

муниципальное бюджетное учреждение  
«Центр социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов  
города Таганрога»

В рамках реализации  
Плана («дорожной карты»)  
по созданию системы долговременного ухода  
на территории муниципального образования  
«Город Таганрог»

Паспорт  
Социального проекта

Наименование Проекта	Применение упражнений для гармонизации каналов восприятия и развития интуиции
Место реализации Проекта	Муниципальное бюджетное учреждение «Центр социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов города Таганрога»
Целевая группа Проекта	Получатели социальных услуг, работники учреждения
Цель Проекта	Правильная организация информационных потоков, улучшение качества общения
Содержание Проекта	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Актуальность проекта</li><li>2. Физиологические основы восприятия</li><li>3. Виды предоставления информации</li><li>4. Классификация репрезентативных систем</li><li>5. Определение модальности без тестирования</li><li>6. Диагностика доминирующей перцептивной модальности</li><li>7. Определение репрезентативной системы</li><li>8. Упражнения, рекомендации для гармонизации каналов восприятия и развития интуиции</li><li>9. Упражнения на снятие напряжения, мышечных зажимов и обеспечение мышечной свободы</li></ol>
Автор (авторы) Проекта Ф.И.О., место работы, должность	Забнева Елена Анатольевна, Муниципальное бюджетное учреждение «Центр социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов города Таганрога», специализированное отделение социально-медицинского обслуживания на дому №3, Социальный работник.

## 1. Актуальность проекта

Человеческое познание и обучение проходят две ступени: первая — чувственная (от ощущения к восприятию, от восприятия к представлению) и вторая — логическая (от суждения к умозаключению, от умозаключения к понятию).

Внешний мир мы воспринимаем изначально через ощущения, пути, по которым человек получает информацию, определяют способы ее организации и использования, то есть понимания. Эти способы не менее важны, чем сама информация.

С помощью ощущений мы улавливаем множество стимулов, вызывающих у нас разного рода реакции — как эмоциональные, так и интеллектуальные.

Сохранение поколения - одна из основных проблем, тревожащих в настоящее время все без исключения страны мира.

В современном мире душевное состояние человека, независимо от фазы его жизни, в большой степени обуславливается качеством и полнотой его коммуникации.

Обращение человека к своему индивидуальному познавательному опыту, ведущему сенсорному каналу позволяет получить более реальную картину, понятную для самого человека.

Многообразие стимулов, расширяет диапазон восприимчивости. Чем больше чувственных восприятий, тем больше шансов для развития ума, памяти, воображения, самостоятельности, активности и т.п.

Раскрепощение чувств расширяет возможности человека в любой сфере деятельности (учебной, коммуникативной, профессиональной и др.).

Существует взаимосвязь между ведущим каналом восприятия и переработки информации, поэтому необходимо правильно организовать информационные потоки, способствующие быстрому восприятию информации и усвоение её.

Следует помнить, что общение с пожилыми людьми имеет свои особенности. Некоторые затруднения этого процесса могут быть вызваны необратимыми изменениями физиологии, которым человек в преклонном возрасте подвергается с каждым годом все больше. Добиться данной задачи и улучшить качество общения поможет понимание доминирующей перцептивной модальности.

У каждого из нас среди органов чувств (физиологических анализаторов) есть как бы ведущий, который быстрее остальных реагирует на сигналы и раздражители внешней среды, какой из анализаторов: зрительный, слуховой или тактильный, который быстрее других откликается при контакте с окружающим миром.

Анализаторы характеризуют черты, свойственные людям с рождения. Свойства анализаторов накладывают отпечаток на особенности восприятия человека.

От правильно выявленного ведущего анализатора напрямую зависит качество общения с человеком, на сколько мы являемся для него интересным собеседником: умеющим убедить; успокоить; понять; прийти на помощь в любой для него ситуации.

## 2. Физиологические основы восприятия

Деятельность восприятия как психического процесса обеспечивают процессы, проходящие в органах чувств, нервных волокнах и центральной нервной системе.

Под действием раздражителей в окончаниях нервов, имеющих в органах чувств, возникает нервное возбуждение, которое по проводящим путям передается в нервные центры и, в конечном итоге, в кору головного мозга.

Эти ощущения являются отражением окружающей действительности. Как в зеркале или на фотографии отражены окружающие объекты, так и в проекционных зонах отражаются эти же самые объекты, только в виде нервных возбуждений, от точки к точке.

С ощущений процесс восприятия лишь начинается.

Собственные физиологические механизмы восприятия включаются в процессе формирования целостного образа объекта на последующих этапах, когда возбуждение от проекционных зон передается в интегративные зоны коры головного мозга, где и происходит завершение формирования образов явлений реального мира.

Поэтому интегративные зоны коры головного мозга, *завершающие процесс восприятия, часто называют перцептивными зонами.*

✓ При нарушении работы зрительной проекционной зоны наступает так называемая центральная слепота, т. е. при полной исправности периферии — органов чувств — человек полностью лишается зрительных ощущений, он совсем ничего не видит. Если поражена интегративная зона (при сохранности проекционной), человек видит отдельные световые пятна, какие-то контуры, но не понимает, что он видит. Он перестает осмысливать то, что воздействует на него, не узнает даже хорошо знакомые предметы и людей.

✓ При нарушении слуховых интегративных зон люди перестают понимать человеческую речь. Подобные заболевания получили название агностических расстройств (расстройства, приводящие к невозможности познания), или агнозий.

Межанализаторные нервные связи образуются при воздействии комплексного раздражителя. Благодаря связям, образуемым между анализаторами, мы отражаем в восприятии такие свойства предметов или явлений, для восприятия которых нет специально приспособленных анализаторов (например, величина предмета, удельный вес).

Таким образом, в основе сложного процесса построения образа восприятия лежат системы внутри анализаторных и межанализаторных связей, обеспечивающих наилучшие условия видения раздражителей и учет взаимодействия свойств предмета, как сложного целого.

Но кроме этого прямо и косвенно на процесс восприятия оказывают влияние разные

**Восприятие – активный процесс**, состоящий из участия двигательных компонентов анализаторов (движение руки, глаза и т.п.), возможности в процессе восприятия, активно перемещать свое тело. При восприятии формируется адекватный образ предмета.

### 3. Виды представления информации

Повседневная жизнь и деятельность человека связаны с многочисленными потоками информации.

Информация может быть представлена в следующих видах:

- Текстовый способ представления информации является собой совокупность специальных символов, записанных на бумажном или электронном носителе. Такими символами являются цифры и буквы алфавита.
- Графический способ представления информации часто используют для изображения статистических данных или в том случае, когда появляется необходимость использования наглядности для лучшего понимания текста. Для этого применяют диаграммы, гистограммы, рисунки, схемы, таблицы.
- Телефония и радиовещание используют радиоволны и звуковые сигналы для представления информации.
- На телевидении для представления информации используют световые сигналы.
- Мультимедиа. Этот вид представления информации предполагает использование компьютера и объединяет в себе текстовую, звуковую, графическую информацию и видео.

Знание своего доминирующего типа восприятия помогает человеку более эффективно обучаться.

#### *Основные типы перцептивной модальности*

Модальность - это форма проявления раздражителя в существующей сенсорной системе человека (слуховой, зрительной, тактильной).

В переводе с латыни данный термин означает «способ».

Ведущая модальность - это предпочтение индивидуума в отношении «сенсорной пищи», посредством которой человек лучше всего осознает происходящее.

Модальность в психологии - это общее наименование и каналов первичного восприятия, и каналов внутренней обработки информационного материала.

Выделяют следующие виды модальности:


- Визуальная - зрительная (картины, цвет, зрительные образы и свет).
- Аудиальная - слуховая (звуки, музыка, слуховые образы и интонации).
- Кинестетическая - тактильная (прикосновения, мышечное и кожное чувство, внутренние ощущения).
- Логическая - смысловая, абстрактная, дискретная (термины, рассуждения, обобщенные понятия).

Данный канал восприятия является дополнительным. Его особенность - использование информации, полученной не от первичных ощущений. Логический вид модальности выступает в роли вторичного сенсорного канала.

#### 4. Классификация репрезентативных систем

Классификация репрезентативных систем (модальностей) основывается на органе чувств, который чаще других определяет отношение человека к происходящему.

В зависимости от особенностей восприятия и переработки информации людей условно можно разделить на три категории:

<p>Визуалы – люди, воспринимающие большую часть информации с помощью зрения;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Аудиалы – те, кто в основном получает информацию через слуховой канал;</li> <li>• Кинестетики – люди, воспринимающие большую часть информации через другие ощущения (обоняние, осязание и другие) и с помощью движений.</li> </ul>	
--	--

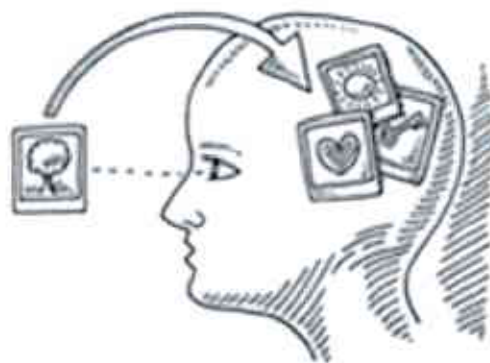
Форма информации	Органы восприятия	Графическое изображение
Визуальная (зрительная) информация	воспринимается органами зрения: глаза (-а)	
Аудиальная (звуковая) информация	воспринимается органами слуха: ухо (уши)	
Обонятельная информация	воспринимается органом обоняния: нос	
Вкусовая информация	воспринимается органами вкуса: рот, язык	
Тактильная информация	воспринимается тактильными рецепторами: поверхность тела, (кожный покров)	

### **Визуал**

Так называют людей, воспринимающих информацию по большей части зрительно.

Для них характерно:  
соблюдение дистанции в общении;  
установка зрительного контакта.

Их отличает: красивый, аккуратный почерк; стремление к порядку везде и во всем.



Таких людей мало беспокоит посторонний шум. Однако им тяжело воспринимать информацию на слух. Их речь изобилует словами (будь то глаголы или прилагательные), которые связаны со зрением. Они «смотрят», «наблюдают картину», употребляют словосочетания: «на первый взгляд»; «казалось бы»; «как видите»; «Я вижу, что ваша позиция правильна».

Зрительная память визуалов почти безупречна – они запоминают «картинами, образами», славятся умением быстро и точно решать задачи.

### **Аудиал**

Людей, которые воспринимают мир «на слух», выдает привычка проговаривать слова, когда они читают или пишут. Делают они это, как правило, беззвучно, но при этом весьма заметно шевелят губами, покачивают головой. Создается впечатление, что они говорят сами с собой.



Другие отличия людей, у которых развита аудиальная модальность восприятия: Хорошо подражают голосам других людей, звукам природы. Прекрасно умеют декламировать. Отвлекаются на шум. Широко употребляют слова, связанные со слухом. Например, обращаются к другим со словами «Послушайте». У них хорошо развита слуховая память. Взгляд во время общения направлен посередине. Общаясь, часто используют слова и выражения, связанные со слухом. «Я слышу ваше отчаяние», «Я слышу, что вы говорите правду». Аудиалы с легкостью повторяют услышанную информацию.

### **Кинестетик**

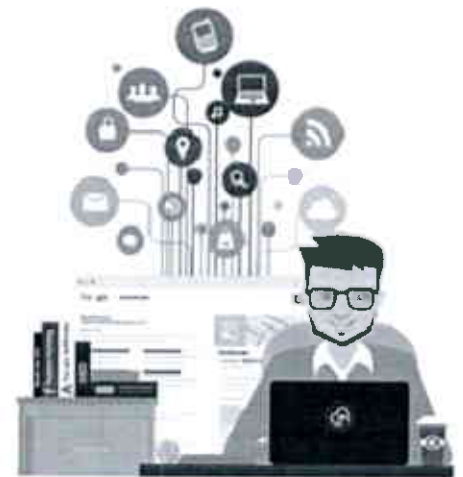
Этим людям необходимо осязать.  
Для них существенную роль играют эмоции и внутренние ощущения:  
При общении они часто касаются другого человека.  
Они сопровождают свою речь обильной жестикуляцией. У них живая мимика.  
Не обращают внимания на беспорядок.  
Могут писать неразборчиво, неряшливым почерком.



Любят вертеть в руках различные предметы, иногда даже грызть их.  
У таких людей развита телесная память, они «запоминают» телом.  
Словарь изобилует выражениями, связанными с телесными ощущениями.  
«Я чувствую, что вы говорите правду»,  
«В ваших рассуждениях ощущается уверенность».  
Кинестетик не может похвалиться ни быстротой в решении задач, ни молниеносностью в повторении услышанного.  
Им требуется гораздо больше времени, чтобы освоиться и воспринять информацию.  
Они более чувствительны и эмоциональны, чем аудиалы и визуалы.

### **Дигитал**

Дигиталы обращают внимание на логику и связи. Какой-то конкретный набор слов для них не характерен: могут появляться фразы аудиального и кинестетического типа. Часто дигиталы спрашивают: какой же в этом смысл; не пойму, как это связано; хотелось бы привести все в систему; надо это как-то упорядочить. Однако подобные выражения характерны для большинства типов с хорошим чувством организованности. Поэтому определение дигитала по речи должно происходить с тщательной осторожностью.



Прекрасно обучаются всем наукам, имеющим строгую логику и последовательность: математике, физике, механике, технологии.  
Такие люди часто работают в области, где множество исследований, математической и статической обработки, программирования. Главное для дигитала — понять логику и связи в материале, упорядочить изучаемое в систему с понятными причинно-следственными связями. Можно использовать: Схемы, интеллект-карты, сжатые планы

## 5. Определение модальности без тестирования

*Люди с ведущей аудиальной модальностью* предпочитают слушать материал, запись конспектов для них – дело сложное. *С ведущей визуальной модальностью* предпочитают распечатанные тезисы и эффективно работают с наглядными пособиями, которыми пользуется докладчик. *Кинестетики* наилучших результатов добиваются за счет активных действий и взаимодействия с группой.

Собирая какое-либо устройство:

- Визуал – следует иллюстрациям, читает инструкции, обычно говорят очень быстро.
- Аудиал – просит кого-нибудь объяснить, говорят очень медленно и ритмично.
- Кинестетик – обычно начинает собирать устройство сам, говорят гораздо медленнее визуалов

*Люди со зрительной модальностью:*

- аккуратны и дисциплинированы;- быстро говорят;- умеют организовать работу и составлять долгосрочные планы;- наблюдательны к окружающей обстановке;  
- заботятся о своем внешнем виде;- грамотно пишут, способны буквально мысленно "увидеть" слово;- лучше помнят то, что видели, чем то, что слышали;  
- имеют проблемы с запоминанием устных указаний, пока не запишут их, и часто просят повторить;- много и быстро читают;- предпочитают читать сами, а не чтобы читали им;- стремятся составить общее представление и понять конечные цели и часто проявляют осторожность, пока нет полной ясности с проблемой или проектом;- машинально чертят или рисуют во время телефонного разговора;  
- часто отвечают на вопросы просто "да" или "нет";- с большим удовольствием предложат вам демонстрацию, чем прочитают доклад;- изобразительное искусство любят больше, чем музыку;- часто знают, что сказать, но с трудом подбирают нужные слова;- иногда отвлекаются в ситуациях, требующих концентрации внимания.

*Люди с аудиальной модальностью:*

- работая, разговаривают сами с собой; - легко отвлекаются на шумы; - при чтении шевелят губами и произносят слова; - обожают читать вслух и слушать; - могут воспроизвести тембр голоса и высоту тона; - испытывают большие проблемы при письме, чем при устном изложении; - отличаются ритмичностью речи; - часто являются искусными ораторами (необходимо для педагогов); - музыку любят больше, чем изобразительное искусство; - обучаются, слушая, и лучше запоминают обсуждаемое, чем увиденное; - любят дискуссии и склонны к многословным описаниям; - испытывают проблемы там, где требуется визуализация, напр. при составлении цельной картины из фрагментов; - грамотнее произносят слова, чем пишут их; - анекдоты предпочитают комиксам.

*Люди с кинестетической модальностью:*

- медленно говорят; - реагируют на физические поощрения; - привлекают внимание прикосновением; - разговаривая, близко подходят к собеседнику; - ориентируются по физическим признакам, много двигаются; - отличаются ранним развитием мускулатуры; - обучаются, пробуя и действуя; - в процессе запоминания осматривают и наблюдают; - при чтении водят по тексту пальцем; - интенсивно жестикулируют; - не способны долго усидеть на месте; - не могут запомнить географические сведения, не побывав в описываемом месте; - используют слова, означающие действия; - любят книги, с "бойким" сюжетом, часто эти читатели сопровождают действия героев движениями тела; - могут иметь отвратительный почерк; - хотят все "попробовать сами"; - любят игры, в которых могут принять участие. - им думается лучше, когда они не сидят, а прохаживаются.



## 6. Диагностика доминирующей перцептивной модальности

С. Ефремцева «Методика на восприятие». Инструкция к тесту.

Прочитайте предлагаемые утверждения. Поставьте знак "+", если Вы согласны с данным утверждением, и знак "-", если не согласны.

*Тестовый материал (вопросы).*

1. Люблю наблюдать за облаками и звездами.
2. Часто напеваю себе потихоньку.
3. Не признаю моду, которая неудобна.
4. Люблю ходить в сауну.
5. В автомашине цвет для меня имеет значение.
6. Узнаю по шагам, кто вошел в помещение.
7. Меня развлекает подражание диалектам.
8. Внешнему виду придаю серьезное значение.
9. Мне нравится принимать массаж.
10. Когда есть время, люблю наблюдать за людьми.
11. Плохо себя чувствую, когда не наслаждаюсь движением.
12. Видя одежду в витрине, знаю, что мне будет хорошо в ней.
13. Когда услышу старую мелодию, ко мне возвращается прошлое.
14. Люблю читать во время еды.
15. Люблю поговорить по телефону.
16. У меня есть склонность к полноте.
17. Предпочитаю слушать рассказ, который кто-то читает, чем читать самому.
18. После плохого дня мой организм в напряжении.
19. Охотно и много фотографирую.
20. Долго помню, что мне сказали приятели или знакомые.
21. Легко могу отдать деньги за цветы, потому что они украшают жизнь.
22. Вечером люблю принять горячую ванну.
23. Стараюсь записывать свои личные дела.
24. Часто разговариваю с собой.
25. После длительной езды на машине долго прихожу в себя.
26. Тембр голоса многое мне говорит о человеке.
27. Придаю значение манере одеваться, свойственной другим.
28. Люблю потягиваться, расправлять конечности, разминаться.
29. Слишком твердая или слишком мягкая постель для меня мука.
30. Мне нелегко найти удобную обувь.
31. Люблю смотреть теле- и видеофильмы.
32. Даже спустя годы могу узнать лица, которые когда-либо видел.
33. Люблю ходить под дождем, когда капли стучат по зонтику.
34. Люблю слушать, когда говорят.
35. Люблю заниматься подвижным спортом или выполнять какие-либо двигательные упражнения, иногда и потанцевать.
36. Когда близко тикает будильник, не могу уснуть.
37. У меня неплохая стереоаппаратура.
38. Когда слушаю музыку, отбиваю такт ногой.
39. На отдыхе не люблю осматривать памятники архитектуры.
40. Не выношу беспорядок.
41. Не люблю синтетических тканей.
42. Считаю, что атмосфера в помещении зависит от освещения.
43. Часто хожу на концерты.
44. Пожатие руки много говорит мне о данной личности.
45. Охотно посещаю галереи и выставки.
46. Серьезная дискуссия – это интересно.
47. Через прикосновение можно сказать значительно больше, чем словами.
48. В шуме не могу сосредоточиться.

*Ключ к тесту аудиал, визуал, кинестетик.*

- Визуальный канал восприятия: 1, 5, 8, 10, 12, 14, 19, 21, 23, 27, 31, 32, 39, 40, 42, 45.
  - Аудиальный канал восприятия: 2, 6, 7, 13, 15, 17, 20, 24, 26, 33, 34, 36, 37, 43, 46, 48.
  - Кинестетический канал восприятия: 3, 4, 9, 11, 16, 18, 22, 25, 28, 29, 30, 35, 38, 41, 44, 47.
- Уровни перцептивной модальности (ведущего типа восприятия):
- 13 и более – высокий;
  - 8-12 – средний;
  - 7 и менее – низкий.

## 7. Определение репрезентативной системы

Ведущий канал восприятия, переработки и хранения информации  
Тест Б.А. Левиса, Ф. Пукелика

**Инструкция.** Оцени каждое утверждение пяти блоков теста баллом *от 1 до 3*.

№ блока	Вопросы	Балл
1	Когда ты принимаешь важные решения, то основываешься на: а) своих эмоциях и чувствах; б) решениях подобных проблем другими; в) собственном варианте решения, который кажется наилучшим.	
2	Когда ты обсуждаешь что-либо с другими людьми, что на тебя больше всего действует? а) интонация речи, голос собеседника; б) те картины, перспективы, которые описывает собеседник; в) искренние чувства собеседника.	
3	С какими людьми тебе легче общаться? В них тебе нравится: а) манера одеваться; б) эмоциональность и чувства, которые ты разделяешь; в) интонация, темп речи, тональность голоса.	
4	Что легче тебе сделать? а) найти идеальную громкость звучания плеера; б) выбрать наиболее удобную мебель; в) подобрать для одежды, интерьера богатые цветовые комбинации.	
5	Что больше всего влияет на твое настроение, самочувствие? а) я очень чувствителен к окружающим меня звукам, шумам, интонациям голосов людей; б) я очень чувствителен к тому, насколько удобна моя одежда, приятно ли мне в ней находиться, двигаться и т.д.; в) на меня производит сильное впечатление освещение и общий вид обстановки, помещения.	

### Обработка результатов.

- Аудиальная модальность: 1Б, 2А, 3В, 4А, 5В.
- Визуальная модальность: 1В, 2Б, 3А, 4В, 5В
- Кинестетическая модальность: 1А, 2В, 3Б, 4Б, 5Б.

Наибольшее количество баллов определяет ведущий канал восприятия, переработки и хранения информации.

## 8. Упражнения, рекомендации для гармонизации каналов восприятия и развития интуиции.

В большинстве своем, люди воспринимают информацию и ведут общение, используя все три способа.

Некоторые предпочитают один способ для сбора информации, а другой – для ее интерпретации. Например: ПОСМОТРЕТЬ на новый автомобиль, а затем купить его, так как ЧУВСТВУЕТСЯ, что эта машина то, что надо.

Но для гармоничного потенциала требуется развить в себе гибкость и способность использования всех трех способов сбора и обработки информации.

Работу по корректировке начинать надо с ведущей модальности, а потом подсоединять остальные.

### *Рекомендации по корректировке.*

• **Визуалу**, необходимо хорошо представить знакомый предмет во всех красках, чертах и постепенно «выводить» его на другие каналы.

А именно: аудиализировать – т.е., рассказывая вслух, менять при этом ритм и интонацию; кинестезировать – т.е. представляя предмет, ясно ощущать его вкус, запах, текстуру.

• **Кинестетику**, лучше всего начать работу с будущим творением через написание или "воздушные скульптуры", то есть, через кинестетический канал восприятия.

Закрепившись в кинестетике, вывести на визуальный канал – нарисовать. Потом на аудиальный – рассказать вслух (с интонациями). Опять перевести внутрь при помощи внутреннего потока образов.

• **Аудиалу**, вначале лучше "наговорить" знакомый образ, "напеть". Затем перевести в другие модальности. Внутренний просмотр потока образов здесь тоже очень хорош.

**Вербальный интеллект** – это, как правило, интеллект аудиала, поэтому визуалу и кинестетику надо именно на вербалику обратить серьезное внимание.

Такое качество как спонтанная визуализация (ярко "видимый" поток образов) – интеллект визуала, следовательно, аудиалу и кинестетику для гармонизации его необходимо развивать. Яркие ощущения, чувства – прерогатива кинестетика, тогда как визуалу и аудиалу над ними необходимо поработать.

Можно проводить целенаправленные занятия с художественными образами, потому что развитое образное мышление как бы автоматически "включает" все модальности. Но и в этом случае, для быстрой корректировки, упор надо делать на более слабые, развивая и подтягивая их к уровню сильных.

## 9. Упражнения на снятие напряжения, мышечных зажимов и обеспечение мышечной свободы.

### *Одновременные действия.*

1. Необходимо ощутить, что такое напряжение и свобода мышц: напрячь, хорошо прочувствовать ту или иную группу мышц, а затем расслабиться.
2. Напрячь все мускулы, и разделить число 3740 на 22 (170).
3. Тянуть книгу из рук партнера и в то же время мысленно воспроизводить строки знакомых стихов или последовательно вспоминать все события вчерашнего дня.

### *Умение управлять телом.*

1. По счету до двадцати (пятнадцати, десяти) расслабить мускулатуру (от головы до кончиков пальцев ног), а затем напрячь ее (счет может быть произвольным и может меняться).
2. Сидя на стуле, поочередно напрягать мышцы шеи, плеч, спины, правой ноги, левой и др.:
  - напрячь одновременно мышцы правой ноги и левой руки (потом наоборот);
  - перевести напряжение с правой руки на левую и т.д..

### *Проверьте работу мышц кистей рук:*

- а) подвигать всеми пальцами в отдельности, согнуть их последовательно;
  - б) потрясти кистями рук, как бы стряхивая с них капли воды;
    - помахать кистями рук на лицо, как будто бы очень жарко;
    - нарисовать кистями рук лежащую восьмерку, сделать "веер";
    - взять предмет только пальцами (работают кисти);
  - в) сцепить кисти и сделать руками непрерывную волну (можно всем вместе, а можно по очереди, как бы передавая ее другу).
3. Оставляя все тело свободным, действовать только одной рукой, одной ногой, затем головой и т.д.
  4. Положить правую ногу на левую и ступней правой ноги нарисовать буквы О– Д – А и др. Затем то же – левой.
  5. Произвести какое-нибудь действие руками, пусть окружающие догадаются, какое. Например: примирение, угроза, удивление и т.д.
- Упражнение "Я с каждым говорю на его языке".  
Написать текст на тему "Менеджер гостиницы убеждает вновь прибывших клиентов":
- аудиалов;
  - визуалов;
  - кинестетиков.

Обучающийся обязан использовать словари модальностей, чтобы убедить клиента остаться именно в его гостинице.

Тему текста можно менять и варьировать.  
Главное – научиться говорить на всех трех языках.