

T01 ALLAGMATICA – PRESTA ATTENZIONE ALLE OPERAZIONI IN CORSO – Dissezona e comprendi la relazione tra i diversi momenti in cui la struttura si trasforma.

T02 ANALOGIA – SPOSTAMENTO – Immagina la situazione in un altro ambiente. Per esempio che succederebbe se parlassimo di cibo.

T03 – CAPACITÀ DI AGIRE – DESCRIVI LA STRUTTURA DEL PROBLEMA – Circoscrivi le questioni aperte in base ai loro punti chiave.

T04 – CAPACITÀ DI AGIRE – ACCETTA LA SOLIDARIETÀ GENERALE – Trasforma ogni limite in obbligo di cui puoi servirti per collaborare.

T05 – DIFFRAZIONE – PRATICA LA RECIPROCIÀ – Lavora a cielo aperto. Spiega cosa vuol dire, cosa offre alla tua comunità e a te stesso\*.

T06 – FINZIONE SPECULATIVA – UNA PARTE DELLA STORIA FORSE È STATA UCCISA – Immagina altre storie possibili a partire da possibilità rifiutate.

T07 – GESTO – FAI IL SALTO! – Prolunga il tuo pensiero con un'azione concreta.

T08 – IMMEDIATEZZA – ESAMINA COME LA RELAZIONE È MEDIATA E DA CHI – La comunicazione istantanea non esclude l'intermediazione.

T09 – INSEPARABILITÀ – LE RELAZIONI NELLO SPAZIO DIGITALE IMPEGNANO UGUALMENTE – La vostra espressione, come il suo ambiente, deve incitare al mutuo rispetto: lo spazio simbolico tocca il cuore.

T10 – INSEPARABILITÀ – TROVA UN LUOGO POROSO – Penetra la solidità apparente verso un approccio più fragile del problema.

T11 – INTRA-AZIONE – ASCOLTA I NON DETTI. – Leggi tra le righe, impara dalla storia, scopri ciò che è restato taciuto.

T12 – INTRA-AZIONE – DISCUTI UNA PROSPETTIVA OPPOSTA – Ribalta la situazione e sviluppa un aspetto antagonista.

T13 – INTRA-AZIONE – SEGUI LA FONTE, CONDIVIDI IL SORGENTE – Esplora la reciprocità e i benefici della condivisione della tua pratica a lungo termine.

T14 – MINORIZZAZIONE – CERCA SPAZI DI RISONANZA – Cerca delle organizzazioni esistenti in cui le persone hanno uno stato d'animo simile e condividono queste preoccupazioni.

T15 – RISONANZA – ASCOLTA ATTENTAMENTE – Un altro senso ti sta forse sfuggendo, trovalo!

T16 – RISONANZA – RIFORMULA – Spiega di nuovo diversamente e acquisisci un'altra comprensione.

T17 - SITUAZIONE - CHIEDITI: DA DOV'È CHE PARLO? - Chiarifica la tua posizione e il tuo punto di vista rispetto alla questione e al tuo pubblico.

T18 - TEMPO COMUNE - ESCI DALLA SITUAZIONE D'URGENZA - Considera la mancanza di tempo come un'illusione: il tempo è creato da tutto, organizza dei momenti di vita diversi.

T19 - TERZA INCLUSA - TROVA LA TERZA INCLUSA - Pensa a ciò che è necessario per produrre il processo descritto, ma che in genere non è tenuto in conto...

T20 - TRANSDUZIONE - LE INDIVIDUALITÀ EMERGONO DALLE RELAZIONI - Ogni incontro trasforma chi vi partecipa. Esplora questi passaggi di stato verso una risoluzione.

T21 - UBUNTU - SPIEGA I PUNTI COMUNI - Distingui le affezioni e le percezioni, le differenze che si incontrano.

T22 - UBUNTU - IO SONO POICHÉ NOI SIAMO - Pensa a dei modi per trasformare la situazione, che potrebbero anche trasformare la tua relazione ad altrx.