

BASES PNL



PUBLIC

Toutes personnes désirant se perfectionner dans les relations.



TARIF

450 € / personne
Repas non pris en charge



DURÉE

3 jours



PRERQUIS

Aucun prérequis



NOMBRE DE PERSONNES

5 à 12 maximum



Accessibilités PSH

Nous consulter pour étude de faisabilité



Attestation de formation

PRÉSENTATION DE LA FORMATION

Centrale à toute activité, la communication rythme nos vies. Pourtant il est parfois difficile de se faire comprendre et de garder toute son éloquence face à un public. Cette session de formation est conçue pour enrichir vos échanges professionnels et gagner en confiance et en efficacités lors de vos prochaines interactions.

OBJECTIF DE LA FORMATION

Comment de devenir un.e bon.ne communicant.e ?

- Acquérir les outils pour préparer son discours et travailler sa posture.
- Maîtriser de bonnes pratiques par la connaissance des règles de bases de la relation et la maîtrise du discours.

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 et Intra. Si vous optez pour des cursus en intra, nous pouvons élaborer avec vous un nouveau calendrier.

NOS MODALITES D'ÉVALUATION

Pas d'examen, mais des feed-back tout au long de la formation.
Retour d'expérience

MÉTHODES MOBILISÉES

Exposés théoriques, démonstrations et applications pratiques. Partage d'expérience en groupe.

Bienveillance et partage sont les maîtres mots de cette formation

Un livret pédagogique accompagne votre stage

LE PROGRAMME

LES FONDAMENTAUX DE LA COMMUNICATION INTERPERSONNELLE

Connaitre l'historique de la PNL
Comment se construit notre carte du monde
Connaitre les présupposés de la PNL
Comprendre les comportements

CRÉER UNE RELATION VRAIE

Découvrir la structure de l'expérience subjective
Maintenir un rapport de confiance
Appréhender l'écoute active

DÉNOUER LES CONFLITS

Apprendre à donner et recevoir les feed-back

APPRENDRE À FIXER DES OBJECTIFS CONCRETS

Définir un objectif
Maîtriser la technique de l'objectif en 5 points

GÉRER SES ÉMOTIONS ET CEUX DES AUTRES

Reconnaitre son état interne et ses émotions
Faire la différence entre associé et dissocié
Connaitre un ancrage
Connaitre les différentes techniques de l'ancrage

Prochaine sessions du :
17 au 19 février 2023

5 au 7 mai 2023