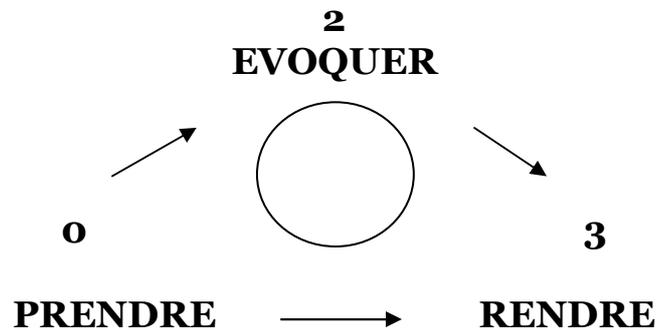


# APPRENDRE EN QUATRE TEMPS



**0** - Il y a d'abord l'acceptation de l'idée de « vouloir faire exister le message mentalement » : c'est le PROJET DE... (être attentif, mémoriser, comprendre, réfléchir, imaginer)

« Tu vas regarder ou écouter pour ... faire exister dans ta tête »  
**(0 se mettre en projet)**

**1** - Ensuite, le message de communication est présenté visuellement, verbalement et d'une façon kinesthésique,  
**(1 prendre les informations)**

Il sera répété autant de fois qu'il sera nécessaire

**2** – Après, une pause est respectée pendant l'évocation :  
« REVOIS, REENTENDS, RESSENS pour... réutiliser plus tard, ailleurs, avec une autre ou d'autres personnes. L'objet de perception (P) a disparu, tout va se dérouler dans la tête

**(2 évoquer dans son code personnel)**

**3** - Enfin, l'évocation doit être contrôlée afin d'être sûr que le message évoqué est bien fidèle au message pris : vérification ou auto-vérification

**(3 rendre « juste »)**