

Foglio di lavoro delle submodalità

Submodalità visive	Posizione
	Colore o bianco e nero
	Associata o dissociata
	Dimensione
	Bidimensionale o tridimensionale
	Luminosità
	Ferma o in movimento
	Forma
	Incorniciata o panoramica
	A fuoco o fuori fuoco

Submodalità auditive	Posizione
	Parole o suoni
	Volume
	Tono
	Altezza
	Mono o stereo
	Costante o intermittente
	Ritmo
	Tempo
	Tema musicale

Submodalità cinestetiche	Posizione
	Forma
	Pressione
	Dimensione
	Qualità
	Intensità
	Ferma o in movimento
	Temperatura
	Costante o intermittente
	Consistenza
	Immagine