

PNL – Programmation Neuro-Linguistique

Bases PNL, 3 jours pour avancer (communication, gestion du stress, perception, stratégie...)



Préparation

J1 & J2 & J3

QUI PARTICIPE ?

Ce séminaire s'adresse aux professionnels de la communication (**managers, DRH, commerciaux, enseignants, coach, thérapeutes...**) et toute personne porteuse d'un projet de développement personnel et/ou professionnel.

QU'EST-CE-QUE LA PNL ?

- La Programmation Neuro-Linguistique - PNL est née au milieu des années 70 sur le campus d'une université californienne. Très rapidement, ses auteurs, **John Grinder et Richard Bandler**, l'ont rendue internationalement célèbre. Elle est aujourd'hui enseignée et pratiquée dans le monde entier.

- L'idée de départ est la suivante : **observer et décoder** comment font les professionnels "modèles" qui réussissent particulièrement bien dans leurs domaines : communication, management, négociation, relation d'aide, santé, pédagogie, performances sportives...

- Forts de ces observations des postures, du langage, du comportement, de la gestion des processus mentaux, des émotions, des valeurs, ... de ces "personnes modèles", J Grinder et R Bandler ont élaboré des **stratégies par étape** d'un succès accessible à tous.

- Ainsi la PNL est essentiellement pragmatique et tournée vers l'avenir. Elle offre des méthodes et techniques pour savoir **quelle est votre vision du monde, comment fixer vos objectifs, déployer vos ressources, mieux communiquer...** Elle s'applique aux différents contextes de la vie, personnelle et professionnelle, dans un objectif de réalisation personnelle respectant chaque individu.

LES « PLUS » DU SEMINAIRE...

- **Formation animée par un enseignant certifié en PNL** (environ 50 enseignants certifiés NLPNL en France)
- Exposés théoriques, démonstration et nombreuses **applications pratiques** en groupe.

QUELS BENEFICES ?

Les outils de base de la PNL qui vous aideront à :

- **Mettre à jour et clarifier vos objectifs**, valeurs et aspirations avec méthodologie.
- **Mobiliser votre intelligence émotionnelle** : conduite des états internes, états émotionnels ressource, motivation, gestion du stress, construction des croyances.
- **Valoriser votre communication** verbale et non verbale: écoute active, reformulation, résolution des conflits, négociation gagnant/gagnant.

J1 LE CADRE GENERAL DE LA PNL :

- ✓ L'origine et les préceptes de base de la PNL : étude de l'expérience, présupposés, responsabilisation personnelle et perception.
- ✓ Satisfaction et non satisfaction des besoins et valeurs.
- ✓ Définir un objectif opérationnel en 5 points et valider les critères.

J2 LA CONDUITE DES ETATS INTERNES (émotions)

- ✓ Identification et impact des états émotionnels.
- ✓ Accéder volontairement à un état ressource (ancrage),
- ✓ Modifier des réactions émotionnelles inadéquates et gérer le stress
- ✓ La construction des croyances

J3 LA COMMUNICATION VERBALE ET NON VERBALE :

- ✓ Les marques d'attention comme levier de développement.
- ✓ La communication verbale et non verbale, vision, interprétation.
- ✓ Ecoute active et reformulation pour établir un rapport de confiance.
- ✓ La direction de vie : penser l'avenir en cohérence avec vos aspirations personnelles.

Aysseline de Lardemelle – www.voiesdetournees.fr

Organisme de Formation agréé auprès de la DRCFP Ile de France : 11 75 44082 75

PNL – Programmation Neuro-Linguistique - Paris ou Nantes

Bases PNL, 3 jours pour avancer (communication, gestion du stress, perception, stratégies...)

INTER-ENTREPRISES : inscription individuelle

- DATES BASES PNL PARIS -----

- **J1 & J2 & J3** : 9, 10, 11 février 2012 **ou** 19, 20, 21 octobre 2012

- HORAIRES :

De 9h00 à 18h (9h30 le premier jour)

- TARIFS :

- Particulier : 540 €
- Entreprise HT (dont fond de formation, DIF) : 990 €

- **LIEU** : Métro Les Halles ou Lamarck-Caulaincourt (à confirmer)

- CONTACT INSCRIPTION :

Aysseline de Lardemelle

Tél. 06 10 26 11 80

Mail : aysseline.delardemelle@gmail.com

www.voiesdetournees.fr (formulaire d'inscription à télécharger pour particuliers ou entreprises)

- DATES TECHNICIEN PNL PARIS -----

- **Formation de 6 jours** : du 12 au 19 février 2012 **ou** du 22 au 27 octobre 2012

- HORAIRES :

De 9h00 à 18h (9h30 le premier jour)

- TARIFS :

- Particulier : 1200 €
- Entreprise HT (dont fond de formation, DIF) : 1600 €

- **LIEU** : Métro Les Halles ou Lamarck-Caulaincourt (à confirmer)

- DATES PRATICIEN PNL PARIS -----

- **Formation de 10 jours** : du 5 au 9 décembre 2011 **ET** du 20 au 24 janvier 2011

- HORAIRES :

De 9h00 à 18h (9h30 le premier jour)

- TARIFS :

- Particulier : 1900 €
- Entreprise HT (dont fond de formation, DIF) : 2600 €

- **LIEU** : Résidence d'Art à Joinville-le-Pont - Située tout près de Paris, à 50 mètres de la station de RER Joinville-le-Pont
-Face au Bois de Vincennes et à 100 mètres de la Marne

DATES BASES PNL Nantes -----

- **J1 & J2 & J3** : 5 au 7 décembre 2012 ou 20, 21, 22 février 2013 ou 4, 5, 6 décembre 2013

- **HORAIRES** :

De 9h30 à 18h soit 21 heures de formation (7 heures par jour)

- **TARIFS** :

- Particulier : 420 €
- Entreprise HT (dont fond de formation, DIF) : 850 €

- **LIEU** : ECAP, 58 rue Alfred de Vigny - 44300 NANTES

- **CONTACT INSCRIPTION PARTICULIERS** :

ECAP - Tél : 02 28 08 05 55

Mail : accueil@ecapnantes.fr

www.ecapnantes.fr

- **CONTACT INSCRIPTION ENTREPRISES (fond de formation, DIF)** :

Pour toute demande de devis entreprise :

Aysseline de Lardemelle

Mail : aysseline.delardemelle@gmail.com

www.voiesdetournees.fr (formulaire d'inscription à télécharger)

DATES TECHNICIEN PNL Nantes (6 jours) -----

- **J1 & J2 & J3** : 25, 26, 27 avril 2012 ou 17, 18, 19 avril 2013

- **J4 & J5 & J6** : 27, 28, 29 juin 2012 ou 26, 27, 28 juin 2013

- **HORAIRES** :

De 9h30 à 18h soit 42 heures de formation

- **TARIFS** :

- Particulier : 840 €
- Entreprise HT (dont fond de formation, DIF) : 1400 €

- **LIEU** : ECAP, 58 rue Alfred de Vigny - 44300 NANTES

- **CONTACT INSCRIPTION PARTICULIERS** :

ECAP - Tél : 02 28 08 05 55

Mail : accueil@ecapnantes.fr

www.ecapnantes.fr

- **CONTACT INSCRIPTION ENTREPRISES (fond de formation, DIF)** :

Pour toute demande de devis entreprise :

Aysseline de Lardemelle

Mail : aysseline.delardemelle@gmail.com

www.voiesdetournees.fr (formulaire d'inscription à télécharger)

DATES PRATICIEN PNL Nantes (12 jours) -----

- **J1 & J2 & J3 & J4** : 2, 3, 4 et 5 octobre 2012
- **J5 & J6 & J7** : 16, 17, 18 janvier 2013
- **J8 & J9 & J10** : 27, 28, 29 mars 2013
- + **J11 & J12** pour obtenir la certification NLPNL : 24, 25 juin 2012
ou 12 jours **d'octobre 2013 à juin 2014**

- **HORAIRES :**

De 9h30 à 18h soit 84 heures de formation

- **TARIFS :**

- Particulier : 1.920 €
- Entreprise HT : 2.640 €

- **LIEU :** ECAP, 58 rue Alfred de Vigny - 44300 NANTES

- **CONTACT INSCRIPTION PARTICULIERS :**

ECAP - Tél : 02 28 08 05 55

Mail : [accueil\(chez\)ecapnantes.fr](mailto:accueil(chez)ecapnantes.fr)

www.ecapnantes.fr

- **CONTACT INSCRIPTION ENTREPRISES (fond de formation, DIF) :**

Pour toute demande de devis entreprise :

Aysseline de Lardemelle

Mail : aysseline.delardemelle@gmail.com

www.voiesdetournees.fr (formulaire d'inscription à télécharger)

DATES MAITRE PRATICIEN PNL Nantes (18 + 3 jours) -----

- **J1 à J21** pour obtenir la certification NLPNL : à partir de novembre 2013 découposables en 3 fois 6 jours + 3 jours

- **HORAIRES :**

De 9h30 à 18h soit 147 heures pour 21 jours

+ suivre à nouveau **10 jours au choix en personne ressource (15 euros/j)**

- **TARIFS :**

- Particulier : 3.360 €
- Entreprise HT : 4.660 €

- **LIEU :** ECAP, 58 rue Alfred de Vigny - 44300 NANTES

- **CONTACT INSCRIPTION PARTICULIERS :**

ECAP - Tél : 02 28 08 05 55

Mail : [accueil\(chez\)ecapnantes.fr](mailto:accueil(chez)ecapnantes.fr)

www.ecapnantes.fr

- **CONTACT INSCRIPTION ENTREPRISES (fond de formation, DIF) :**

Pour toute demande de devis entreprise :

Aysseline de Lardemelle

Mail : aysseline.delardemelle@gmail.com

www.voiesdetournees.fr (formulaire d'inscription à télécharger)

INTRA-ENTREPRISE : réunissez vos collaborateurs sur toute la France

- **DATES** : Nous contacter pour organiser un séminaire PNL en intra-entreprise :
 - Aysseline de Lardemelle,
 - Tél. 06 10 26 11 80,
 - Mail : aysseline.delardemelle@gmail.com,
 - www.voiesdetournees.fr

- **TARIFS** Intra Entreprise (entre 6 et 16 personnes parmi vos collaborateurs) :
 - **4.500 €HT** pour les 3 jours

SUITE A LA FORMATION BASES PNL DE 3 JOURS (programme en première page), VOUS POUVEZ POURSUIVRE LA CERTIFICATION EN PNL :

Module TECHNICIEN PNL – 6 jours

OBJECTIFS

Intégration et approfondissements des outils du niveau 1 (base PNL) pour :

- **Créer un rapport de confiance dans la communication interpersonnelle,** avec approfondissement des outils de communication non verbale, développement du sens de l'observation et de l'écoute et applications pratiques
- **Maîtriser les techniques de préparation mentale,** visualisation construite et positive, gestion du stress, modes d'apprentissage, accueil et gestion émotionnelle, techniques de changements (swish, recadrage,...)
- **Travail approfondi sur le système de valeurs et de croyances personnelles :** connaître ses critères d'évaluation et ses filtres

PROGRAMME DE CERTIFICATION

- **Approfondir votre qualité relationnelle :** comment un modèle clair peut vous permettre de situer et d'adapter votre communication verbale et non verbale à celle de votre interlocuteur en tenant compte de ses propres systèmes de représentation.
- **Le Training Mental :** comment utiliser les dernières découvertes liées au fonctionnement du cerveau pour accroître ses capacités d'évolution et de changement. «Perceptions sensorielles, intensification des expériences ressources, modification d'expériences négatives, etc. »
- **Les modes de questionnements efficaces :** la qualité de votre accompagnement est directement liée à la qualité des questions que vous posez. Comment poser la bonne question et obtenir pour vous et pour les autres une bonne évaluation de la situation choisie, un savoir-faire essentiel dans la pertinence d'un entretien, d'une résolution de conflit ou tout simplement dans le cadre de votre développement personnel et/ou professionnel.
- **Les systèmes de valeurs et de croyances :** découvrir comment se construit un système de valeurs et de croyances. Savoir mesurer ces conséquences sur les plans personnel, social et professionnel, à court moyen et long terme.
- **Les formes de communication Ericksonienne :** les formes de langage direct et indirect sur lesquelles s'appuie tout le « savoir-faire du Docteur M. Erickson », essentielles dans tout bon accompagnement au changement.
- **Les processus de motivation spécifiques :** relever chez soi ou chez ses collaborateurs les éléments essentiels pour un mode de communication intègre, efficace et constructif.
- **Les techniques de médiation et de recadrage :** savoir prendre en compte des visions opposées, accompagner vers des points communs, gérer les conflits, renforcer des alliances, changer des habitudes négatives, etc.

Module PRATICIEN PNL – 12 jours option

OBJECTIF

- **Prendre du recul sur votre vie**, faire le point sur les expériences passées qui parfois présentent une contrainte au développement futur
- **Construire votre vie présente et future** (cathédrale de vie) en rapport avec vos aspirations profondes.
- **Intégrer les techniques de développement personnel et de changement psychologique profond**, propres au niveau de certification du Praticien en PNL.

PROGRAMME DE CERTIFICATION

Ce cycle de 10 jours est vécu comme un des moments les plus importants du cycle PNL pour :

- **Clarifier les valeurs fondamentales** qui orientent vie personnelle et professionnelle.
- **Créer une vision claire et puissante** de l'avenir et donner plus de sens à celui-ci.
- **Transformer cette vision en objectifs opérationnels** définis à court et moyen terme.
- **Structurer vos actions** en fonction de votre situation personnelle et des projets souhaités.
- **Identifier et modifier vos croyances limitantes** en intégrant de nouvelles perceptions.
- **Modifier les habitudes ou les comportements répétitifs** qui ne vous conviennent plus, prendre du recul et intégrer de nouvelles réactions émotionnelles en situation de stress.
- **Dépasser vos peurs, phobies et traumatismes**, grâce à la technique de double dissociation.
- **Mettre en lien différentes parties de votre personnalité** pour créer d'avantage de cohérence et limiter vos tiraillements dans votre vie.

Vous découvrirez notamment :

- **La puissance des questions**, impacte sur la vision du monde, système de croyances, mode d'évaluation et de décision.
- **L'organisation des domaines de vie** (personnel, social, professionnel).
- **La fonction 'intelligente' des émotions** plaisantes et déplaisantes.
- **Les 4 grands modes de gestion de des émotions**, (joie, peur, colère, tristesse), et les constructions psychologiques qui en découlent, avec leurs conséquences sur le système de valeurs et de croyances personnel.
- **Les modes d'accompagnement possibles** face aux systèmes de croyances.
- **L'accueil et les modalités possibles de changement** d'une croyance limitante.
- **La gestion des comportements négatifs** à partir de leurs sources émotionnelles ou situations réactionnelles répétitives.
- **Les modes d'accompagnement possibles** face aux traitements des traumatismes importants (choc émotionnel, phobie, agression diverses).
- **Le processus spécifique** de traitement des phobies.
- **La négociation de parties internes**, gestion des tiraillements internes et harmonisation des systèmes de valeurs et de croyances intérieure.

Une part importante de ce séminaire est consacrée au développement de votre propre projet de vie ainsi qu'à votre pratique de l'accompagnement dans ce sens.

Un certain nombre d'apports relatifs aux modes d'accompagnements **propres à l'Hypnose Ericksonienne** sont donnés au cours des différentes journées de la formation.

**« 2 jours, J11 et J12, pour obtenir
la certification Praticien selon les critères NLPNL »**

Ces 2 journées reprennent l'ensemble des programmes PNL et sont une occasion de faire preuve de votre maîtrise des différentes techniques apprises lors de toutes les sessions.

Votre certification de Praticien PNL découle de votre maîtrise de l'ensemble de ces techniques.

Module MAITRE - PRATICIEN PNL - 21 jours

Soit 3 modules de 6 jours chacun + 3 jours pour la certification NLPNL + 10 journées en tant que personne ressource à un tarif de 15 euros/jours.

OBJECTIF :

- Découvrir la nouvelle génération des **techniques de communication et de changement** propre à la PNL niveau Maître Praticien et à l'Hypnose Ericksonienne.
- **Assimiler par une pratique et une supervision suffisantes**, les savoir-faire spécifiques aux modes d'accompagnement, concernant l'ensemble des méthodologies et des techniques proposées dans la totalité du cursus PNL.
- **Valider votre pratique en supervisant d'autres personnes** dans l'intégration de ces techniques, afin de passer de la compétence à la maîtrise.
- **Développer de nouveaux champs d'application** possibles par votre expérience personnelle de la PNL, dans les domaines qui sont les vôtres.

* MODULE 1 - 6 jours

IMPORTANT : *chaque semaine de formation est indépendante l'une de l'autre.*

C'est pourquoi chacune des semaines peut être suivie dans l'ordre de votre choix !

- **Niveaux logiques de changement** et leurs liens avec l'ensemble des techniques PNL.
- **L'Hypnose Ericksonienne** et ses applications possibles sur l'ensemble des techniques apprises lors des différents niveaux précédents.
- **L'application du savoir-faire d'Erickson** dans les pratiques des techniques suivantes : Reimprinting (changement d'histoire de vie améliorée), submodalités avancées (modes de représentation et de gestion des ressources, Ligne du temps, "carré magique" (renforcement de ressources et croyances internes).
- **Des apports spécifiques nouveaux**, notamment en COHESION personnelle (démarche spécifique d'accompagnement et de développement personnel).
- **Travail sur la "Métaphore de vie"**, afin de découvrir l'enrichissement possible d'une vision du monde et le potentiel personnel qui en découle.

* MODULE 2 – 6 jours

IMPORTANT : chaque semaine de formation est indépendante l'une de l'autre.

C'est pourquoi chacune des semaines peut être suivie dans l'ordre de votre choix !

- **Révision des processus de changement** selon Erickson, avec les différentes applications possibles dans l'accompagnement des personnes et dans la gestion des groupes.
- **Les phénomènes hypnotiques** avec les formes de suggestion et de communications indirectes.
- **L'application de ces techniques** dans les domaines suivants développement personnel, management, relation de santé, apprentissage, préparation mentale, créativité, spiritualité, ...
- **L'Ennéagramme** (Nouveau) et ses applications en matière de communication et de changements, avec le travail sur l'identité fondamentale, les systèmes de valeurs et sur la "Raison d'Être".
- **Le Core-Process** : connexion à votre "être essentiel" et à partir de cette conscience élargie, apprendre à réévaluer et à dissoudre tous types de problèmes personnels avec intégration des éléments d'évolution personnelle nouveaux.
- **Les méta programmes** avancés et leur intérêt dans l'harmonisation de nos stratégies.
- **Le Design Human Engineering** (D.H.E) : nouvelle génération de techniques de transformation de vos perceptions de la réalité, pour renforcer encore les potentiels personnels.
- **Lien entre l'ensemble de ces techniques** et les niveaux logiques de changement.

* MODULE 3 – 6 jours

IMPORTANT : chaque semaine de formation est indépendante l'une de l'autre.

C'est pourquoi chacune des semaines peut être suivie dans l'ordre de votre choix !

- **Rappel des phénomènes Hypnotiques**, avec toutes les formes de suggestions et de communications verbales et non verbales.
- **Le modelage** : formaliser ses propres stratégies de réussite personnelle.
- **L'estime de soi**, image et représentation liées à nos modes de comportements personnels.
- **L'autobiographie** : exercices d'écriture spécifique avec accompagnement individuel.
- **Le swish "plus"**, avec applications spécifiques dans l'accompagnement de projet personnel.
- **Le correcteur de décision**, techniques d'ajustement des perceptions sensorielles.
- **Quoi faire quand ?** Nomenclature des situations et spécificités d'accompagnement.
- **Les compléments spécifiques** : apports et démonstrations spécifiques réalisés en fonction de la demande du groupe et en fonction des situations proposées.

Ce module inclut l'approfondissement des techniques de management du changement selon Erickson, la nouvelle approche du Design Human Engineering selon Richard Bandler, le travail de Core Process de Connirae Andreas ainsi que des apports complémentaires propres à l'évolution de nos pratiques de la PNL, réalisées en parallèle avec d'autres approches de développement personnel.

* MODULE 4 – 3 jours

CERTIFICATION NLPNL

Une certification de Maître Praticien au standards NLPNL est délivrée après :

- La démonstration de vos compétences au cours des séances d'évaluation réalisées au cours des différents programmes de la formation, ainsi que pendant les journées effectués en tant que personnes ressources.
- Un mémoire concernant les applications de la PNL dans un domaine de votre choix.
- Votre participation à au moins dix journées comme "Personne Ressource" sur les sessions de formation PNL de votre choix au tarif de 15 € /jour.