



mondo

diario dei sogni

onirico

Sognipedia.it

?

✱



base 1e2

INQUADRARE / EVIDENZIARE

1

Trama del sogno

2

Titolo del sogno



AZIONI, COMPORTAMENTI E
INTENZIONI



PERSONE, ANIMALI E
ALTRI ESSERI



OGGETTI E ELEMENTI
AFFINI



EMOZIONI, SENSAZIONI E
ATMOSFERA



TUTTI GLI ALTRI
ELEMENTI





- 3 Classificazione del sogno
- 4 Schema/i del sogno
- 5 Emozioni e Sentimenti
- 6 Stato d'animo da 1 a 5 (prima, durante e dopo)
- 7 Collegamenti con la vita reale
- 8 Cambiamenti che apporterei al sogno
- 9 Situazione attuale





base 3

ASSOCIARE

Elementi --- Associazioni di singole parole o discorsive





base 4

AMPLIFICARE
metodo avanzato (opzionale)

Elementi --- Significato per l'immaginario collettivo





base 5

ANALISI FINALE





Note

Es. Note per sogni ricorrenti o sincronicità. Altre tecniche utilizzate: identificazione, immersiva, etc.
Collegamenti a una serie onirica ante o post. Appunti dal gruppo onirico. Altro post analisi, etc.



