



L'hypnose Méthode Dolfino® – QUESTIONNAIRE N° 1

Consigne : Encercler la lettre correspondant à la bonne réponse.

1. Le jeune Moi peut gérer :
 - a) 5 à 9 informations à la seconde.
 - b) 100 000 informations à la seconde.
 - c) 2000 informations à la seconde.
2. Le cinq ingrédients d'une mise en transe Méthode Dolfino® sont :
 - a) Focalisation, somnolence, apaisement, ratification et réveil.
 - b) Focalisation, ratification, dissociation, doubles liens et encouragements.
 - c) Focalisation, dissociation, fermeture des paupières, approfondissement et réveil.
3. Avant de faire un scanner en hypnose Méthode Dolfino® il faut :
 - a) Mettre la personne en transe très profonde.
 - b) Vérifier s'il y a un diagnostic médical.
 - c) Attendre la dixième séance.
4. Avant de faire une séance d'hypnose il faut :
 - a) Se laver les mains.
 - b) Définir l'objectif.
 - c) Faire une heure de méditation.
5. Pour créer la synchro il faut :
 - a) S'habiller de couleur claire.
 - b) Mettre de la musique.
 - c) Observer et imiter sans singer.
6. Parmi les règles du jeu de l'hypnose Méthode Dolfino® on retrouve :
 - a) Faire des suggestions directes, imposer sa vision du monde à l'autre et prendre une voix monocorde.
 - b) Toujours chercher la cause dans le passé de la personne guidée, interpréter ce que voit la personne guidée et laisser la personne guidée seule pendant 5 minutes.
 - c) Garder le contact, avoir une attitude de jeu et être en synchro.

7. Un objectif doit :
- a) Être beau, comporter « je voudrais » et être impossible à réaliser.
 - b) Se situer très loin dans le temps, ne pas pouvoir être réalisé seul et comporter des négations.
 - c) Être bref et précis, affirmé au présent et formulé de façon positive.
8. Le voyage archétypal utilise :
- a) Des symboles universels.
 - b) Des animaux sauvages.
 - c) Des chiffres et des lettres.
9. Dans l'alignement harmonique il faut :
- a) Améliorer la ligne avant de la survoler.
 - b) Survoler le ligne et l'améliorer ensuite.
 - c) Nouer les deux lignes autour de la tête.
10. Dans le voyage archétypal, le symbole représentant le père est :
- a) L'arbre.
 - b) La montagne.
 - c) L'océan.