



# La PNL, améliorez vos relations et atteignez vos objectifs

public

Toute personne désireuse de développer l'efficacité de ses relations professionnelles

objectifs

À l'issue de la formation, le stagiaire devra être capable de :  
- Mettre en pratique des méthodes simples et efficaces pour améliorer vos relations avec les autres et réussir à atteindre vos objectifs



durée

2 jours

pôle  
formation des  
industries technologiques

CRÉATEUR DE COMPÉTENCES

BRETAGNE

contenu

## Savoir observer pour mieux comprendre et agir avec efficacité

- La PNL et ses postulats
- La carte de la réalité : la carte n'est pas le territoire
- Les représentations sensorielles
  - comprendre les mécanismes de perception
  - comprendre les mécanismes d'évaluation et d'organisation de ce que nous percevons
  - comprendre le processus de choix, de motivation et de passage à l'action et s'en faire des alliés

## Prendre contact et communiquer

**Vous êtes en permanence en interaction avec les autres. Se faire comprendre et comprendre sont essentiels pour pouvoir réaliser vos attentes**

- Apprendre des autres : favoriser la meilleure compréhension et le meilleur respect mutuel
- Savoir créer l'empathie
- Utiliser des outils pour communiquer efficacement
- Le mimétisme comportemental

## Mettre vos objectifs à votre portée

- La découverte des objectifs
- La mobilisation des ressources vers un but
- Le maintien du cap sur l'objectif

## La PNL, outil de développement personnel et de savoir-être professionnel

- Vos compétences : les comprendre et les utiliser
- Vos difficultés : comment les surmonter
- Les techniques spécifiques de la PNL pour accroître votre motivation et dépasser vos freins

## Mobiliser vos ressources et capacités

- Le modèle SCORE

### démarche pédagogique

Apports théoriques  
Jeux de rôles  
Applications concrètes dans la pratique professionnelle des stagiaires

Une formation de niveau 2 est mise en place en fonction de la demande