawią się również wtedy, gdy zwrócicie się do kogoś na przykład w taki sposób: Przypomnij sobie, co czułeś, kiedy ostatni raz pływałeś. Poprosiliście o dwie rzeczy. Po pierwsze, aby osoba badana przypomniała sobie coś, a następnie, by to coś poczuła. Poszukując odpowiedzi człowiek może przypominać sobie wizualnie - poszukiwać odpowiedzi wizualnie, może też powtórzyć ją słuchowo albo zrobić to od razu kinestetycznie. Jednak bez względu na to, jak się zachowa, nastąpi proces dwustopniowy. Pierwszym krokiem będzie przypomnienie pojawiające się po waszym poleceniu, a następnie przywołanie uczuć związanych z pływaniami.



Wzrokowe wskazówki docierania dla praworęcznych „normalnie zorientowanych” osób

V_c - wizualne (wzrokowe) obrazy konstruowane (Wk)

V_R - wizualne (wzrokowe) obrazy ejdetyczne, zapamiętane (Wz)

(Oczy niezogniskowane lub nieruchome również wskazują na docieranie wizualne).

A_c - słuchowe konstruowane dźwięki lub słowa (SK)

A_R - słuchowe pamiętane dźwięki lub słowa (Sz)

K - odczucia kinestetyczne (również smak i zapach)

A - słuchowe dźwięki lub słowa (S)

Jeżeli nastąpią reakcje, których nie będziecie potrafili zinterpretować, spytajcie drugą osobę, co robiła w środku. Powinniście umieć powiązać to, co zaobserwujecie, z zadaniem pytaniem. Musicie odnaleźć zależności pomiędzy rodzajem informacji, o jaką prosicie, a ruchami oczu, czyli niewerbalnymi reakcjami partnera. Jeżeli trudno jest wam zrozumieć, pytajcie: Widziałem to i to, jakim twoim wewnętrznym procesem to odpowiada? Jeżeli partner nie wie, niech próbuje zgadnąć. Gdyby nie pojawiły się ruchy gałek ocznych, zadajcie trudniejsze pytanie: Jakiego koloru buty nosiła twoja matka, kiedy ją ostatnio widziałeś? Natomiast, jeżeli po pytaniu o kolor oczu matki nie zaobserwujecie żadnych ruchów oczu, to postawcie bardziej skomplikowane zagadnienie, na przykład: Ty również masz niebieskie oczy. Twoja matka ma jaśniejsze czy ciemniejsze od twoich? Takie pytanie posiada charakter porównawczy - osoba, która na nie odpowiada, musi wyobrazić sobie kolor oczu swoich i matki, a następnie dokonać wizualnego porównania.

Po czterech lub pięciu minutach zadawania pytań powinniście mieć pojęcie o tym, jakie ruchy oczu jednoznacznie wskazują, który z systemów reprezentacji został uruchomiony w danym momencie. Zamieńcie się rolami, aby każdy mógł zadawać pytania i obserwować reakcje partnera.

Możecie zetknąć się z osobami o mieszanej organizacji mózgowej. Ale nawet w tym wypadku zaobserwować można jakąś zasadę - ruchy oczu tych osób są zgodne z ich osobistą regułą. Ktoś, kto za każdym razem, gdy coś czuje patrzy w górę, a w dół - kiedy widzi jakiś obraz, nie zmieni się. Najważniejsze będzie dostrzegli, kto jak reaguje. Przystąpicie

zatem do pracy i przekonajcie się, czy i jakie wzory odkryjecie. **Następnie opiszcie jak przebiegało ćwiczenie? Jak Wam się je wykonywało w poszczególnych rolach, co zauważyliście?**

Opracowanie na podstawie:

