






Chapitre 33

33. Exemples de scripts adaptés à des pathologies diverses





33.1. Inductions "Adultes"

 Ces scripts sont inclus dans le cours de base.

 Ces scripts sont inclus dans le cours avancé.

Barber  57.....	296
Hyperemperia  51	297
Flamme  298.....	298
Relaxation musculaire assis (par le haut)  20	301
Relaxation musculaire couché.....	302
Cercle et tableau  74	322
Jardin de l'arc-en-ciel	135
L'étoile, l'arbre, le jardin.....	53 GE III
Sept plus ou moins deux	224
Confusion	248
Arc-en-ciel (renforcement).....	299
Scène de plage (renforcement)	300
Relaxation musculaire couché.....	302
Première induction	11 GE II
Seconde induction.....	19 GE II
Induction brève.....	23 GE II
La prairie	25 GE II
La plage tropicale	28 GE II
Le bord de mer	29 GE II
En bateau à San Juans	30 GE II
Dans une cabane près de la rivière	31 GE II
Relax dans la nature (Induction indirecte).....	33 GE II
Fixation oculaire (Client anxieux ou phobique)	37 GE II
Apprendre à se relaxer par l'auto hypnose (Client anxieux ou phobique)	43 GE II

Le Ballon (Pour le client qui éprouve des difficultés é lâcher prise).....	51 GE II
Induction brève – Relax dans un endroit sûr.....	33 GE III
Créer son propre endroit sûr.....	35 GE III
Mon endroit sûr – Relax dans ma chambre à coucher.....	37 GE III
Mon endroit sûr : sur un voilier	39 GE III
Induction brève #2.....	41 GE III
Induction brève et méditative.....	43 GE III
En Canoë sur le lac.....	45 GE III
Sur une plage côtière rocheuse.....	47 GE III
Lire un livre.....	51 GE III
Vraiment fort en haut.....	57 GE III
Paix : prescription.....	61 GE III
Pour un anxieux	139 GE III
Pour un intoxiqué	129 GE III
Techniques spéciales d'approfondissement	22 ST
Régression - Induction I	26 ST
Renforcement.....	31 ST
Pré-Induction : discussion : estime de soi et confiance en soi	33 ST
Induction de relaxation progressive	93 ST
Induction Ultra-rapide	96 ST
Descendre des marches (Approfondissement).....	313 GE III
Test de suggestibilité (bras).....	216
Test de suggestibilité (bras).....	216
Test de suggestibilité (étai).....	217
Technique oculaire d'approfondissement	217
Réinduction : yeux ouverts ou fermés.....	219
Relaxation II.....	220
Méthode des escaliers.....	220
Approfondissement : Méthode des escaliers	221
Méthode du bras raide.....	223
Technique de la craie analytique	221
Technique Analytique	227
Lévitacion du bras I.....	228
Lévitacion du bras II.....	230
Laisser aller le bras	231
Association.....	233

Bras bionique	235
Fixation oculaire avec langage figuré	236
Place favorite.....	238
Forme magique	241
Télévision magique	242
Faire croire l'ami.....	243
Rapide.....	244
Télévision imaginaire.....	246
Néant mental, amnésie.....	250
Dave Elman - Version Gil Boyne	252
Regard direct.....	254
Dr. Flowers (coda).....	256
Objet jeté.....	257
Embarquement pour un voyage	258
Fixation d'un objet	260
Gil Boyne - Relaxation musculaire (Bas)	264
Poignée de main	268
Main devant le visage.....	269
Mains serrées I.....	270
Mains serrées II.....	272
Mains pressées vers le bas	275
Instantanée	275
Indication inexacte I.....	276
Indication inexacte II.....	278
Excursion en montagne I.....	279
Excursion en montagne II	281
Non-verbale I.....	283
Non-verbale II	284
Technique rapide I	287
Technique rapide II	289
Rapide (permissive).....	292
Barry Seedman	293
Première session	 A01
Deuxième session	 A02
Flamme - Première induction	 298
Retour	 A03

Test de profondeur d'hypnose	📖	45
Relaxation progressive (Dr Hartland)	📖	73
Scène relaxante (Yapko)	📖	77
Scène indéfinie de relaxation	📖	77
Technique de fixation oculaire	📖	78
Décompte	📖	78
Induction brève (Damon / Furst)	📖📖	60
Induction rapide (Mottin)	📖📖	61
Lévitacion du bras – Variante	📖📖	62
Auto hypnose en 3 étapes 📖 59 et.....	📖📖	87
Lévitacion du bras I	📖	16
Fixation oculaire avec imagination	📖	71
Escaliers	📖📖	121
Étau	📖	17
Dave Elman	📖📖	295
Forêt et eau courante		261
Approfondissement : l'étoile.....		314
Excursion en montagne.....		321
Fractionalisation		80 ST

33.2.Traitements "Adultes".

33.2.1 AFFIRMATIONS

(Exemples pour le client qui pratique l'autohypnose)

Alcool (éviter)		13 - IV
Amplification.....		15 - III
Ancrer des moments de détente		315 - III
Angoisse (gérer)		14 - IV
Arguments pour une première visite		307 - III
Bien-être en général et succès		19 - III
Changements (faire face aux).....		17 - III
Coïncé.....		16 - IV
Examen du corps		317 - III
Exercice (Aimer)		15 - IV
Guérir le corps et l'esprit		21 - III
Jeunesse.....		27 - III
Mémoire (améliorer).....		23 - III
Parler en public.....		20 - IV
Passé (abandonner)		25 - III

Poids (Mon nouveau corps)	23 - IV
Poids sain	17 - IV
Santé & guérison	24 - IV
Sortie.....	321 - III
Stress (Gérer)	21 - IV
Timidité	19 - IV
Visualiser (Chacun est capable de)	311 - III

33.2.2 SUGGESTIONS POST-HYPNOTIQUES

(Exemples pour le client qui pratique l'autohypnose)

Détente (ancrer des moments)	30 - IV
Eau (paix et relaxation)	25 - IV
Hypnose (retrouver)	33 - IV
Insomnie	32 - IV
Paix.....	31 - IV
Paix.....	320 - III
Rouge (Soutenir la motivation).....	28 - IV
Stress.....	29 - IV
Vert (Crainte)	27 - IV
Vert	319 - III

33.2.3 ASSERTIONS SUPPLÉMENTAIRES

(Exemples pour le client qui pratique l'autohypnose)

Inconscient et ressources	35 - V
Source du problème original	36 - V
Régression (conduite)	37 - V
Sommeil.....	38 - V
Santé (améliorer)	39 - V
Anxiété et crainte (gérer).....	40 - V
Carrière	41 - V
Confiance.....	42 - V
Doute	43 - V
Pardon	44 - V
Esprit (pouvoir chrétien).....	46 - V
Commentaires finaux de confiance et d'assurance.....	48 - V

33.2.4 ALCOOL ET DROGUES

Alcool session # 1	23
Alcool session # 2	26
Alcool session # 3	29

Alcool session # 4	31
Cesser de boire du vin, de la bière, de l'alcool.....	157 HS
Défi et alcool comme béquille	208 HS
Induction pour l'intoxiqué	129 - III
Se libérer de l'alcool.....	143 HS
Stress, défis vitaux et alcool comme béquille.....	366 HS
Drogues I	65

33.2.5 ANXIÉTÉ, CRAINTES, PANIQUES, STRESS & PHOBIES

Abus et stress – Rester au-dessus de tout cela.....	369 HS
Agoraphobie et voyages	50 HS
Allergies	35
Anxiété en tant qu'objet.....	112
Anxiété.....	187 ST
Anxiété, panique et crainte.....	81 HS
Attaques d'anxiété et de panique (ou craintes et phobies).....	71 - II
Bruits extérieurs, aboiements.....	372 HS
Calme : jardin privé	313
Chiens.....	29 HS
Chute	36 HS
Claustrophobie 1	41 HS
Claustrophobie 2.....	43 HS
Claustrophobie, agoraphobie & voyages	54 HS
Conduite auto.....	46 HS
Crainte et anxiété.....	76 HS
Crainte	51 HS
Craintes et phobies	316
Craintes sociales.....	72 HS
Culpabilité et honte	60 HS
Hauteurs	38 HS
Insectes.....	27 HS
Neige, vent, espaces ouverts, insectes & natation.....	55 HS
Nouveaux débuts : le courage de faire face aux changements.....	73 - II
Panique (Attaques)	13 HS
Panique 1	66 HS
Panique 2.....	67 HS
Panique 3.....	69 HS
Panique et confiance dans la vie 1	61 HS
Panique et confiance dans la vie 2	63 HS
Perte	59 HS
Peur du terrorisme & stress post-traumatique.....	73 HS
Reptiles.....	30 HS
Stress & anxiété 1.....	16 HS
Stress & anxiété 2.....	19 HS
Stress & soulagement de l'anxiété	79 HS
Stress (Gestion)	49 ST
Stress (Réduction)	155 ST

Stress (Soulagement), patience, qualité de la vie	371 HS
Stress (Travail).....	53 HS
Stress.....	319
Tract.....	57 HS
Vertige.....	45 HS
Vol en avion	317 - 48 HS

33.2.6 AUTOHYPNOSE

Découverte du conseiller intérieur.....	308
Appel du conseiller intérieur.....	309
Guide intérieur : dialogue.....	87

33.2.7 CONFIANCE EN SOI, ESTIME DE SOI

Changer les étiquettes. Construire son estime de soi en créant une nouvelle histoire personnelles	97 - II
Concentration	48
Confiance en soi	148
Confiance en soi	149
Confiance et concentration	48
Crainte de confiance en soi.....	147
Ego Hartland et étiquettes.....	294
Ego Heap	321
Habilitation au centre	261 - III
Habilitation au centre	101 - II
Hypnothérapeute : soyez professionnel.....	82
Je pourrais si je voulais.....	84
Liberté de devenir une personnalité formidable	105 - II
Poursuivre le voyage de développement une solide estime de soi.....	265 - III
Ramener vos pouvoirs	259 - III
S'aimer, s'accepter et croire en sa capacité de réussite	109 - II
Se réintéresser à sa vie	324 HS
Suggestions pour confiance et succès.....	133 - II
Thérapie des nombres	110
Timidité et manque de confiance	113 - II

33.2.8 DÉPRESSION & PEINES

Dépression #1	56
Dépression #2.....	57
Dépression, c'était hier.....	58
Deuil I.....	354

Deuil II.....	355
Gérer la dépression	55 ST
Soulagement de la peine et de la perte	171 - III
Séparation, divorce	346 HS
Séparation divorce (masculin).....	353 HS
Supporter la dépression	167 - III
Tristesse 1/3	170 HS
Tristesse 2/3	172 HS
Tristesse 3/3	173 HS

33.2.9 DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

Activez votre succès personnel.....	1
Amélioration de la vie : Mémoire, argent et succès.....	306 HS
Amélioration de la vie.....	304 HS
Approcher la lumière	40
Atteindre son objectif	80
Bien-être	206
Colère et rémission	303 HS
Confiance.....	318
Créativité.....	53
Déterminer votre destin.....	119 - III
Élimination des excès	295 HS
Enlever la crainte du risque.....	123 - III
Exercice de motivation : levez-vous et faites-le	299 HS
Extras.....	330 HS
Grandir et avancer	302 HS
Image de fond	315 HS
Jardin de l'arc-en-ciel	135
La caverne, la lumière, le lac : destin.....	121 - III
La confiance dans la vie et l'appui divin	326 HS
La confiance en soi et harmonie de la vie.....	294 HS
Magnétisme - croyance dans vous-même	291 HS
Maître de votre réalité et de votre vie.....	309 HS
Motivation pour le succès.....	313 HS
Motivation.....	37 ST
Motivation, relaxation, équilibre et guérison	312 HS
Négativité et tristesse.....	289 HS
Pensée en paix	306
Programmer des suggestions	123
Prospérité #1.....	123
Prospérité #2.....	124
Réparations et motivations de l'existence	298 HS
Résolution de problèmes	118
Santé mentale.....	301 HS
Sérénité, énergie.....	73
Succès - thérapie de confiance.....	174
Suggestion de rappel	142

Suggestions pour la paix, l'harmonie et l'équilibre	137 - II
Suggestions pour l'abondance et la prospérité	131 - II
Temporisation #1	119
Temporisation #2	122
Temporisation	317 HS
Thérapie des énergies	211

33.2.10 ÉTUDES : MOYENS ET AMÉLIORATIONS

Academic performance	315
Activation	94 HS
Amélioration des facultés d'étude – Extras	132 HS
Anxiété des examens.....	74
Concentration.....	48
Confiance.....	95 HS
Créer de capacités.....	55
Définir et atteindre ses objectifs	43 ST
Dyslexie	205 - III
Élargissement des perspectives en libérant l'esprit.....	195 - III
Enlever les blocages mentaux	201 - III
Études (Secrets de bonnes habitudes)	144
Études (Secrets de bonnes habitudes)	170
Études (Secrets de bonnes habitudes)	171
Études et travail à domicile	107 HS
Études, tests et examens.....	118 HS
Étudiant confiant	197 - III
Examen oral.....	101 HS
Frayeurs scolaires.....	11 HS
Frayeurs scolaires.....	99 HS
Lire plus vite.....	142
Maintenir la confiance dans sa performance.....	219 - III
Mémoire.....	94
Performances dans l'organisation	215 - III
Rappel de mémoire à volonté	96
Rappel de mémoire.....	96
Récupération de sa langue maternelle ou d'enfance #1	209 - III
Récupération de sa langue maternelle ou d'enfance #2 – Confiance	212 - III
Tests et examens.....	103 HS

33.2.11 HABITUDES, TOC

Bruxisme	193 - III
Bruxisme	45
Colère, timidité et calme.....	204 HS
Conduite automobile agressive.....	363 HS

Conduite automobile agressive, confiance en soi et pardon	362 HS
Défi et alcool comme béquille	208 HS
Dermatillomanie	32 HS
Manger des légumes	154 HS
Onychophagie.....	97
Onychophagie 1	190 HS
Onychophagie 2.....	192 HS
Réponse anti-nauséuse à l'ingestion de pilule	139 HS
Réponse anti-nauséuse au travail dentaire.....	137 HS
Retrouver une chose perdue.....	296 HS
Se débarrasser d'habitudes nerveuses.....	181 - III
Stress, défis vitaux et alcool comme béquille.....	366 HS
Supprimer des habitudes	185 - III
Temps d'aller au lit, fin de journée	146 HS
TOC 1/2	195 HS
TOC 2/2	199 HS
Trichotillomanie	74 HS
Trichotillomanie.....	187 - III
Thérapie des nombres	110
Vous êtes sur le point de percer	329 HS

33.2.12 LÂCHER PRISE SUR LE PASSÉ

“Couper les rubans” – Une technique de lâcher-prise.....	118 - III
“Valises” - Une technique de lâcher-prise	117 - III
Abandon des traumatismes passés	292 HS
Apport de la guérison au passé #1	105 - III
Apport de la guérison au passé #2	109 - III
Autres méthodes de se décharger du passé.....	70 - II
Blessures et traumatismes passés	159 HS
Démasquer le passé	89 - III
Effacer quelqu'un de votre mémoire	72
Jeter les sacs de sable.....	69 - II
La cascade purificatrice	61 - II
L'enfant anxieux de l'âge adulte #1	111 - III
L'enfant anxieux de l'âge adulte #2.....	113 - III
Les rituels légers (pour libérer des esprits terre à terre)	97 - III
L'incendie du bateau	65 - II
Problème et processus de résolution.....	55 - II
Recadrer le passé.....	91 - III
Renforcement du bouclier aurique	101 - III
Scène de la bibliothèque.....	94
Session avec Vanya	102 - III
Thérapie du pardon.....	75
Travailler avec des sources inconnues (Contexte)	93 - III

33.2.13 PARLER EN PUBLIC

Construire la confiance de parler en public	221 - III
Professionnellement	319 HS
Gérer le trac et la crainte des interviews	224 - III
Succès dans les médias	321 HS
Téléphone 1	23 HS
Téléphone 2	32 HS
Parler, trac	57 HS
Parler	131
Bégayer.....	20 HS

33.2.14 POIDS

Affirmations pour contrôler son poids.....	292 - III
Affirmations pour un corps mince.....	291 - III
Améliorations générales pour le contrôle du poids	123 - II
Atteindre votre but par le contrôle de l'estomac	303 - III
Chocolat / Sucre - Addiction #1.....	133 - III
Chocolat / Sucre - Addiction #2.....	136 - III
Clés qui permettent d'accélérer la perte de poids	183
Contrôle	320 M
Émotions et nourriture (Stress)	219 HS
Motivation 1.....	222 HS
Motivation 2.....	327 HS
Névrotique.....	217 HS
Nourriture saine	293 - III
Perte 2006	220 HS
Poids – Guide de contrôle.....	144 ST
Poids - Contrôle général	320
Poids - Réduction I	196
Poids - Réduction II	199
Poids - Réduction III	203
Poids - Réduction.....	149 ST
Poids - Réduction.....	194
Poids – Thérapie de perte.....	191
Poids & amélioration de la vie.....	213 HS
Poids & exercice	212 HS
Poids & exercice	296 - III
Poids, eau et motivation.....	300 - III
Programme annuel	287 - III
Questionnaire idéomoteur pour localiser la source de problèmes de poids ..	289 - III
Réalité illimitée et perte de poids	178
Réduction.....	214 HS
Rejet des couches : une fable pour libérer le blindage	127 - II
Vivre avec un programme de gestion de poids	305 - III

33.2.15 PROFESSION

Motivation de personnels de vente	126 HS
Parler en public	319
Programme de formation de carrière réussie.....	129 HS
Succès pour Day Traders	130 HS
Ventes et courtiers	125 HS

33.2.16 RELATIONS

“La poupée perdue” – Laisser aller une relation passée	253 - III
“La scène du show de notre vie”- Guérir un cœur brisé	255 - III
Colère / Tempérance	34
Étendre la capacité d'aimer.....	251 - III
Implorations	357 HS
Jalousie.....	93
Meilleurs parents.....	333 HS
Membre de la famille é problèmes	336 HS
Partir ou rester	358 HS
Peurs de l'infidélité de l'épouse 1	359 HS
Peurs de l'infidélité de l'épouse 2.....	360 HS
Ronfleur/euse 1.....	337 HS
Ronfleur/euse 2.....	341 HS
Ronfleur/euse 3.....	342 HS
Séparation, divorce 1	346 HS
Séparation, divorce 2	347 HS
Séparation, divorce 3.....	349 HS
Séparation, divorce 4 (Masculin).....	350 HS
Séparation, divorce 5 (Masculin).....	353 HS
Séparation, divorce 6 (Masculin).....	355 HS
Thérapie des nombres	110
Thérapie des relations	142

33.2.17 SEXE

Abus – Dialoguer avec l'agresseur.....	125 - III
Abus – Libérer l'adulte et l'enfant	127 - III
Abus passés – Anxiété & Stress	78 HS
Activation de la fertilité féminine.....	156 HS
Dysfonction sexuelle masculine	189 HS
Enrichissement tranquille	305
Érection primaire.....	304
Frigidité	79
Orgasme et relaxation ,.....	202 HS
Sexualité masculine	149

Vaginisme	209 HS
Viol.....	139

33.2.18 SOMMEIL

Insomnie & repas tardif	184 HS
Insomnie et maladie de Parkinson'	165 HS
Insomnie	187 HS
Insomnie	91
Insomnie, soucis et famille	182 HS
Réveil programmé.....	39
Ronfler & Insomnie	141 HS
Ronfler et voisinage 1	337 HS
Ronfler et voisinage 2	341 HS
Ronfler et voisinage 3	342 HS
Sommeil : suggestions.....	80

33.2.19 SOURCES

“La porte” - Variation #1 pour régression	85 - III
“L'autoroute” - Variation #2 pour régression.....	86 - III
“Le brouillard” - Préparation pour régression	83 - III
“L'île aux souvenirs” - Variation #3 pour régression.....	87 - III
Induction de résolution de problème (Pour clients déjà en thérapie)	75 - III
Notes sur le travail de régression.....	79 - III
Pont affectif pour régression	81 - III
Problème et solution – Recherche d'un processus	69 - III
Questionnaire idéomoteur pour localiser la source de problèmes	65 - III
Régression (vie antérieure).....	115
Thérapies des vies passées pour esprits terre à terre	95 - III

33.2.20 SPORTS

Golf I	121 HS
Golf : stance, swing, putting sont parfaits.....	175 III
Golf avec Tiger Wood	178 III

33.2.21 TABAC

“Fumer et chiquer du tabac : conséquences”	270 - III
Affirmations pour le chiqueur qui souhaite arrêter.....	272 - III
Affirmations pour le fumeur qui souhaite arrêter	271 - III
Arrêter de fumer 0.....	60 ST
Arrêter de fumer I.....	62 ST
Arrêter de fumer II	66 ST
Arrêter de fumer III	72 ST
Arrêter de fumer IV	117 ST
Dernière cigarette	285 - III
Fumeur névrotique.....	193 HS
La lumière blanche purificatrice	154
Programme de base (fumer ou chiquer) du tabac.....	269 - III
Propulser à l'abandon de la fumée.....	279 - III
Propulser à l'abandon de la chique	282 - III
Rester un non-chiqueur.....	276 - III
Rester un non-fumeur	273 - III
Stop-Tabac (chiquer) sans prendre du poids.....	117 - II
Stop-Tabac I.....	161
Stop-Tabac II.....	163
Stop-Tabac III.....	166
Stop-Tabac IV.....	167
Stop-Tabac V.....	169
Supplément.....	153
Thérapie du fumeur.....	150
Transformation en non-fumeur.....	98
Vaincre le tabac	206 HS

30.2.22 TRAITEMENTS DIVERS ET GESTION DES DOULEURS

Accouchement I	46
Accouchement II.....	205 ST
Allaitement	303
Allergies, asthme	35
Anesthésie dentaire	82 ST
Dentiste.....	210 ST
Douleurs diverses	112
Douleurs diverses	202 ST
Douleurs fantômes.....	85 ST
Cancer	160
Encourager le corps à guérir.....	227 III
Énergie guérissante	77 II
Gant anesthésique.....	200 ST
Lumière guérissante	79 II
Hoquet	193 ST
Migraines et céphalées	175
Poitrine : augmentation ou réduction	125 ST

33.3. Inductions "Enfants".

Une nouvelle façon de dormir.....	A 1
Histoire magique	A 2
L'étoile, l'arbre et le jardin.....	11 GE I
Gonfler un ballon	14 GE I
Le bord de mer	15 GE I
Le signal de l'eau	17 GE I
Pendule.....	17 GE I
La prairie.....	25 GE IV
Pendule.....	27 GE IV
Inductions diverses	29 GE IV
Le pendule	
La spirale	
Le bout du doigt	
Le mur magique	
La marionnette	
L'étang de la forêt tropicale.....	31 GE IV

Retour

Histoire magique	A 3
Retour	65 GE I

33.4. Traitements "Enfants".

33.4.1 AFFIRMATIONS

Ancrer une scène relaxante	155 - IV
Bien-être général	11 - VII
Faire face au changement	17 - IV
Outils pour l'imaginaire enfantin	161 - IV
Paix	15 - IV
Présenter l'hypnose à un groupe d'enfants	157 - IV
Suggestion : le vert	113 - VII

33.4.2 ADDICTIONS

Alcool et drogues	0 - 160
-------------------------	---------

33.4.3 ANXIÉTÉ, CRAINTES, PANIQUES, STRESS & PHOBIES

Anxiété 1 - Les clowns	39 - VII
Anxiété 2 - La danse magique	40 - VII
Anxiété 3 - Fées et lutins	41 - VII
Anxiété 4 - Les Pirates	43 - VII
Crainte #1	46
Crainte #2	47
Crainte #3	49
Gérer la crainte	113 - IV
Noir - peur	45 - VII
Stress post-traumatique	367 HS
Stress	27 - 124

33.4.4 CONFIANCE EN SOI, ESTIME DE SOI, IMAGE DE SOI

6 petits scripts pour estime de soi et confiance	35 - I
Affirmer sa confiance	59 - I
Aspect physique	0 - 143
Buts et objectifs - établir	0 - 140
Changer les étiquettes : créer une nouvelle histoire personnelle	31 - I
Confiance en soi	323 HS
Construire la confiance en soi	119 - IV
Courage et confiance	127 - IV
Devenir le meilleur que vous puissiez être	123 - IV
Estime de soi et confiance	121 - IV

Estime de soi	0 - 144
Profiter de la vie	54 - 105
Racontars.....	0 - 141
Recevoir l'estime de soi et la confiance en soi en cadeau	29 - I
Vilain petit canard - syndrome.....	0 - 145

33.4.5 ÉTUDES ET PERFORMANCES SCOLAIRES

19 trucs pour réussir ses examens	173 - V
Aimer un entraînement (musique).....	107 - VII
Améliorer sa capacité d'étude #1	103 - IV
Améliorer sa capacité d'étude #2	105 - IV
Anxiété des tests et examens - les surmonter 1	175 - V
Anxiété des tests et examens - les surmonter 2	179 - V
Anxiété des tests et examens	35 - 138
Apprendre par la lecture.....	61 - I
Concentration - améliorer.....	0 - 137
Conduite à l'école, concentration	13
Développer ses capacités d'apprentissage 1	159 - V
Développer ses capacités d'apprentissage 2.....	163 - V
Développer ses capacités d'apprentissage 3.....	165 - V
Devenir un étudiant confiant qui aime l'étude	95 - IV
Devoirs à domicile 1.....	50 - I
Devoirs à domicile 2.....	0 - 136
Dyslexie et amélioration	99 - IV
Dyslexie et amélioration	99 - IV
École et travail à domicile dans la bonne humeur 1	167 - V
École et travail à domicile dans la bonne humeur 2.....	170 - V
Écriture.....	34 - 139
Étudier avec confiance et plaisir	95 - VII
La bulle de lecture dans la bibliothèque d'apprentissage.....	43 - I
Lecture	17 - 137
Lecture - concentration et capacité	94 - VII
Lire mieux	172 - V
Lire mieux - affirmations.....	93 - VII
Mémoire et attention	0 - 136
L'ordinateur de mémoire	51 - I
Notes.....	15 - 135
Rencontre avec le magicien qui apprend à lire mieux.....	45 - I
Spécialement pour terminer à temps ses travaux à domicile	101 - IV
Travail à domicile	107 - IV
TDA/H - Trouble déficitaire de l'attention avec ou sans hyperactivité	97 - VII

33.4.6 HABITUDES

Changement de conduite	19 - I
Cheveux - tirer ou arracher (Trichotillomanie)	77 - VII
Désobéir	0 - 109
Énurésie	1
Jouer avec la nourriture	44 - 112
Énurésie - Questions	59 - IV
Énurésie #1	61 - IV
Énurésie, suite de #1	62 - IV
Énurésie #2	63 - IV
Énurésie, suite de # 2	65 - IV
Énurésie	0 - 140
Énurésie - Méthode Winkler	63 - VII
Mangeur méticuleux #1	69 - IV
Mangeur méticuleux #2	73 - IV
Mentir	30 - 111
Obsession/compulsion - habitudes nerveuses	78 - VII
Ongles - ronger (Onchyophagie) 1	9 - 157
Ongles - ronger (Onchyophagie) 2	76 - VII
Pouce - succion	8 - 159
Pouce - succion	75 - VII
Retards	0 - 109
Temporisation	0 - 113
Tricher	0 - 109
Voler	32 - 115

33.4.7 LÂCHER LE PASSÉ

Aider à gérer un problème	45 - IV
Arbre à soucis	49 - IV
Autres méthodes de "vider" le passé	27 - I
Ballons rebondissant	37 - VII
Briser les chaînes	43 - IV
Cape magique et magicien	51 - IV
Couper les rubans	48 - IV
Incendie du bateau: se débarrasser d'un problème	23 - I
Jeter des notes au feu	
Jeter des pierres à la mer	
Jeter les valises	47 - IV
La boîte à problèmes	
La cape magique du magicien	51 - IV
L'arbre à soucis	49 - IV
Localiser et résoudre un problème : amener un changement	18 - I
Se débarrasser des craintes et des fardeaux	55 - IV
Souffler des bulles	
Techniques de laisser aller (Suggestions) additionnelles	50 - IV
Une histoire pour guérir une perte	111 - IV

33.4.8 PARLER EN PUBLIC

Bégayer.....	22
Parler lentement.....	53
Parler moins fort.....	62

33.4.9 POIDS

20 façons de se sentir bien sans manger exagérément.....	141 - IV
Amélioration générale	144 - IV
Changer anciennes habitudes et attitudes	100 - VII
Début du contrôle du poids	135 - IV
Eau et motivation	149 - IV
Exercice	151 - IV
Gain de poids.....	0 - 147
Image visuelle pour le contrôle du poids.....	143 - IV
Insertions spéciales	154 - IV
Manger d'une façon saine.....	147 - IV
Manger pour prendre du poids 1	103 - VII
Manger pour prendre du poids 2.....	105 - VII
Mon nouveau corps	19 - IV
Perte de poids #1	2 - 148
Perte de poids #2.....	3 - 149
Sucreries.....	6
Vivre avec un plan de gestion	153 - IV

33.4.10 RELATIONS, ADÉQUATION SOCIALE ET PERSONNELLE

Aptitudes sociales - développer	0 - 133
Attitude positive.....	0 - 106
Bouger plus vite	26 - 126
Conduite à la maison, concentration.....	11 - 103
Confiance.....	0 - 104
Confiance, créativité, travail en équipe, self-control.....	117 - IV
Divorce.....	19 - 131
Embarras dû aux parents.....	0 - 132
Exprimer sa pensée et ses désirs	0 - 108
Faire son chemin dans une vie meilleure.....	308 HS
Instabilité d'humeur.....	0 - 106
Jalousie.....	109 - VII
Maladie scolaire	20 - 111
Mentir	30 - 115
Respect.....	0 - 107
Rupture - gestion	0 - 129
Amitiés magnifiques.....	111 - VII
Participer aux groupes	109 - IV

Solitude	0 - 131
Se faire des amis	39 - I
Surmonter l'anxiété de séparation.....	69 HS
Survivre à un divorce	19
Tyrannie d'un pair	0 - 130
Voler.....	32

33.4.11 SANTÉ ET BIEN-ÊTRE (en appooint à un traitement médical)

Affirmations de santé et de guérison 1	60 - I
Affirmations de santé et de guérison 2.....	79 - VII
Affirmations de santé et de guérison pour le petit enfant	80 - VII
Affirmations de santé et de guérison - la chute d'eau, la grotte, la piscine.....	81 - VII
Allergies	81 - IV
Améliorez votre santé	58 - 119
Asthme - la petite baleine.....	86 - VII
Asthme - visualisation et autres techniques	88 - VII
Cancer - gérer.....	91 - VII
Céphalée.....	85 - VII
Contrôle de la douleur #1	55 - 121
Contrôle de la douleur #2.....	56 - 123
Dermatologie.....	89 - VII
Douleur - Visualisation	79 - VII
Douleur - calmer	85 - VII
Diabète.....	83 - IV
Hyperactivité	60 - 125
La cascade.....	87 - IV
Métaphore pour migraines	91 - IV
Parties du corps douloureuses.....	89 - IV
Maladie scolaire	20 - 119
Migraines	91 - IV
Obsession/compulsion	78 - VII
Respiration - problèmes.....	87 - VII
Santé et bien-être 1	83 - VII
Santé et bien-être 2	84 - VII
Spécialement pour céphalées.....	85 - IV
Visualisation de la douleur	79 - IV

33.4.12 SOMMEIL

Assurer un bon sommeil	63 - I
Cauchemars 1.....	115 - IV
Cauchemars 2.....	24 - 133
Dormir dans son propre lit	0 -154
Dormir paisiblement 1	12 - VII

Dormir paisiblement 2	13 - VII
Frayeurs nocturnes	0 - 152
Habitudes au coucher	59 - 150
Insomnie	0 - 151
Insomnie	184 ST

33.4.13 SOURCE À RECHERCHER

Aider un enfant à articuler ce qui ne va pas	33 - IV
(Gérer un divorce ou d'autres problèmes familiaux)	
Chercher une cause.....	35 - VII
Examiner un problème à sa racine (Questionnaire idéomoteur)	41 - IV
Examiner un problème à sa racine: impliquer un changement	18 - I
Lâcher les ballons	37 - VII
Localiser et résoudre le problème (Enfant plus âgé).....	35 - IV
Localiser et résoudre le problème (Enfant plus jeune).....	39 - IV

33.4.14 SPORTS ET PERFORMANCES

Améliorer les qualités athlétiques	41 - I
Attitude sportive	52 - VII
Basket : être un grand joueur.....	50 - VII
Baseball	37 -127
Blocages athlétiques.....	48 - VII
Bon en sport.....	43
Coordination.....	42 -142
Esprit d'équipe	54 - VII
Gymnastique 1	57 - VII
Gymnastique 2.....	59 - VII
Sports # 1.....	39
Sports #2.....	37
Sports #3.....	40
Sports de balle	39 - 127
Sports en général.....	40 - 128

33.4.15 TABAC

Aider à quitter.....	21 - IV
Arrête de fumer	0 - 161
Stop-tabac.....	75 - IV
Ne commence pas à fumer	51 - 160

33.5. Textes "Adolescents".

Induction

L'étoile, l'arbre et le jardin----- 11 - I

Retour

Retour ----- 65 - I

Traitement – Script

Changement de conduite ----- 19 - I

Voir aussi...

Scripts enfants, inductions et scripts adultes référencés II et III qui peuvent convenir