



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 : Formatrice certifiée Maître praticien en PNL. Formatrices expérimentées, sélectionnées par le CEPPIC pour leurs compétences techniques et leur expérience significative tant sur le sujet traité qu'en matière de pédagogie.

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.



Contact et Inscription

Isabelle PROTAIS 02.35.59.44.17 - isabelle.protais@ceppic.fr

Toutes nos formations sont réalisables sur mesure en intra-entreprise

CEPPIC 194, rue de la Ronce 76230 ISNEAUVILLE - www.ceppic.fr

Accessibilité de la formation

Nos locaux sont accessibles aux personnes à mobilité réduite et disposent d'un ascenseur permettant l'accès à l'étage.

Pour toute question relative à l'accessibilité ou à l'aménagement de votre formation, vous pouvez contacter nos référents handicap : referenthandicap@ifa-rouen.fr

Indicateurs clés

916 personnes formées en Management et Communication en 2025

92 % Taux de satisfaction à chaud 2025

Dates de session

Mises à jour le 19/08/2026

Nous consulter



Contact et Inscription

Isabelle PROTAIS 02.35.59.44.17 - isabelle.protais@ceppic.fr

Toutes nos formations sont réalisables sur mesure en intra-entreprise

CEPPIC 194, rue de la Ronce 76230 ISNEAUVILLE - www.ceppic.fr