

Public :

Toute personne qui souhaite développer ses compétences comportementales en situation professionnelle.

Pré-requis / Aptitude / Compétences : sans niveau spécifique

Évaluation :

Le formateur s'appuiera sur la qualité des réponses fournies lors des cas pratiques, exemples, tours de table.

Durée / Tarifs :

2 jours soit 14 heures
Inter ou intra

Intervenante :

Nathalie LECLEF

Fondatrice et responsable depuis 2008 SOLUT-IS (Coaching -Facilitateur, Formation, Bilan de compétences)

Auparavant, 14 ans en management de centre de profit dans les métiers de l'ingénierie

Praticienne certifiée en coaching structurel

Maître Praticien certifié en

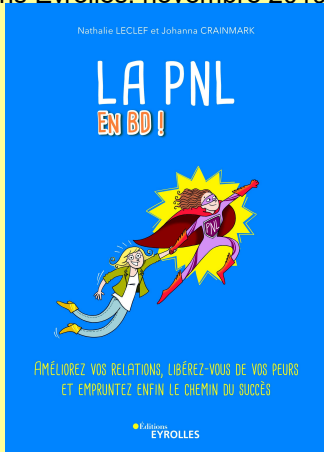
Ennéagramme et en PNL

Certifiée sens de la vie – sens du travail niveau II

Bibliographie :

La PNL en BD,

Editions Eyrolles, novembre 2019



Objectifs généraux :

disposer d'outils face à ses questionnements

- Ressentez-vous le besoin de sortir d'une mauvaise habitude ou de diminuer l'impact d'un mauvais souvenir ?
- Souhaitez-vous être compris et faire passer votre message ?
- Aimerez-vous mettre toutes les chances de votre côté pour obtenir un résultat ?

A l'issue de la formation, les participants seront en capacité de :
mieux prendre leur vie en main
communiquer plus efficacement
repérer les éléments nuisibles pour sortir d'impasse
se libérer de peurs
se mettre intentionnellement dans un état émotionnel bénéfique
s'adapter au changement
emprunter le chemin du succès

Contenus :

Première journée : Initiation sur les thèmes mieux vivre et être bien, mieux communiquer et se libérer des peurs.

Présentation de la méthodologie et parcours de pré-supposés de la PNL

Présentation d'outils clefs de la PNL

- le système sensoriel VAKOG
- les méta-modèles / les métaprogrammes
- la synchronisation
- les états ressources
- la dissociation, les sous modalités
-



Deuxième journée : Perfectionnement sur les thèmes mieux appréhender les changements et emprunter le chemin du succès

Présentation d'outils clefs de la PNL

- l'ancrage
- les bonnes stratégies
- et quelques bonus



La PNL propose des outils pour mieux vivre nos relations et mieux appréhender notre vie. Grâce aux méthodes concrètes, la PNL vous aidera à améliorer votre communication et à vous offrir des potentiels de changements vers la réussite

Méthode et organisation pédagogique :

Documents sous forme de fiches pratiques théoriques

Illustrations sur la base de cas réels

Mises en situation, Ateliers, fiche auto-coaching

Suivi individualisé, tenue d'un cahier personnel

Propositions de bibliographie pour approfondir la découverte des concepts proposés en formation