Module 1 : Bienvenue dans le monde de l'hypnothérapie professionnelle

Module 2 : Les fondamentaux

Module 3 : Comment effectuer une excellente séance d'hypnose

Module 4 : Des scripts, des scripts et encore des scripts

Module 5 : Le client est sous hypnose. Et maintenant ?

Module 6 : Films intérieurs

Module 7 : Techniques thérapeutiques avancées

Module 8 : Hypnose conversationnelle

▸ Module 9 : Schémas hypnotiques pour les étudiants

- Chapitre 1 : Première partie (/tr/praticien-en-hypnose/schemas-hypnotiques-pour-les-etudiants/premiere-partie)
- Chapitre 2 : Deuxième partie (/tr/praticien-en-hypnose/schemas-hypnotiques-pour-les-etudiants/deuxieme-partie)
- Chapitre 3 : Testez vos connaissances (/tr/praticien-en-hypnose/schemas-hypnotiques-pour-les-etudiants/testez-vos-connaissances)
- Chapitre 4 : Fichiers téléchargeables MP3 et PDF (/tr/praticien-en-hypnose/schemas-hypnotiques-pour-les-etudiants/fichiers-telechargeables-mp3-et-pdf)

Module 10 : Autohypnose

Module 11 : Examen final

Chapitre 2 : Deuxième partie

Orthographe

Cette technique est utilisée pour enseigner efficacement l'orthographe. Elle utilise l'imagerie interne comme outil pour augmenter la précision avec laquelle on se souvient des mots.

La plupart des élèves apprennent à lire avec la phonétique. Autrement dit, nous apprenons le son individuel des lettres puis assemblons au fur et à mesure les mots.

Le problème, c'est que ce n'est pas très utile de se rappeler l'orthographe visuelle d'un mot avec le son. Il y a des lettres muettes, d'autres qui se prononcent différemment suivant comment elles sont assemblées, il y a toutes sortes de règles.

En fait la plupart des gens qui ont une excellente orthographe se fient au souvenir visuel. Ils voient le mot comme une image, puis vérifient avec leurs sensations si cela correspond à ce qu'ils ont vu dans les livres. C'est pourquoi cette technique est un bon outil pour aider les élèves à améliorer la précision de leur orthographe.

Prenez un dictionnaire universitaire et placez-le entre les mains de votre client. Demandez-lui de penser à un mot qui lui causerait normalement des problèmes d'orthographe. Cherchez le mot dans le dictionnaire, et utilisez quelque chose pour marquer la page.

Demandez à votre client de fermer les yeux et de se détendre. Demandez-lui d'imaginer un grand tableau noir ou blanc en haut et à gauche de son champ visuel.

Ensuite, demandez-lui d'imaginer écrire ce mot en majuscules sur le tableau imaginaire. En fait, demandez-lui de bouger la main comme s'il écrivait vraiment sur ce tableau. Demandez-lui d'écrire les lettres de façon claire et nette. Si cela fonctionne mieux, il peut même utiliser sa couleur préférée pour les écrire. Ou il peut classifier les mots par couleur, une colonne pour les noms, une autre pour les verbes, etc.

En gardant cette image, demandez à votre client d'ouvrir les yeux et de comparer son orthographe à celle du dictionnaire. Si le mot est juste, demandez-lui de décrire ce qu'il ressent en écrivant un mot correctement.

S'il a bien orthographié le mot, passez à l'étape suivante. Sinon, demandez au client de refermer les yeux, d'aller à l'intérieur de lui et de répéter l'exercice, en apportant cette fois les changements nécessaires après avoir regardé dans le dictionnaire.

Demandez-lui de fermer les yeux et de regarder sa représentation interne du tableau. Demandez-lui d'épeler le mot à haute voix en le lisant directement à partir de l'image qu'il a créée, puis de vérifier avec ses sensations pour voir s'il a bien orthographié ou non le mot.

Quand ceci a été fait avec succès, offrez quelques défis au client. Demandez-lui de vous réciter la quatrième lettre à partir de la gauche, la troisième à partir de la droite, etc. Faites-lui épeler le mot entier à l'endroit et à l'envers. Quand il a réussi à faire cela plusieurs fois, donnez-lui des directives détaillées, oralement ou par écrit, pour qu'il puisse réaliser cette technique tout seul.

Apprendre et retenir

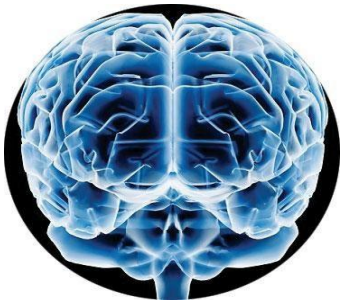
Cette technique utilise ce qu'on appelle l'état d'apprentissage, où l'élève est concentré, mais détendu et capable d'absorber davantage du monde qui l'entoure. Bien des fois, nous passons à côté de l'information parce que nous sommes trop concentrés sur un seul point, au lieu de voir tous les éléments. Cet exercice aidera les élèves à perdre cette habitude, de façon à apprendre plus vite et à retenir de manière plus efficace ce qui est enseigné.

En fonction de l'âge de votre client, il vous faudra veiller au vocabulaire employé de manière à ce qu'il comprenne bien l'ensemble des suggestions.

Très bien Sébastien, j'aimerais que tu trouves un endroit en haut du mur devant toi pour te concentrer. Et alors que tu gardes la tête bien droite, lève simplement les yeux et concentre-toi sur ce point. Fixe uniquement cet endroit, garde tes yeux bien concentrés dessus.

Et alors que tu continues à te concentrer sur ce point, laisse ton esprit se détendre et ta conscience se dilater, cela permet d'augmenter ta vision périphérique. Remarque comme ta vue s'adoucit et s'élargit en quelque sorte.

Continue juste à regarder cet endroit pour laisser ta vision s'étendre, de façon à ce que tu deviennes plus conscient des choses qui sont à la gauche de ta vision et des choses qui sont à la droite. Tu peux aussi voir plus de ce qui est en haut et en bas de cette pièce.

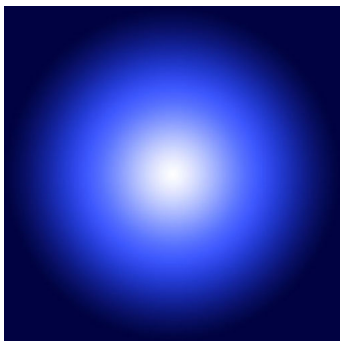


Et laisse juste ta conscience continuer à s'étendre jusqu'à ce qu'il te semble que tu puisses voir ou sentir la pièce entière, à 360 degrés. Et pendant que cela arrive, et que tu continues à regarder droit devant toi, j'aimerais que tu saches qu'il s'agit de l'état d'apprentissage.

Quand tu es en classe, ou que tu veux juste apprendre et te rappeler davantage ce qui se passe, utilise cet état. Tout ce que tu as à faire, c'est de choisir un point haut sur un mur, de te concentrer sur ce point, puis de laisser ta vision s'élargir jusqu'à ce qu'elle englobe toute la pièce.

Dans cet état, ton esprit emmagasinera bien plus d'informations que jamais auparavant. Et, à chaque fois que tu en auras besoin, tu pourras te rappeler instantanément tout ce que tu as appris. En fait, quand tu es dans cet état, c'est comme si ton subconscient était grand ouvert, pour que des idées et des informations importantes puissent juste se déverser dans les niveaux les plus profonds de ton esprit, où elles resteront, prêtes à revenir lorsque tu auras besoin d'elles.

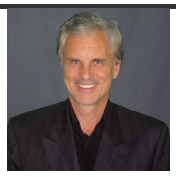
Nous allons maintenant faire quelque chose pour vraiment sceller cet état. J'aimerais que tu prennes un moment pour remarquer tout ce que tu peux à propos de cet état. Remarque la façon dont tu vois les choses maintenant. Remarque comment tu respires et la position de ton corps. Fais bien attention à comment tu te sens dans cet état d'apprentissage accéléré.



Et pendant que tu absorbes complètement cette expérience, serre ensemble le pouce et l'index de ta main droite. Appuie bien sur ces deux doigts pendant que tu remarques et ressens, tout ce que tu peux sur cet état.

Et ce que nous faisons maintenant, c'est de créer une connexion entre ces deux doigts et « l'état d'apprentissage ». Comme ça, chaque fois que tu voudras être de nouveau dans cet état d'esprit, choisis un point haut sur un mur et pendant que tu te concentres dessus, presse simplement ces deux doigts ensemble et tu entreras instantanément dans l'état parfait d'apprentissage, tu te rappelleras de tout ce que tu vois et de tout ce que tu entends.

Chapitre précédent : Première partie (/tr/praticien-en-hypnose/schemas-hypnotiques-pour-les-etudiants/premiere-partie)
Chapitre suivant : Testez vos connaissances (/tr/praticien-en-hypnose/schemas-hypnotiques-pour-les-etudiants/testez-vos-connaissances)



Alex Ross

http://formationspnlcoaching.com/

http://formationspnlhypnose.com/

Si vous avez des questions, vous pouvez les poser sur le forum ou envoyer un mail à sav@formationspnlcoaching.com.

Un site créé avec PrestoMarket (https://prestomarket.com/formation/?lctx=fft&ptn=Jg6unhl). Créez vous aussi vos formations sur prestomarket.com (https://prestomarket.com/formation/?lctx=fft&ptn=Jg6unhl)