

PERSONAL BRANDING

Lezione n.7

Paolo Errico

ALCUNE INFO DI SERVIZIO

FONDAZIONE UNIVERSITÀ POPOLARE DI TORINO* ONLUS

FOGLIO PRESENZE

Cognome:..... Nome:.....
Corso:..... Orario:.....

	Data	Osservazioni	Firma del docente
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			

FOGLIO PRESENZA

http://www.unipoptorino.it/programmi/firme_presenze_crediti_formativi.pdf

Prima lezione: no firma
Seconda in avanti: firma

DOWNLOAD LEZIONI PRECEDENTI

www.iosonoazienda.it

Le email raccolte serviranno ad inviare le lezioni,
comunicazioni di cambio orario ecc

ISCRIVETEVI ALLA NEWSLETTER



PROGRAMMA DEL CORSO
Argomenti trattati

LEZIONI DEL CORSO
Download lezioni

LIBRI CONSIGLIATI
Consigli di lettura

APPROFONDIMENTI
Approfondimenti

CONTATTI
Rimani in contatto

ISCRIVITI ALLA NEWSLETTER

Confidence
Passion
Belonging
Action
Security

BRAND IS

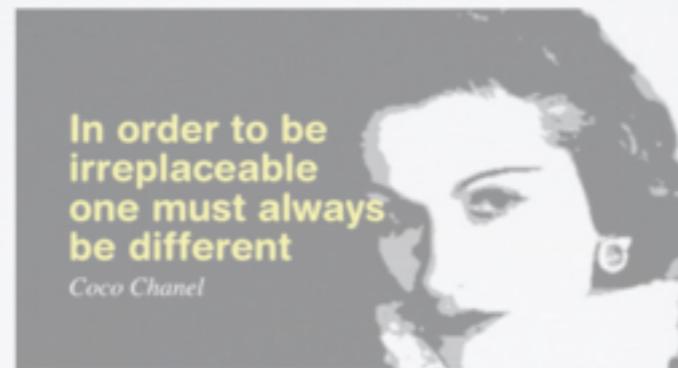
A set of unique values

Che cos'è il branding?

19 ottobre 2015 | [Blog Personal branding](#)

Comments disabled.

Ecco la definizione rigorosa di Personal Branding da parte di Wikipedia: in... [CONTINUA >>](#)



Le definizioni del Personal Branding

18 ottobre 2015 | [Blog Personal branding](#)

Comments disabled.

Sono tante le definizioni che vengono date al personal branding. Da "Marketing... [CONTINUA >>](#)

CONTATTI
Scrivimi in privato

SCARICA LE LEZIONI
Download delle lezioni del corso

APPROFONDIMENTI
Download e materiale didattico

LIBRI CONSIGLIATI
Suggerimenti di lettura

REGISTRATI
PER UN'AZIENDA
CHE SI CRESCE

30 ottobre 2015



LORENZO PALETTI



**PRINCIPI
MATEMATICI
NELL'ILLUSIONISMO**
DAL TRUCCO CHE INGANNÒ EINSTEIN
ALLA PREVISIONE DELLA LOTTERIA NAZIONALE



PREFAZIONE DI MARIANO TOMATIS

NON E' MAGIA,
E' MATEMATICA

Spesso, come spiega l'autore, **tutto sta nello sviare l'attenzione della platea**, in modo che il trucco, pur presente, passi inosservato. Oppure sfruttare i principi base della statistica e della matematica (da cui il titolo di questa opera).

TEST PERSONALITA'?

BRAIN DOMINANCE

Istruzioni: rispondere alle domande **annotando** attentamente la risposta giusta per te.
Seleziona quello che rappresenta più da vicino il tuo atteggiamento o comportamento.

1. Preferisco imparare

- a. dettagli e fatti specifici
- b. da una panoramica generale delle cose, e guardando il quadro intero
- c. tutto

2. Preferisco i lavori

- a. Che consistono di un compito alla volta, e posso completarlo prima di iniziare il successivo
- b. Tanti compiti in contemporanea
- c. Mi piacciono entrambi i tipi di lavoro

3. Preferisco risolvere i problemi con

- a. logica
- b. i miei sentimenti "di pancia"
- c. sia logica e "sentimenti viscerali"

4. Il mio lavoro deve essere:

- a. pianificato in modo che so esattamente cosa fare
- b. deve avere diverse opportunità di cambiamento durante il percorso
- c. sia pianificato che aperto

5. Mi piace imparare uno sport o un passo di danza:

- a. ascoltando una spiegazione verbale e ripetendo l'azione lentamente
- b. guardando e poi cercando di farlo
- c. guardando, facendo e discutendone

6. Mi ricordo le facce facilmente

- a. no
- b. sì
- c. a volte

7. Se devo decidere se un problema è giusto o sbagliato

- a. Decido sulla base delle informazioni
- b. Istintivamente sento che è giusto o sbagliato
- c. Combinazione di entrambi

8. Io preferisco

- a. test a scelta multipla
- b. Test con domande aperte
- c. Mi piacciono entrambi i tipi di prove

9. Se dovessi assemblare una bicicletta:

- a. partirei dal layout, pezzi e poi passo passo
- b. sguardo al diagramma e si parte con l'assemblaggio
- c. procedo, tanto un modo lo trovo

10. A scuola, preferisco (oppure ho preferito)

- a. algebra
- b. geometria
- c. Nessuna preferenza

11. E 'più emozionante

- a. migliorare qualcosa
- b. inventare qualcosa
- c. entrambi emozionanti

12. Io in genere

- a. uso il tempo per organizzare attività lavorative e personali
- b. Ho difficoltà a stimolazione attività personali nei tempi
- c. sono in grado di portare avanti attività personali nei termini con facilità

13. Sognare ad occhi aperti è

- a. una perdita di tempo
- b. uno strumento utile per la pianificazione del mio futuro
- c. divertente e rilassante

14. So quanto tempo è passato senza guardare un orologio

- a. sì
- b. no
- c. a volte

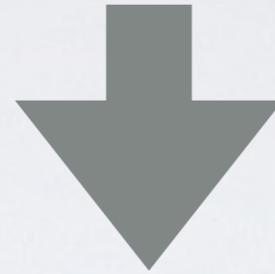
15. Durante la lettura o lo studio,

- a. preferisco tranquillità totale
- b. preferisco la musica
- c. ascolto la musica solo quando leggo per piacere ma non durante gli studi o lavoro

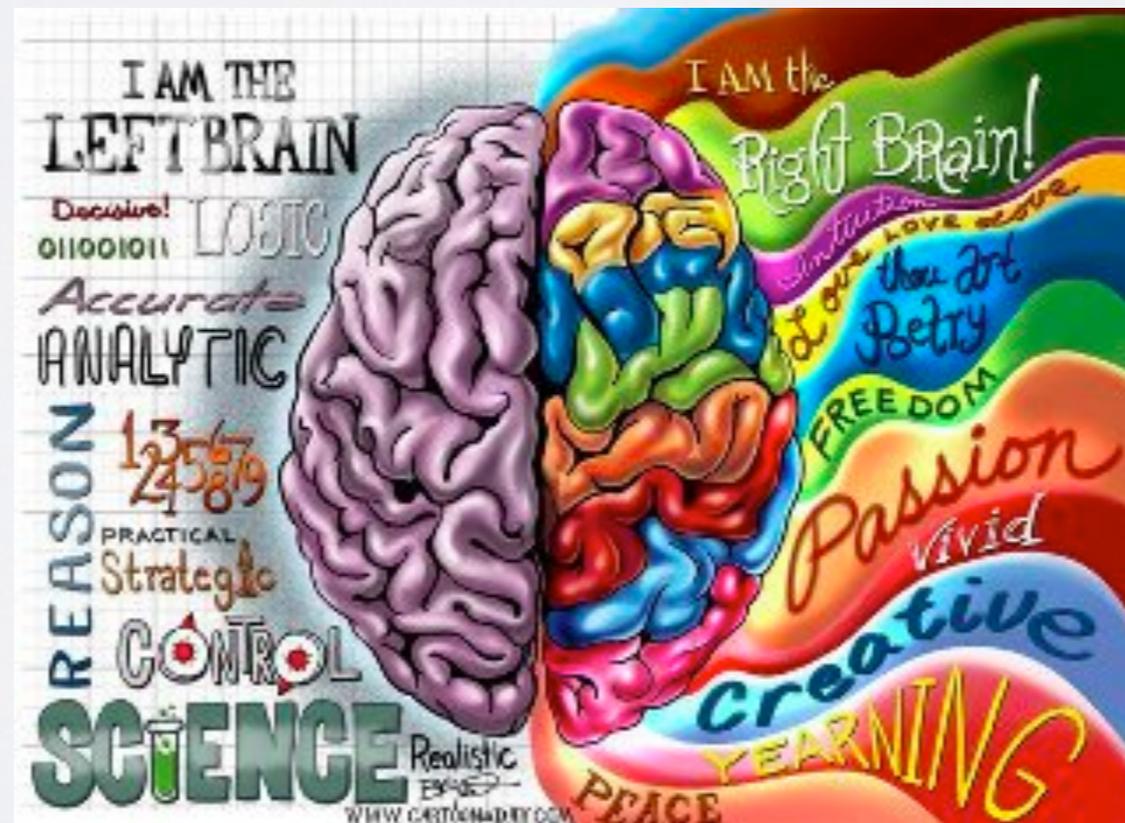
CALCOLO DEL PUNTEGGIO

1. Calcola il numero delle risposte "a" e "b". Non considerare le risposte "C".
2. Metti un (-) segno **meno** davanti al "a" punteggio e un (+) **più** segno in anteriore del "b" punteggio.
3. Effettuare la somma algebrica del vostro "a" e "b" punteggi.

IL CERVELLO



il nostro cervello è diviso in 2 parti / emisferi



COME SI SVILUPPA IL NOSTRO CERVELLO?

IL PRIMO NEURONE DEL NOSTRO CERVELLO:

- Nasce nel grembo materno.
- Al 42esimo giorno di vita si sviluppa il primo neurone
- Durante i successivi 120 giorni, il cervello sviluppa circa 100 miliardi di neuroni ad una velocità di 9.500 al secondo!
- 60 gg prima della nascita, ogni neurone comincia a stabilire collegamenti con altre cellule.

A differenza di qualsiasi altro organo del nostro corpo, il cervello inizia a rimpicciolire dopo l'età di 3 anni.

Durante gli anni le connessioni neuronali (sinapsi) aumentano sia di quantità che di forza.

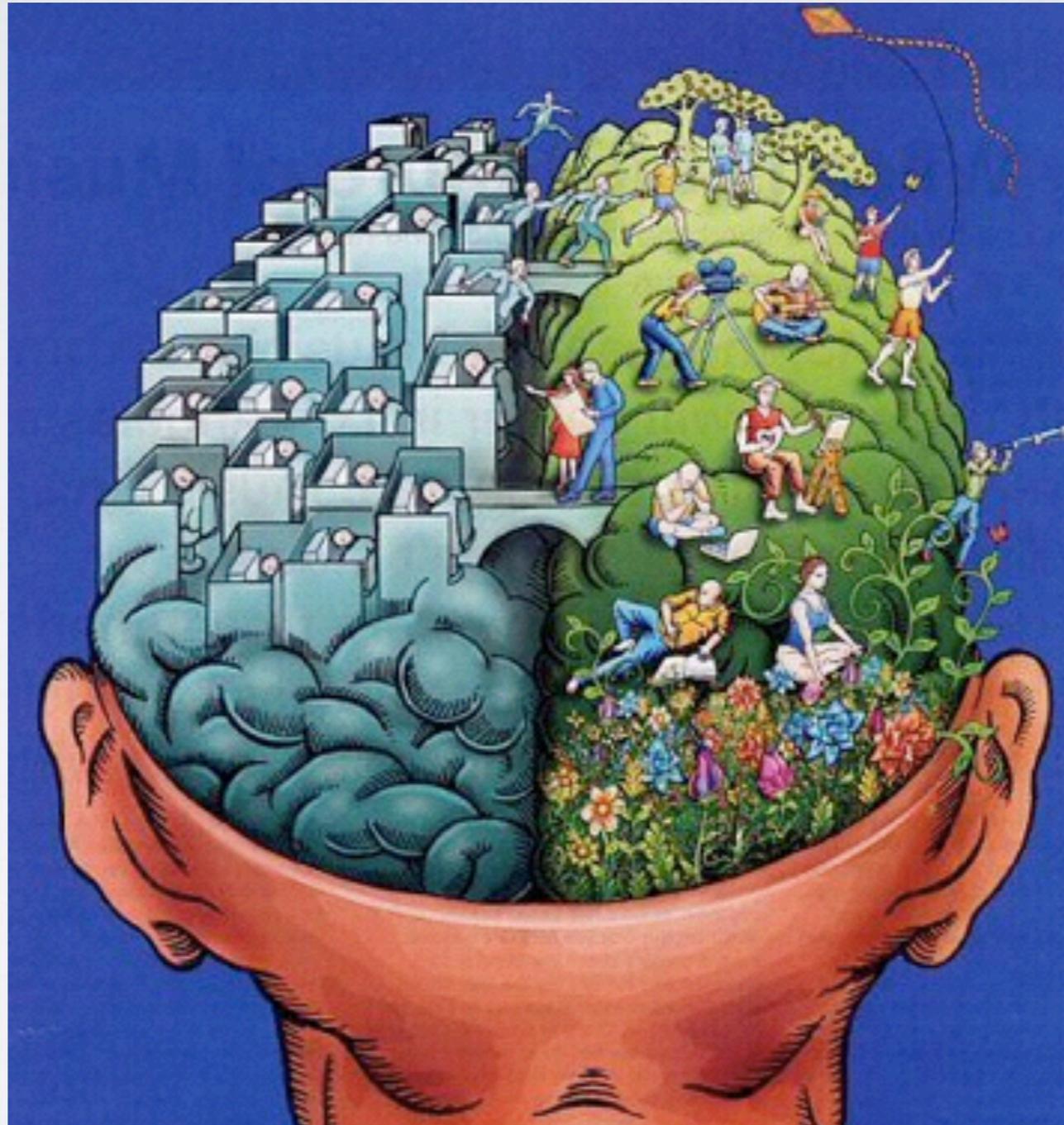
I neuroni non utilizzati possono anche perdersi e scomparire

All'età di 16 anni viene persa circa la metà delle connessioni sinaptiche.

Il carattere e i valori sono ormai formati. SEI QUELLO CHE SEI DIVENTATO.

Sebbene il numero complessivo di connessioni sinaptiche tende a diminuire durante tutta la nostra vita, la natura delle connessioni all'interno il nostro cervello è in continua evoluzione.

DUE EMISFERI



Che differenza c'è tra le persone dell'emisfero sinistro e quelle dell'emisfero destro?

Molti anni fa **Roger Sperry**, premio Nobel per i suoi studi sul sistema nervoso, scoprì le seguenti specializzazioni associabili ai due emisferi del cervello:

Emisferi cerebrali

Ognuno dei due emisferi svolge quindi dei compiti unici per questo motivo possiamo definirli gli specialisti del cervello.

L'emisfero sinistro, essendo quello razionale, è sede del conscio ed elabora quindi le informazioni vitali a breve termine.

L'emisfero destro, invece, è sede dell'inconscio (per definirlo come diceva Freud “è quella parte di cervello che fa cose di cui non mi accorgo”) ed elabora informazioni a medio e lungo termine.

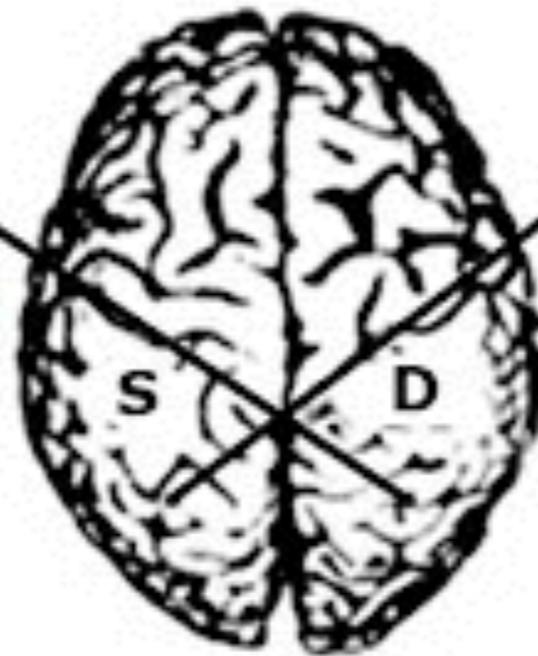
I due emisferi sono infine messi in comunicazione dal corpo calloso.

FUNZIONI DEGLI EMISFERI



EMISFERO SINISTRO

Analitico
Mascolino
Egocentrico
Meccanicistico
Conta sulla ragione
Interroga l'istinto
Controlla il corpo destro



EMISFERO DESTRO

Intuitivo
Femminile
Altruismo comunitario
Artistico
Conta sull'istinto
Interroga la ragione
Controlla il corpo sinistro

Emisfero sinistro

logica

lingua, parole (parlare, leggere, scrivere)

affronta una cosa alla volta

elabora le informazioni in maniera lineare

compie operazioni in modo sequenziale

concreto, razionale

calcolo matematico

dogmi e vecchie regole

vecchie soluzioni a nuovi problemi

comunicazione logica

mette in sequenza, linearità, lista

classificazione

ragionamento

memoria verbale

dettagli

bianco e nero

spazio 2D

metodo

nota le differenze

scompone

pone obiettivi

tempo (prima, dopo)

orecchio sx (linguaggio, particolari del discorso)

occhio dx (vedere da vicino, mettere a fuoco)

Emisfero destro

istinto

disegno, musica, canto, arte, danza

integra diversi input contemporaneamente

percepisce e pensa in modo olistico

sede dei sogni

spirituale, sacro, mistico

interpretazione di forme e volumi

dà nuove regole

nuove soluzioni a vecchi problemi

comunicazione gestuale, emozionale

visione d'insieme, schemi

percezione

sintesi

memoria visiva

globale

colori

spazio 3D

intuito

nota le somiglianze

ricomponi

più sensibile alle idee positive

focalizzazione sul presente (qui e ora)

orecchio sx (musciale, discorso in generale)

occhio sx (vedere da lontano, spaziare)

Tutti noi, in misura maggiore o minore, usiamo entrambi gli emisferi, ma alcuni di noi sono razionali e altri più emotivi.

Ma i due emisferi guidano nella stessa proporzione il cervello?

No, uno studio del 1962 del dott. George Miller dimostrò che il conscio degli esseri umani riesce ad eseguire soltanto da 3 a 7 operazioni simultaneamente, l'inconscio molte di più.

Pensate solamente che l'inconscio (quindi l'emisfero destro del cervello) può guidare oltre 64.000 attività simultaneamente: dai processi ormonali e ghiandolari alla circolazione sanguigna, dal battito cardiaco alla respirazione fino a regolare tutta la fisiologia, i comportamenti e le emozioni.

Da tutto questo nasce la formula che vuole il 5% del cervello guidato dalla parte conscia mentre il 95% dalla parte inconscia.

EINSTEIN DICEVA che usiamo solo il 10% del nostro cervello!



SEI PIU' DESTRO O SINISTRO?

Entrambi i lati del cervello sono stimolati e aiutano l'attività quotidiana.

La maggior parte delle persone ha una parte dominante

Ma la dominanza e' una preferenza e non è assoluta

Spesso la dominanza è determinata dal modo di in cui affrontiamo delle situazioni.

Molto spesso il lavoro che facciamo ci aiuta a sviluppare piu' un lato che l'altro.

QUALE LATO USI DI PIU'?

La maggior parte delle persone usa piu' un lato che l'altro.

Quindi di conseguenza quel lato si sviluppa di piu' e cresce di volume.

Nel 90% delle persone, la parte SINISTRA del cervello è dominante ed è piu' grande.

In alcuni casi entrambi i lati sono sviluppati e piu' grandi

SEI PIU' DESTRO O SINISTRO?

Nessuno è totalmente SX o totalmente DX.

Ognuno ha infatti una mano dominante, un occhio dominante e anche un piede dominante. Ma potresti avere un lato piu' dominante dell'altro.

E' IMPORTANTE lo sviluppo di entrambi i lati.

Questo perche' la parte sinistra e quella destra processano le informazioni in modo diverso.

INOLTRE i lati destro e sinistro controllano la parte opposta del nostro corpo.

TEST DI DOMINANZA

QUAL E' IL TUO EMISFERO DI DOMINANZA?

Consiste nel leggere quello che vedete in due maniere diverse, cronometrando in entrambi i casi.

Prima lettura: Leggete le parole scritte

Seconda lettura: Leggete i colori con cui sono scritte le parole.

GIALLO AZZURRO ARANCIO
NERO ROSSO VERDE
MARRONE GIALLO ROSSO
ARANCIO VERDE NERO
AZZURRO ROSSO MARRONE
VERDE AZZURRO ARANCIO

Come è andata?

Esercizio 1: leggere le parole -> **Testa il tuo emisfero sinistro**, che ha a che fare con il linguaggio, come abbiamo visto prima.

6-8 secondi: ECCELLENTE. Il tuo emisfero sinistro è rovente.

9-10 secondi: BEL LAVORO. I tuoi insegnanti sarebbero fieri di te.

11-12 secondi: OK. Non preoccuparti... Diventerai più veloce con la pratica.

Esercizio 2: leggere i Colori -> Ed, invece, **l'emisfero destro** si può testare vedendo come reagisce alla lettura del colore con cui sono scritte le parole.

6-9 secondi: FANTASTICO! Il tuo emisfero destro è rovente!
10-12 secondi: ECCELLENTE. Per caso sei un artista? Bel lavoro!

13-20 secondi: HMMMMM... Scommetto che c'è lo zampino dell'emisfero sinistro...

20 + errori: ANDRA' MEGLIO. Fai un bel respiro e riprova.

Ed ora qualche consiglio per stimolare l'emisfero che usi di meno.

Se l'emisfero dominante è il sinistro, per sviluppare il destro puoi:

1. Prendere appunti usando penne e matite colorate
2. Danza spontanea
3. Giocare a frisbee
4. Prendere lezioni di canto o entrare a far parte di un coro
5. Seguire un corso per imparare a raccontare storie
6. Andare al cinema
7. Leggere romanzi
8. Trovare un modo di passare del tempo con i bambini
9. Disegnare e dipingere
10. Far volare l'aquilone

Se l'emisfero dominante è il destro, per stimolare il sinistro puoi:

1. Iniziare una collezione
2. Tenere un registro delle entrate e delle uscite (dettagliato al centesimo)
3. Tenere un diario delle attività
4. Leggere libri di storia o romanzi
5. Partecipare a incontri di discussione sulla storia
6. Imparare a giocare a scacchi
7. Imparare una lingua straniera
8. Organizzare e ordinare i conti e la corrispondenza
9. Scrivere e archiviare le tue idee.

Sei bloccato in un problema?

Usa la mano non dominante!

Poiché ogni emisfero è connesso con la parte opposta del corpo, se sei impantanato in un problema, prendi una matita e comincia a scribacchiare con la mano che non usi di solito, oppure prendi, sempre con questa mano, un oggetto di piccole dimensioni.

I movimenti muscolari inusuali, generati dalla parte non dominante del corpo, solleciteranno impulsi elettrici e chimici nel tuo emisfero cerebrale non dominante.

Risultato?

Nuove interconnessioni, nuove prospettive e, probabilmente, una nuova idea.

BENEFICI DEL CONOSCERE LA NOSTRA BRAIN DOMINANCE:

La dominanza del cervello in termini di emisferi determina il modo in cui ci comportiamo.

La “brain dominance” definisce la nostra personalità

Per migliorare la nostra specifica dominanza è importante saperci lavorare con costanza e metodo.

AREA VERBALE DELLA BRAIN DOMINANCE

SINISTRI

Gli studenti con dominanza SX hanno problemi ad esprimere se stessi con le parole

DESTRI

I Destri invece sanno cosa vogliono dire ma non trovano le parole.
I Destri devono ad esempio sempre scrivere tutto e avere una visualizzazione grafica delle cose.

PROCESSO CREATIVO / REALTA'

SINISTRI

I Sinistri modificano la realtà secondo le regole
Sempre i sinistri iniziano "il gioco" chiedendo le regole.

DESTRI

I destri invece cambiano la realtà
E sono costantemente alla ricerca di feedback

ISTRUZIONI PUNTEGGIO

-15 A -13

= Sinistra = cervello dominante (molto forte)

-12 A -9

= Sinistra-cervello dominante

-8 A -5

= Moderata preferenza per la sinistra

-4 A -1

= Leggera preferenza verso sinistra

0

= Dominanza tutto il cervello (bilaterale)

1-4

= Leggera preferenza DX
(Bilaterali)

5-8

= Moderata preferenza DX

9-12

= Destra del cervello dominante

13-15

= Destra del cervello dominante (molto forte)

SIETE SINISTRI O DESTRI?

RISULTATI DEL TEST

SINISTRO O DESTRO?



SINISTRO O DESTRO?

