Découvrir la PNL

Durée : 3 jours, 21h **Tarif :** 1200 € HT

Réf : E0510

Points forts : Chaque concept fait l'objet d'exercices pratiques et de mises en situations.
Rythme en discontinu pour une expérimentation inter session.

Objectifs

- Se synchroniser sur son interlocuteur
- Identifier ses croyances limitantes
- Pratiquer les techniques d'écoute
- Fixer des objectifs précis

Programme

❖ Qu'est-ce que la communication ?
❖ Qu'est-ce que la PNL (programmation neuro linguistique) ?
❖ Quel est le lien entre la PNL et la communication ?

▶ **On ne peut pas ne pas communiquer**

- La communication verbale.
- La communication para-verbale.
- La communication non verbale.

▶ **La transmission de l'information dans nos cerveaux**

- Le cerveau instinctif.
- Le cerveau émotif.
- Le cerveau logique.
- Comment se diffuse l'information ?

▶ **Les outils et techniques PNL aidant la transmission de l'information dans nos cerveaux.**

- La synchronisation.
- L'écoute active.
- La reformulation.
- Les 5 sens (le VAKOG).
- Les outils de questionnement.
- Tri sur toi, tri sur l'autre.
- Bienveillance et respect.

▶ **Retour sur expérience : Ce qui a été expérimenté concrètement**

- Les réussites.
- Les difficultés.

▶ **Approfondissement sur la base des besoins exprimés**

Démarche pédagogique

Chaque concept fait l'objet d'exercices pratiques pour une intégration progressive des concepts.
Méthodologie pour se fixer des objectifs, comme un art de vie.
Le niveau 2 est fortement préconisé pour appliquer les acquis.
Formateur : Certifiée Maître praticien en PNL

Public

Manager, commercial, formateur, consultant, animateur, souhaitant découvrir la PNL et l'utiliser pour améliorer sa communication avec les autres, et rester maître de ses choix

Prérequis

Aucune exigence spécifique.

Modalités d'évaluation

Evaluation des acquis tout au long de la formation avec des exercices pratiques et des quizz.
Chaque participant complète également un test de positionnement en amont et en aval pour valider les compétences acquises.

5 453 personnes formées en 2022

Dates de session

Nous consulter

194, rue de la Ronce
76230 ISNEAUVILLE

www.ceppic.fr

Toutes nos formations sont réalisables sur mesure en intra-entreprise

CONTACT
Isabelle PROTAIS
02.35.59.44.17
isabelle.protais@ceppic.fr