

AXE EMERGENCE

10 RUE DES MARAIS CHATELAIS

27930 GUICHAINVILLE

Email: contact@axe-formation-pnl.fr

Tel: 0972401260



TECHNICIEN PNL Niveau 1 (Bases PNL) E-LEARNING

Les Clés de la Communication - Niveau 1 - Version 07/2023

APPRENDRE A GERER SES EMOTIONS ET A MIEUX COMMUNIQUER

Profils des stagiaires

- Tout public de + de 18 ans

Prérequis

- Aucun pré requis

Durée Equivalence de 21.00 heures (3.00 jours)

Modalités techniques

Formation en e-learning (à distance)

Délai d'accès : immédiat après paiement

Satisfaction des stagiaires 2022 : 10/10

AXE EMERGENCE

10 RUE DES MARAIS CHATELAIS

27930 GUICHAINVILLE

Email: contact@axe-formation-pnl.fr

Tel: 0972401260



Objectifs pédagogiques

- Connaître la PNL, ses outils et ses pré supposés
- Connaître les outils pour réussir à maîtriser son stress au travail et dans la vie privée
- Savoir déterminer un objectif clair, réaliste et réalisable
- Connaître les outils à utiliser pour mettre en place un état émotionnel aidant par rapport à une situation future contextualisée
- Connaître et savoir appliquer les techniques pour maîtriser ses états émotionnels
- Savoir proposer à une personne un travail d'ancrage pour l'aider à gérer ses états émotionnels
- Connaître l'intérêt de la mise en place la synchronisation verbale, non verbale et para verbale
- Savoir écouter l'autre, se mettre à sa place afin d'être capable d'adapter son message
- Connaître les bases d'une communication efficace et assertive

Contenu de la formation

- JOUR 1
 - LA PNL et ses origines
 - Les pré supposés de la PNL : outil clé pour améliorer sa relation à soi et aux autres
 - Comment définir un objectif clair, réaliste, réalisable et motivant avec la PNL
- JOUR 2
 - Les Etats internes ou états émotionnels : de quoi s'agit-il ?
 - Mettre en place un état interne aidant avec les techniques d'ancrage
 - Préparer une situation future grâce à l'ancrage de ressource
- JOUR 3
 - Les clés de la communication
 - Comprendre l'écoute active, la synchronisation et le rapport : éléments clés d'une communication efficace
 - Moduler la forme de son message pour l'adapter à son interlocuteur avec l'outil des positions de perception

Organisation de la formation

Equipe pédagogique

VALERIE HENRY - Responsable formations - Formatrice en Hypnose Ericksonienne, formatrice en PNL, Maître Praticienne en Hypnose Ericksonienne, Maître Praticienne en PNL, Coach PNL

Les formateurs peuvent être contactés par mail : contact@axe-formation-pnl.fr

Moyens pédagogiques

- Livret pédagogique complet
- Exposés théoriques en vidéos
- Démonstration en vidéos
- Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation.

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- QCM en fin de formation