

PNL

Programmation Neurolinguistique

ACTION DE FORMATION AKTO

LIEU

Arradon
Ploemeur

DUREE

2 jours
14 heures

TARIF

350 euros

PUBLIC

Personnel non
enseignant des
établissements
scolaires privés
du Morbihan

PRE-REQUIS

Aucun

Accessible TH

OBJECTIFS

- Découvrir les fondements de la PNL
- Analyser le mécanisme de construction de notre réalité et identifier les critères de sélection
- Comprendre la dimension de la communication et mettre en place des techniques efficaces
- Clarifier ses objectifs personnels en facilitant le passage à l'action
- Développer l'écoute active et bienveillante (écouter et être écouté)
- Acquérir de la flexibilité dans sa communication
- Découvrir comment se construit un système de croyances et de valeurs

PROGRAMME

- Présentation de la PNL & les application de la PNL
- La construction de nos « cartes du monde »
Comprendre le mécanisme de construction de notre réalité
Définir les systèmes de représentation
- L'ancrage & l'écoute active
- Briser les barrières de la résistance et découvrir ses motivations internes
Canaliser l'esprit : les filtres et la zone de confort
- Élaborer vos objectifs vers plus de réussite
Le système 4MAT
Les objectifs SMART
- L'impulsion du choix, définir vos valeurs, intentions positives, vos objectifs,
Transformer l'échec en feedback
- Les croyances limitantes et aidantes
- Devenir un instrument du changement

MODALITES ET METHODES PEDAGOGIQUES

Cette formation est tournée vers la mise en action grâce à l'utilisation des méthodes Ludo-pédagogiques : participatives, démonstratives et interrogatives. Mobilisation de plusieurs méthodes pédagogiques afin de faciliter les apprentissages, de développer les potentiels et les compétences de chacun.

EVALUATIONS

Réflexion sur les applications concrètes que chacun peut mettre en œuvre dans son environnement. Bilan oral. Quizz collectif. Évaluation à chaud