

*Procedimenti universali del modellamento umano*

<b>Generalizzazioni</b>		
<b>Elementi che utilizziamo per generalizzare un'esperienza</b>	<b>Breve descrizione</b>	<b>Esempio</b>
Quantificatori universali	Espressioni troppo generiche per essere reali ed oggettive	Sempre, tutto, mai, nessuno, chiunque, ognuno
Operatori modali	Predicati verbali che esprimono necessità, possibilità e volontà	Devo, Posso, voglio
Indice referenziale	Generalizzazione del soggetto della frase	«Nessuno mi capisce» «La gente è proprio fuori di testa»

<b>Distorsioni (deformazioni)</b>		
<b>Processi di deformazione</b>	<b>Breve descrizione</b>	<b>Esempio</b>
Causa – effetto	Corrisponde alla convinzione che cause esterne controllino le proprie sensazioni, per cui la persona sente di non avere scelta nel suo modo di reagire	"Lui mi fa arrabbiare"
Lettura del pensiero	Un'asserzione illecita su ciò che un'altra persona pensa o sente	"lui mi odia"
Performativo mancante	Viene espresso un giudizio di valore cancellando l'indice referenziale	"è giusto comportarsi così"
Equivalenza complessa	Due eventi vengono messi arbitrariamente in relazione tra loro, in modo che un concetto ne implichi un altro	"Se lei mi amasse non si comporterebbe così"
Presupposti	Si danno per scontate delle informazioni implicite, degli assunti di base non verificati che limitano le possibilità di scelta	"lo risolveremo insieme"

<b>Cancellazioni</b>		
<b>Tipi di cancellazioni</b>	<b>Breve descrizione</b>	<b>Esempio</b>
Cancellazione semplice	Non è specificato a chi o a cosa si faccia riferimento	"Ho paura"
Cancellazione dell'indice referenziale	Non è espresso l'attore dell'azione	"Bisognerebbe agire"
Spostamento dell'indice referenziale	La persona utilizza il "tu" anziché l'"io" come se l'esperienza non fosse riferita direttamente a sé	"in questi casi ti chiedi sempre cosa fare"
Comparativo mancante	Quando un'affermazione è priva del termine di paragone	"voglio migliorare questa azienda"
Falso avverbio	Sono gli avverbi che terminano in -mente e derivano da una cancellazione; hanno potere persuasivo in quanto trasformano una valutazione puramente soggettiva in un'evidenza a carattere generale	"Ovviamente a lei non importa"
Verbi non specificati	Non è chiaro in quale modo specifico avvenga l'azione	"lei mi rifiuta"
Nominalizzazioni	La trasformazione di un'azione in un sostantivo che porta a percepire la situazione come qualcosa di oggettivo e quindi di indipendente dal nostro agire	"è il mio carattere"