

Programme de formation

INTITULE : Formation PNL niveau 1 (La porte pour mieux communiquer)

DUREE ET LIEU DE FORMATION

Durée en heures : 14 heures (2 journées) de 9h à 12h30 et de 14h00 à 17h30

PUBLIC CONCERNE

Tout public

PREREQUIS

Aucun

TARIF

350 € TTC

MODALITES

- En présentiel
- Action de formation

NOMBRE DE STAGIAIRES

8 personnes maximum

ACCESSIBILITE DES PERSONNES HANDICAPEES

Oui, Prise de contact pour évaluer les aménagements possibles au 06 40 59 37 90

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Maîtriser les outils fondamentaux de la Programmation Neuro-Linguistique (PNL) pour optimiser la communication,
- Etablir un rapport de confiance, et adapter les interactions en fonction des besoins spécifiques des individus.
- Appliquer les techniques de la PNL, telles que la détermination d'objectifs, le métamodèle linguistique, les ancrages et les mouvements oculaires, pour améliorer l'efficacité des pratiques professionnelles et l'accompagnement personnalisé.

Déroulé Pédagogique

Jour 1 : Découverte des fondamentaux et pratiques de base (7 heures)

Accueil et introduction

- Présentation du participant et du formateur.
- Objectifs de la formation et déroulé des deux jours.
- Tour de table pour connaître les attentes du participant en lien avec les objectifs pédagogiques.

Introduction à la PNL

- Historique, philosophie et principes fondamentaux.
- Les présupposés de la PNL et leur lien avec l'objectif de communication optimisée.

La carte n'est pas le territoire

- Compréhension des perceptions individuelles.
- Exercice : Illustration des différences de perception pour adapter les interactions.

Le système de perception

- Exploration des filtres neurologiques, socioculturels et personnels et leur impact sur l'accompagnement.

Détermination d'objectifs

- Techniques pour définir un objectif clair et atteignable.
- Application en lien avec l'objectif d'accompagnement personnalisé.

Le rapport en PNL

- Développer des relations de confiance grâce à la calibration et à la synchronisation.

Approfondissement du rapport

- Thèmes : Calibration, reformulation, synchronisation.
- Exercices pratiques : Développer la capacité à établir un lien de confiance.

Prédicats linguistiques et sous-modalités

- Identifier et utiliser les prédicats pour améliorer la communication.
- Exercices pratiques : Ajuster la communication en fonction des besoins spécifiques.

Jour 2 : Approfondissement et intégration des outils (7 heures)

Retour sur la journée 1

- Questions-réponses.
- Rappel des techniques déjà abordées et de leur application.

Le métamodèle

- Outil pour clarifier et enrichir la communication.
- Exercice : Pratique d'un langage précis et impactant.

Le cadre de "Faire comme si"

- Méthode pour explorer des alternatives et renforcer l'autonomie des participants.

Feedback et partage

- Donner un retour constructif pour renforcer la progression des bénéficiaires.

Détermination d'objectifs en pratique

- Atelier : Application de la technique dans un contexte réel ou simulé.

Exercice global

- Synthèse : Détermination d'objectifs + Rapport.
- Atelier pratique : Intégration des compétences acquises.

L'ancrage simple

- Technique pour créer des états internes positifs.
- Exercices pratiques : Mise en œuvre dans des situations concrètes.

Les mouvements oculaires

- Exploration des liens entre les mouvements oculaires et les processus cognitifs.
- Exercices pratiques : Utilisation pour enrichir l'accompagnement.

ORGANISATION DE LA FORMATION

Clôture de la formation

- Questions-réponses finales.
- Questionnaire d'évaluation des acquis.
- Remise d'un livret récapitulatif et attestation de formation.

Équipe pédagogique :

Madame DABADIE Patricia Hypnothérapeute, Formatrice en PNL

MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES PREVUS :

- Documents imprimés et supports numériques
- Un livret sera distribué
- Vidéoprojecteur
- Exercices et cas pratiques

SUIVI DE L'EXECUTION ET EVALUTION DES RESULTATS DURANT LA FORMATION

- Une évaluation continue sur l'aspect technique des exercices et des pratiques se déroulera tout au long de la formation.
- Attestation de Formation.
- Un questionnaire de satisfaction à chaud

CONDITIONS D'INSCRIPTION

- Après un premier contact au 06 40 59 37 90, vous recevrez un devis et la convention ou le contrat professionnelle à signer

DELAIS D'ACCES A LA FORMATION :

- Le futur apprenant peut entrer à tout moment jusqu'à la veille de la formation
- Si l'inscription est dans les 10 jours avant la date de formation, le stagiaire s'engage à renoncer à son droit de rétraction légal de 10 jours

Programme de formation mis à jour le 17/04/2025