

CAPITOLO 14

Ricordare nomi e visi delle persone

“Scusi... ma noi due ci siamo già visti, vero?” Non ricordare il nome di una persona può portare a vivere situazioni estremamente imbarazzanti, soprattutto se non riconosciamo una persona che ci ha contattato solo pochi giorni prima. Dalla psicologia è noto che il proprio nome e cognome sono fra i suoni più dolci che l'orecchio di ogni essere umano possa sentire. Soprattutto nei rapporti di lavoro, dimostrare di ricordare il nome del tuo interlocutore fa capire quanta importanza tu attribuisca alla persona in questione che, stupita di incontrare qualcuno che ricorda il suo cognome, penserà di essere veramente importante per te. Ciò agevolerà sicuramente il tuo processo comunicativo e nel caso presentassi una qualsiasi proposta questa verrà considerata sicuramente con più attenzione.

14.1 Come ricordare il proprio interlocutore

Per riuscire a ricordare perfettamente tutti i nomi e i visi delle persone che ti interessano, devi procedere nel modo seguente.

- 1 Ascolta con cura il nome** ed eventualmente fattelo ripetere (sia per lasciar intendere che a te quel nome interessa sia per comprenderlo meglio). Quando ti presenti, attento a non parlare contemporaneamente al tuo interlocutore: spesso dimentichiamo i nomi proprio perché non li abbiamo sentiti bene.
- 2 Osserva attentamente il volto e l'intera persona** per trovare un appiglio mnemonico. Devi puntare sulla tua capacità di osservazione: noterai che in ogni volto c'è una caratteristica che attira subito la tua attenzione e che può riferirsi a naso, orecchie, labbra, capelli, occhi, mento, guance, nei, fronte, sopracciglia, rughe ecc. (v. box a p. 178).
- 3 Associa in maniera emotiva il nome al volto.** Anche la tecnica per ricordare i nomi e i visi si basa su visualizzazione, associazione, emozione. Rappresenta visivamente il nome e/o il cognome. Ancora una volta dovrai associare con creatività e quindi in modo buffo e strano, il nome dell'interlocutore al suo viso. Poi successivamente, per rinforzare questa associazione, devi rivisualizzare l'immagine in fase Alfa. Molti **nomi** si incontrano spesso, per questo è consigliabile creare dei cliché mentali da associare a ciascuno di essi e da utilizzare costantemente.
- 4 Cita il nome durante la conversazione**, per sfruttare anche il meccanismo della ripetizione.
- 5 Fissa bene anche eventuali titoli o appellativi.** Per un avvocato potremmo per esempio aggiungere una toga, per un medico uno stetoscopio, per un ingegnere un goniometro... ciò eviterà che alcune persone si possano indispettire constatando la dimenticanza dell'appellativo, per loro molto importante.

- 6** **Menziona il nome dell'interlocutore** ancora una volta **al momento del congedo** rivisualizzando l'associazione fatta. Invece di dire un semplice "Arrivederci", si può per esempio salutare così: "Molto lieto di aver fatto la sua conoscenza, signor..." oppure "Mi auguro di rivederla presto, signor..."

Elementi da osservare nelle persone

- **Forma della testa:** quadrata, rettangolare, triangolare, rotonda, ovale.
- **Capelli:** lunghi, corti, folti, radi, ondulati, sottili, ricci ecc.
- **Fronte:** alta, bassa, spaziosa, con rughe ecc.
- **Sopracciglia:** folte, sottili, corte, lunghe, congiunte, cespugliose ecc.
- **Orecchie:** grandi, piccole, a sventola, lisce, con grandi lobi o senza lobi.
- **Occhi:** grandi, piccoli, sporgenti, infossati, distanti, vicini, con un certo colore.
- **Zigomi:** sporgenti, alti o piatti.
- **Naso:** piccolo, stretto, largo, storto, aquilino, appuntito; con narici grandi, piccole o rigirate in fuori.
- **Labbra:** spesse, sottili, sensuali, arcuate, carnose.
- **Mento:** lungo, corto, quadrato, tondo, doppio, con fossette, a punta, sporgenti o sfuggente.
- **Baffi, barba, occhiali:** questi particolari sono facilmente suscettibili di modifiche, per cui è meglio prenderli in considerazione solo per memorizzazioni a brevissimo termine.

14.2 La visualizzazione del cognome

Per quanto riguarda la visualizzazione del cognome abbiamo tre possibilità.

- 1** Il cognome è di per sé un'immagine ben visualizzabile, per esempio: Ortolani, Scarpa, Gatti, Testa ecc., per cui sarà sufficiente visualizzare l'immagine corrispondente.
- 2** Il cognome, pur non essendo facilmente riconducibile a un'immagine, è comunque **associabile ad altri elementi noti**, per esempio: Agnelli, Ferrari, Marini ecc.
- 3** Il cognome **non è visualizzabile e difficilmente trasformabile in immagine**. Dovremo allora avvalerci della tecnica di trasformazione creativa in immagine, come già fatto per la memorizzazione di vocaboli complessi o stranieri.

Nel caso di un cognome di tipo 3, se per esempio dovessimo ricordare il nome del signor *Cavazzana*, potremmo vedere qualcuno che *cava* (strappa) le *zanne*; oppure che scava; il signor *Zurolo* potrebbe diventare uno *zufolo che ruzzola*; il signor *Nourafchan* è un *nero afgano*; il signor *Pulella* è un *pollo che gira la manovella*.

Facciamo adesso un esempio di memorizzazione: immaginiamo che il signor Pulella abbia gli zigomi sporgenti che fanno risaltare le fosse delle guance. Per Pulella abbiamo l'immagine di un pollo che gira la manovella. Ora associamolo con la caratteristica della persona: Pulella ha un viso talmente magro e incavato che ci si annida dentro un pollo che gira la manovella. Appena puoi, rivedi mentalmente questa buffa associazione a occhi chiusi in fase Alfa, ricostruendo mentalmente l'immagine.

14.3 La visualizzazione del nome

Ti forniamo adesso un elenco di **ben 100 nomi** e i relativi cliché mentali che potrai memorizzare.

Alba	l'alba
Alberto	albero, Lupo Alberto
Alessandro	piramide (Alessandria), Del Piero, le ali
Alessio/a	Lassie, lessò
Andrea	croce di Sant'Andrea dei passaggi a livello
Angelo	un angelo con le piume bianche
Anna	panna, la rivista "Anna"
Antonello/a	antenna
Antonio	sant'Antonio, anta dell'armadio
Barbara	barba, i barbari, bar
Beatrice	...e Dante, attrice
Bernardo	una cane San Bernardo
Bruno	orso bruno, rasoio della Braun
Carolina	una carota, la mucca Carolina...
Caterina	chitarrina, catenina
Chiara	chiara d'uovo, ara con un aratro
Claudio/a	Baglioni, Koll, claudicante
Cristian/o/a	croce, cristiano
Cristina	crestina, crostino, una croce
Daniele/a	prosciutto san Daniele, Danone, Danimarca
Dante	dente, Dante Alighieri
Dario	diario
Davide	fionda con cui colpisce Golia, il David di Michelangelo
Diana	Citroën Diane, divano
Elena	di Troia, s'allena, una liana
Elisa	elsa della spada, eli... cottero
Elisabetta/Betty	Elisabetta Canalis, la regina Elisabetta, un battipanni
Enrico/a	ricco/a
Enza	lenza
Erica	piantina, elica
Fabiano/a	foglio di carta Fabriano
Fabio	acqua Fabia, fibbia
Federico/a	fede nuziale, Federico Barbarossa
Filippo	un filo, ippopotamo
Francesco/a	san Francesco, saio, francese, frangia
Franco/a	moneta francese

TECNICHE DI MEMORIZZAZIONE

Gabriele/a	gabbia, capra
Gianni	un orologio sulla camicia (stile Gianni Agnelli)
Giovanni	giovane, Jovanotti, Giove, il Papa
Giorgio	Armani, orgia
Giulio/a	Giulietta, Giulia Roberts, amaro Giuliani
Giuseppe/Peppe	un falegname con la sega in mano (san Giuseppe), pipa, del pepe
Greta	vaso di creta
Guglielmo	mela di Guglielmo Tell
Ilaria/o	bombole di aria sulle spalle
Iolanda	una ghirlanda
Irene	rene, Irene Grandi, delle renne
Ivan	divano
Laura/o	laurea, aurea, alloro
Lisa	qualcosa di liso, consumato
Lorenzo/a	oro, orologio della Lorenz
Luca	lucchetto, lacca, look, Lucca
Luciano/a	luci attaccate a un amo
Lucio/a	Dalla, Battisti, luccio, luce
Luigi	Gigi la trottola, Re Sole
Mara	mare, marea, amara, Mara Venier
Marco	marchio, marco tedesco, marca da bollo
Maria	Madonna
Mario	mare, Super Mario Bros
Martino/a	beve il Martini, martello
Massimo	masso, peso massimo, Circo Massimo
Matteo	mattone, matto
Mattia	tanti matti
Maurizio	su una bella sdraio alle Mauritius!
Mauro	muro, mare, moro
Melania	mela, Milan
Michele/a	le chele di un granchio, microfono (Mike)
Mirella	girella, mira, mirra
Monica	monaca, manica, mollica di pane, monca
Nadia	nodo
Niccolò	moccolo che cola dal naso, moccolo (candela)
Nicola/etta	un barattolo di colla
Olga	un'alga
Oscar	la statuetta dell'Oscar
Paolo/a	pollo, palo, polo
Patrizio/a	vestito con abiti patrizi (antichi romani ricchi)
Piero/a	pera

Pietro	una pietra
Raffaella/e	tutti i capelli arruffati, ti graffia
Renzo	Renzo Arbore
Roberto/a	Neutro Roberts, mutande Roberta
Rocco	una roccia
Sabino/a	Saab
Sabrina	brina
Serena	sirena, seria
Sergio	sergente, sorgente
Silvano	vestito da mago Silvan
Silvia/o	salvia, saliva
Simone	sapone, limone, timone
Stefano/ia	stufa, Stefanel, santo Stefano
Susanna	...tutta panna!
Tania	tonno
Tiziano/a	il pittore vestito di colore rosso tiziano
Tommaso	una scopa (Tommaso la scopa ficcanaso), un tomino (Tommy)
Ugo	ago
Umberto	ombra
Valentino/a	san Valentino, Valentino Rossi
Valerio/a	beve la valeriana
Veronica	fisarmonica
Vittorio/a	sul podio che fa il segno di vittoria