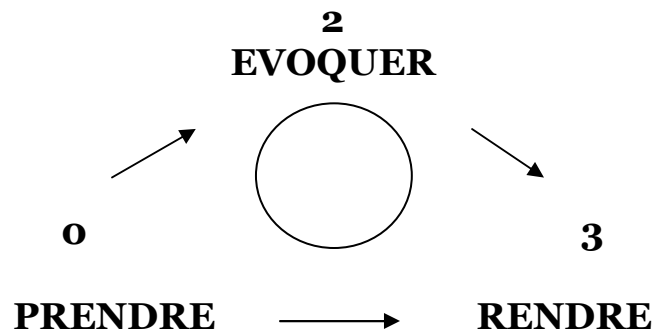


APPRENDRE EN QUATRE TEMPS



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 »)