

## Les bases de la PNL (Programmation Neuro Linguistique).

● Formation à distance, ● Formation en présentiel




**PUBLIC**  
Toutes personnes souhaitant apprendre à mieux communiquer




**TARIF HT sans Certif.**  
Individuel ou Intra 3600 €  
En groupe 750 €  
**TARIF HT avec Certif.**



**DURÉE**  
21 heures



**PRÉREQUIS**  
Aucun



5 à 12



**ACCESSIBILITÉ PSH**  
Nous consulter pour étude de faisabilité



**DÉLAIS D'ACCÈS**  
E-learning : 5 jours.  
Individuel : 15 jours.  
En groupe : 15 jours dès quota mini atteint

## CALENDRIER

### Entrée permanente

Lieu : En entreprise, au centre ou en distanciel

Cette formation met à votre disposition les notions fondamentales de la PNL et vous engage dans un parcours d'optimisation de votre communication. Par la mise en pratique de méthodes et de techniques, vous serez en mesure de clarifier et de gérer de façon optimum votre relation aux autres dans un cadre professionnel. Grâce à une formation active et participative, vous prendrez la mesure de cet outil incroyable de transformation de soi.

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Communiquer de façon positive avec ses interlocuteurs, clients, collaborateurs
- Identifier les formes de communication directes et indirectes : un savoir-faire essentiel dans l'accompagnement au changement
- Être capable d'adopter une posture d'accompagnement
- Transformer ses convictions pour développer confiance et affirmation
- Gérer les tensions internes et externes
- Clarifier une demande
- Acquérir des techniques d'entretien et de recueil d'informations pour construire un plan d'intervention
- Effectuer des recadrages à de multiples niveaux de communication
- Étudier une problématique en créant un rapport collaboratif
- Savoir questionner pour lever les freins
- Agir de manière concrète pour améliorer son environnement professionnel

## NOS POINTS FORTS

Formation axée sur la transposition en situation de travail pour plus d'efficacité  
Tous nos apprentissages sont dispensés en présentiel et à distance, en simultané au besoin  
Formation Inter ou Intra

## **MODALITÉS D'ÉVALUATION**

Pas d'examen, mais des feedbacks tout au long de la formation. Retours d'expérience.

## **MODALITÉS D'ACCOMPAGNEMENT**

Approche active intégrant des études de cas, des mises en situation avec utilisation d'éléments issus du quotidien

Les cours se veulent participatifs pour placer l'apprenant en interaction durant son apprentissage

Alternance théorie et pratique

## **SUIVI DE L'EXECUTION DE L'ACTION**

Feuilles de présence signées par le stagiaire et le formateur par séance de formation. Attestation de fin de stage accompagnée d'un certificat de réalisation. Enquête de satisfaction en fin de formation.

## **PROFILS DES FORMATEURS**

Formateurs en management & efficacité professionnelle ayant une expérience dans leur domaine d'intervention de trois ans au minimum. Optimum Formation veille à ce que les membres de son équipe assurent une veille continue des outils et méthodes pédagogiques. Nos formateurs se veulent pragmatiques, afin de permettre à chacun d'appliquer les contenus enseignés concrètement sur le terrain.

## Contenu de la formation

### COMMUNICATION

- Les multiples niveaux de la communication
- Repérer un canal sensoriel et adapter sa communication
- La communication non verbale
- Savoir questionner efficacement avec le métamodèle
- Étudier une problématique avec le model SCORE
- Établir un rapport collaboratif
- Savoir se préparer à un événement constituant un enjeu important
- Recadrer avec élégance
- Repérer les distorsions cognitives

### ACCOMPAGNER DANS LA GESTION EMOTIONNELLE ET MOTIVATION

- La représentation d'un événement gênant
- Dépasser les freins à l'évolution personnelle et professionnelle
- Désactiver l'influence des expériences négatives pour rebondir
- Présentation des méta programmes
- Reconnaître les stratégies de réussite
- Savoir déceler les critères professionnels et personnels de motivation
- Sélection et intégration des critères de satisfaction
- Mise en phase des critères de satisfaction avec le projet de vie privée ou professionnelle

### LES OUTILS DE CHANGEMENTS

- Outil de mise au jour des valeurs ;
- Les positions de perception ;
- Le chemin de vie ;
- Savoir déceler les métaprogrammes de réussite.