



DECOUVRIR ET COMMENCER A UTILISER LA PNL POUR OPTIMISER SES CAPACITES MANAGERIALES

FORMATRICE : Bernadette PRICE. Titulaire d'une maîtrise de communication et comédienne amateur, j'ai dédié une grande partie des 15 dernières années à me former en développement personnel. Maître praticien en PNL, Praticien en hypnose ericksonienne, praticien en neuro-sémantique, en ennéagramme et coach certifié RNCP, ma passion pour le fonctionnement du cerveau, la gestion des émotions, les neurosciences et l'énergétique m'a amenée à expérimenter de nombreuses techniques de développement avant de construire des formations utilisant tout mon parcours. Véritable couteau suisse en matière de développement personnel, j'aime transmettre avec bienveillance et sens de l'écoute, des outils de changement pratiques, faciles à mettre en œuvre et d'une efficacité redoutable ! Humour, convivialité et alternance entre théorie et pratique sont mes marques de fabrique pour des formations dans lesquelles on ne s'ennuie pas...

OBJECTIFS

- Nommer, définir et décrire les grands postulats de la PNL et les principaux éléments pour une première pratique dans le monde de l'entreprise (métamodèle et métaprogrammes fondamentaux)
- Pratiquer différentes techniques simples et utilisables au quotidien dans son rôle de dirigeant : repérage des modes de pensées de ses collaborateurs pour mieux communiquer ou recruter
- Identifier comment analyser une situation et un objectif face à une problématique de dirigeant

PROGRAMME

Jour 1 - Matin

Premier contact avec la PNL, savoirs de base et travail sur l'état présent

Comprendre comment la PNL peut être utilisée dans le cadre de l'entreprise et être un outil d'aide à la résolution de problématiques.

- Présentation des origines et des principaux concepts de la PNL
- Echange sur les problématiques de chacun rencontrées en entreprise, dans l'interaction avec des collaborateurs, choix pour chacun d'un sujet de travail sur les 2 jours
- Présentation de la notion d'état présent, des phases à suivre et des modes de questionnement à mettre en place
- Elicitation d'un objectif concret lié à sa situation de dirigeant

Jour 1 - Après-midi

Construction d'un objectif SMARTe et premier travail de visualisation et technique de transfert de ressources

Poser les critères qui favorisent la réussite et première technique PNL pour choisir un état émotionnel facilitant dans son quotidien de dirigeant.e

- Les concepts d'objectif SMARTe, d'interférences et de ressources à l'atteinte d'objectif
- Découverte de la régulation émotionnelle avec utilisation du VAKOG et de la technique de transfert de ressources utilisable dans son rôle de dirigeant

Jour 2 - Matin

Métaprogrammes : connaître et reconnaître différents filtres de tri d'information et utilités en entreprises

Comprendre comment chaque cerveau trie, filtre les informations et l'impact au sein de l'entreprise. Utiliser les outils de la PNL pour appréhender les difficultés rencontrées en entreprise.

- Présentation de 7 métaprogrammes fondamentaux pour le management
- Recherche des tris primaires de chaque stagiaire
- Repérage et autoévaluation de ses métaprogrammes dominants
- Echanges sur des cas concrets vécus dans le cadre de l'entreprise et pistes de solution

Jour 2 - Après midi

Mise en pratique de A à Z

Expérimenter le process complet pour retourner en entreprise avec une feuille de route pragmatique

- Mise en pratique complète avec un problème concret de dirigeant à résoudre en utilisant tous les acquis de la formation
- Echanges et questions réponses pour finaliser l'appropriation des concepts
- Finalisation d'un objectif de travail post formation avec un plan d'action à mettre en place dans son entreprise



METHODE ET OUTILS PEDAGOGIQUES

Grâce à l'alternance de petites séquences théoriques et d'exercices de mise en pratique à partir de votre situation de dirigeant, vous allez tout en apprenant les bases de la PNL, travailler à la résolution de problématiques concrètes. Le cadre bienveillant du groupe, l'humour présent tout au long de la journée et l'échanges de pratiques favoriseront un apprentissage efficace et ludique.

PUBLIC : Toute personne amenée à travailler en collaboration avec d'autres personnes ou à recevoir du public

PREREQUIS : Aucun prérequis n'est nécessaire en termes de connaissance. L'envie d'apprendre, de découvrir et l'acceptation de s'interroger sur ses certitudes sont des plus !

- Il sera important de venir à la formation avec un problème professionnel sur lequel vous avez envie de travailler concrètement (ex : je n'arrive pas à gérer mon emploi du temps, j'ai du mal à organiser mes équipes, j'ai du mal à déléguer, je n'arrive pas à recruter les bonnes personnes...) Vous pourrez ainsi dédier les 2 jours de formation à une problématique concrète que vous pourrez solutionner tout ou partie grâce aux apports de la PNL !

DUREE : 2 jours – 14 heures

SUIVI ET EVALUATION

Feuille de présences émargées sur place.

Certificat de réalisation envoyé à l'issue du stage

Auto-évaluation des acquis à la fin du stage.

Evaluation à chaud de la satisfaction fait en ligne.

ACCESSIBILITE AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP : Nous contacter à formation@cjd.net

MAJ le 02/02/2024 par la responsable pédagogique