

La PNL : l'essentiel

Public concerné :

Toute personne désirant connaître les principes de base de la Programmation Neuro-Linguistique (PNL).

Prérequis :

Aucun prérequis technique ; curiosité pour les outils de communication bienvenue.

Objectifs :

Apprendre et comprendre les outils de base de la PNL.

Sanction :

Certificat de réalisation.

Contenu de la formation :

Journée 1 : Description et origines de la PNL.

Appréhender les origines de la PNL afin de bien comprendre ses objectifs et possibilités :

- ▶ Idées clefs et présuppositions.
- ▶ Le "modèle du monde".
- ▶ Registre sensoriel, perception.

PNL et développement personnel :

- ▶ Les composantes de l'expérience subjective.
- ▶ La stratégie d'objectif.
- ▶ Critères, valeurs et croyances.

Journée 2 : PNL et communication.

Appliquer au quotidien des principes efficaces et pratiques pour entretenir, développer, améliorer la communication :

- ▶ Le langage et son "méta-modèle".
- ▶ Points essentiels du comportement.
- ▶ Verbal et non-verbal.
- ▶ Calibration et synchronisation.
- ▶ Micro et macro comportements.

Exercice de mises en application sur situation réelle et/ou vécues.

- ▶ Analyses de cas

Méthodes d'intervention :

Quiz.

Tests de personnalités.

Vidéos.