Initiation à la PNL Programmation Neuro-linguistique

Durée : 2 jours.

Public :

Toute personne désireuse de se familiariser aux outils et méthodes de la PNL dans le but de mieux comprendre et se faire comprendre par l'autre.

Objectifs :

Découvrir la PNL, ses techniques et outils. Se sensibiliser à la découverte de notre carte du monde et de l'importance de s'adapter à celle de son interlocuteur. Se familiariser aux différentes méthodes de communication (verbales ou inconscientes). Apprendre à écouter l'autre, questionner, reformuler efficacement.

Pré-requis :

Aucun prérequis n'est nécessaire pour participer à cette formation.

Méthodes :

Alternance entre exposés théoriques et pratiques, mise en situation sous la forme de simulations, exercices et auto diagnostics.

Evaluation :

L?évaluation des acquis se fait tout au long de la session au travers des multiples exercices, mise en situation et étude de cas à réaliser. Le formateur remet en fin de formation une attestation avec les objectifs acquis ou non par le stagiaire.

Découvrir la programmation Neuro-Linguistique

Comprendre que la PNL est un modèle, pas une théorie
Les fondements de la PNL
Intégrer les présupposés de la PNL indispensables
Comprendre l'impact des trois pôles du fonctionnement humain

Créer un rapport grâce à la synchronisation

Comprendre l'impact de la synchronisation dans la relation
Connaître les différentes formes de synchronisation utilisées en PNL
Apprendre à se synchroniser naturellement

Mieux se connaitre grâce à la PNL et à l'analyse transactionnelle

Connaissance de son « égogramme » pour mieux cerner les aspects positifs de sa personnalité
Examen des transactions ou échanges qui facilitent ou bloquent la communication
Découverte de ses « positions de vie » les plus fréquemment adoptées
Constat de leur influence sur la communication
Intégrer les postulats d'une relation gagnant-gagnant et d'un état d'esprit basé sur la coopération

La communication à travers la PNL

Règles de base de la perception et construction de notre modèle du monde
Les 3 canaux de communication (visuel, auditif, kinesthésique) et l'utilisation des mots sensoriels
Le VAKOG : observer et intégrer les informations avec nos cinq sens
L'importance de la communication non-verbale avec l'utilisation de techniques spécifiques
Repérer les imprécisions du langage du « Métamodèle » pour une représentation réaliste des faits
Apprendre à connaître l'autre pour mieux vous faire comprendre
Découvrir les différentes « cartes du monde » de la PNL pour rencontrer l'autre dans sa différence
L'écoute active et la reformulation
Calibrer le langage corporel avec les prédicats linguistiques et les mouvements oculaires
Savoir créer et maintenir le rapport avec la Synchronisation PNL

Modalités d'accès : Adeos valide avec le candidat, qu'il possède bien les compétences et les prérequis nécessaires au suivi de la formation.
Délais d'accès : Nous contacter.
Accessibilité aux personnes handicapées : Nos locaux sont aux normes d'accueil pour les PMR, pour les autres handicaps nous contacter afin de pouvoir adapter la formation ou bien vous orienter vers un organisme partenaire.

adeos FORMATIONS
contact@adeos-formations.com
T : 04 69 64 72 07
www.adeos-formations.com