



FORMATION PRATICIEN PNL

Une formation qui change la vie

Les 4 premiers séminaires posent les bases théoriques de la PNL et l'intégration des outils nécessaires qui vous permettront de pratiquer les exercices (appelés protocoles en PNL) sur vous et sur les autres pour obtenir les changements désirés lors des 6 séminaires suivants.

PROGRAMME

WEEK-END 1 LES BASES THÉORIQUES DE LA PNL

Vous vous familiariserez avec les bases de la PNL, commencerez à intégrer les notions fondamentales et à observer sans interpréter.

Notions théoriques au programme :

- Notions sur la systémique, la sémantique générale, l'école de Palo Alto (MRI), etc.
- Le modèle PNL.
- Etude des présupposés de la PNL.
- Le modèle du monde
- Les étapes de l'apprentissage

WEEK-END 2 LA BOÎTE À OUTILS DE LA COMMUNICATION

Découvrez comment votre façon de parler et vous comporter à un impact direct sur la qualité de votre communication et de vos relations. En apprenant à maîtriser ses aspects vous deviendrez un excellent communicant en toutes circonstances.

Par exemple : mieux gérer vos relations personnelles, rendre plus faciles les interactions avec les personnalités dites difficiles, prévenir certains conflits, mieux vous faire entendre, gérer des réunions, parler efficacement en public, donner des instructions en fonction de son auditeur, etc.

Outils techniques au programme :

- Verbal / non-verbal
- Observation
- Synchronisation
- Feedback
- Reformulation
- VAKOG
- Prédicats
- Clés d'accès oculaires
- Niveaux logiques

WEEK-END 3 LA BOÎTE À OUTILS DES PROTOCOLES

Vous prendrez en mains les principaux outils utilisés dans les protocoles de PNL. Vous découvrirez comment le cerveau code vos expériences et comment en travaillant sur ce code grâce à des protocoles spécifiques vous pourrez changer émotions et comportements non-désirés.

Par exemple : gérer vos émotions, vous sentir mieux, gagner en confiance, trouver de nouvelles ressources pour vous et pour les autres, transformer vos expériences déplaisantes, etc.

Outils techniques au programme :

- Positions perceptuelles
- Calibration
- Clés minimales
- Interrupteurs de schémas
- Proxémique (distance)
- Sous-modalités
- Indices parasites
- Ancrages
- Association - dissociation

WEEK-END 4 RECUEIL D'INFORMATIONS ET DÉTERMINATION D'UN OBJECTIF

Savoir recueillir des informations avant d'entreprendre tout protocole est indispensable pour sa réussite.

Pour atteindre votre objectif final (méta-objectif), plusieurs étapes sont nécessaires et constituent un ensemble d'objectifs. Vous apprendrez donc à les définir et à correctement les formuler afin de pouvoir les atteindre.

Identifier les doubles-contraintes.

Etude des différentes structures (profondes, de surface, de référence)

Protocoles :

- Grille de recueil d'informations (anamnèse)
- Cadre d'objectifs
- Métamodèle (généralisation, omission, distorsion)
- Milton modèle

WEEK-END 5

PROTOCOLES POUR CHANGER LES COMPORTEMENTS

Vous apprendrez à réaliser les protocoles dédiés au changement des comportements qui vous dérangent en mettant en œuvre les outils acquis lors des premiers séminaires. Exemples de comportements : se mettre en colère, fuir une situation, se ronger les ongles, etc.

Respectez la carte de l'autre.

Protocoles :

- Identification des bénéfices secondaires
- Recadrage de contexte, recadrage de contenu
- Recadrage en six points
- Recadrage en une phrase
- Chunking
- Générateur de comportement nouveau

WEEK-END 6

PROTOCOLES POUR AMÉLIORER LES ÉTATS INTERNES

Vous apprendrez à mieux gérer vos émotions (appelés états internes en PNL), mettre fin à vos phobies et à gérer les conflits internes ou interpersonnels. Théorie des parties.

Congruence-incongruence.

Protocoles :

- Cadre commun
- Négociation entre parties (internes ou externes)
- Squash
- Collapse
- Fête des parties
- Double dissociation
- Changement d'histoire de vie

WEEK-END 7

PROTOCOLES POUR IDENTIFIER LES STRATÉGIES MENTALES

Les stratégies mentales permettent de savoir comment vous faites ce que vous faites. En décortiquant vos processus mentaux vous atteindrez plus facilement vos objectifs. Par exemple : mettre en place une stratégie de reconversion professionnelle, ou une stratégie de management efficace, vaincre la procrastination, etc.

La PNL a été au départ créée pour modéliser l'excellence, ce séminaire vous apprendra comment le faire.

Protocoles :

- Stratégies mentales
- Modèles ROLE et TOTE
- Décodage de stratégies
- Méta-programmes
- Modélisation

WEEK-END 8

PROTOCOLES MÉTAPHORIQUES

La métaphore est un puissant outil utilisé en PNL qui s'adresse à votre inconscient afin de stimuler vos ressources et augmenter vos compétences.

Elle est par excellence le véhicule de la communication indirecte.

Modifiez votre représentation de la réalité et exploitez des potentiels insoupçonnés.

Protocoles :

- Métaphore Ericksonnienne et autres métaphores
- Protocole du « comme si »
- Roue de la santé

WEEK-END 9

PROTOCOLES SUR LES CHANGEMENTS DE CROYANCES

Faites évoluer vos croyances limitantes qui vous emprisonnent dans des schémas répétitifs.

Apprenez à utiliser avec pertinence l'état de confusion et à transformer des représentations subjectives indésirables.

Vaincre phobies et traumatismes.

Protocoles :

- Ligne du temps
- Changement d'histoire
- Double-dissociation
- Changement de croyance

WEEK-END 10

QUOI FAIRE QUAND ? BILAN ET FEED-BACK

"*Quoi faire quand ?*" est l'aptitude du praticien à choisir le protocole adapté à la difficulté de son patient.

Vous effectuerez un bilan de compétence à travers un protocole.

Vous découvrirez vos pistes d'amélioration.

Vous vous évaluez et prenez conscience des progrès accomplis et du chemin parcouru sur le plan de votre développement personnel.

Feed-back général.

- Protocole d'évaluation
- Feedback final

« Ce programme est fourni à titre indicatif et peut être sujet à certaines modifications en fonction des besoins du groupe. Dans tous les cas, tous les éléments au programme seront traités dans l'année. »

