



## Accompagner les changements – niveau 1 (Technicien PNL – formation certifiante) – 8 jours



### Public ciblé :

Cette formation est particulièrement recommandée à ceux qui souhaitent améliorer la qualité de leur communication et qui s'intéressent aux méthodes et outils permettant le développement du potentiel humain : le leur et celui des personnes qu'ils accompagnent dans leur évolution.

Cette formation s'adresse aux professionnels des secteurs suivants :

- Entreprise : managers, cadres, responsables des ressources humaines, commerciaux, professionnels en contact avec la clientèle
- Education : enseignants, formateurs, éducateurs, orthophonistes, animateurs ...
- Santé et relation d'aide : coachs, psychologues, infirmières, travailleurs sociaux ...
- Sport : préparateur mental, sportif de haut niveau, éducateur sportif ...

### Les bénéfices de cette formation :

Ce module certifiant de Technicien PNL vous apportera tout d'abord une attitude, **une manière positive d'aborder la vie, les relations aux autres et à vous-même.**

Ce module vous proposera aussi une **méthodologie**, une façon respectueuse et compétente d'intervenir, de communiquer. Vous pourrez mieux faire passer vos messages, vous faire comprendre facilement, adapter vos comportements et **interagir avec succès** avec vos interlocuteurs grâce à des outils efficaces et pertinents de communication.

Ce module vous donnera enfin les prémices d'une fabuleuse boîte à outils pour permettre le **changement.**



**Prérequis :** aucun

## **Objectifs pédagogiques :**

- Établir ses objectifs de communication pour mieux les atteindre
- Explorer sa représentation de la réalité
- Entrer facilement en relation
- Communiquer avec aisance
- Aider son interlocuteur à clarifier ses objectifs
- Utiliser les moyens d'influence pour convaincre avec intégrité
- Mobiliser ses ressources personnelles
- Changer les problèmes en solutions

## **Programme détaillé**

### **Introduction à la PNL**

- Histoire de la PNL, philosophie, acteurs et contributeurs

### **Les bases de la communication en PNL**

- Les Présupposés
- Explorer sa réalité et celle de son interlocuteur
- Faire la différence entre notre perception des choses (la carte) et la réalité (le territoire)
- Connaître les filtres et les processus qui orientent notre perception du monde
- Expérimenter que tout est lié (le physique, l'émotionnel et les pensées) grâce à l'index de computation
- Développer l'écoute active et le non jugement

### **Communiquer avec aisance**

- Décoder les messages verbaux et non verbaux grâce à la calibration
- Créer un climat de confiance avec les techniques de synchronisation
- Prendre conscience des bulles et des distances de confort
- Comprendre son propre mode de communication et celui de son interlocuteur grâce aux prédicats
- Explorer ses capacités d'observation et de perception
- Développer son acuité perceptuelle grâce au chevauchement
- Suivre et guider son interlocuteur pour établir une communication fluide



## Atteindre ses objectifs

- Faire la différence entre un objectif, un but et une finalité
- Intégrer la puissance de la finalité pour réaliser ses objectifs
- Savoir se poser des objectifs réalistes et les formuler correctement
- Connaître la notion d'état présent (EP), d'état désiré (ED) et d'écologie (au sens pnl)
- Explorer ses objectifs, but et finalité, grâce au questionnaire EP-ED-ECO
- Lever les freins qui nous limitent
- S'engager dans ses choix et ses actions
- Visualiser pour mieux réussir

## Développer son relationnel et l'art du langage

- Savoir faire passer ses remarques (feedback) de manière objective et motivante
- Comprendre l'importance des mots, l'impact de la négation et la puissance de la reformulation
- Développer l'art du questionnement pour aider son interlocuteur à exprimer ses pensées
- Savoir poser le débat sur des bases saines et objectives pour se comprendre sans ambiguïté
- Développer l'art de la répartie et maîtriser son discours grâce au méta-modèle
- Savoir écouter au-delà des mots
- Décoder sa relation aux autres grâce aux positions perceptuelles
- Savoir prendre du recul face aux situations difficiles

## Vers le changement : mobiliser ses ressources personnelles

- Explorer ses états internes et la puissance de ses émotions
- Comprendre l'impact des émotions sur ses comportements et sur sa communication
- Apprendre à se défaire d'un état interne négatif ou stressant
- Se mettre dans un état positif avec la méthode de l'ancrage et le cercle d'excellence
- Savoir se positionner et développer ses actions
- Se défaire d'habitudes inefficaces

## Accompagner l'autre vers plus d'autonomie et d'efficacité

- Utiliser le langage transformationnel pour accompagner l'autre
- Aider son interlocuteur à explorer le sens de ce qu'il vit grâce aux techniques de recadrage
- Jouer avec les sous-modalités pour installer un changement
- Désactiver la puissance d'une image négative (vécue ou imaginée) grâce au swish
- Installer une vision positive et réaliste des choses pour avancer
- Prendre du recul dans des situations stressantes et être plus efficace grâce à la simple dissociation
- Installer de nouveaux comportements grâce au « générateur de nouveau comportement »



## Approche pédagogique :

Cette formation vous amènera bien plus qu'une meilleure communication. Elle vous éclairera sur vos objectifs, vos motivations, vos points forts. Vous saurez communiquer, déjouer les pièges des joutes verbales, trier vos idées rapidement et vous positionner. Vous adopterez certainement un nouveau langage.

Cette démarche s'appuie sur des techniques puissantes et respectueuses de soi et de l'autre qui ont fait leurs preuves depuis de nombreuses années et que vous vous approprierez à votre façon.

- Apports théoriques, mises en situation, échanges et debriefing sur les réussites et les axes de progrès.
- Support pédagogiques pour les stagiaires.
- Formation certifiante (8 jours) : un certificat de Technicien en PNL sera remis aux stagiaires ayant réussi au test de certification.



La certification NLP, USA est reconnue en France et à l'International.

Suite à votre certification sur ce niveau, vous pourrez accéder au niveau 2 : le niveau de praticien en PNL.

**Intervenante :** Isabelle Barbanson

Enseignante certifiée en PNL (Programmation Neurolinguistique) par la Society of NLP (USA), spécialiste des questions de développement personnel, de communication interpersonnelle, de management et d'accompagnement au changement.

## Durée & Lieu

Durée de la formation : 8 journées de 7h, soit 56h de formation.

Pour connaître les prochaines dates, veuillez consulter le calendrier des formations.

Lieu : Montpellier ou Vendargues.

## Montant

**1 750 € entreprise & 1 150 € particulier**

### Ce montant inclut :

8 jours de formation, la mise à disposition du matériel pédagogique, la remise d'un livret reprenant les exercices, les concepts et une bibliographie complète, la certification Technicien PNL, sous réserve de réussite à l'examen de fin de formation.