# BASES EN PNL

Communication et accompagnement au changement

## PROGRAMME

**Les origines de la Programmation Neuro Linguistique**
- Présentation et historique
- Ses postulats et ses domaines d'application
- Les pré-supposés et les cadres de la PNL
- Les caractéristiques d'une communication efficace en contexte professionnel

**Les systèmes de perception et de représentation sensorielles**
- L'expérience sensorielle, le rapport et le "modèle du monde"
- La calibration pour développer ses capacités d'observation et d'attention
- La synchronisation pour établir des relations professionnelles plus positives
- Les prédicats
- Les systèmes de représentations sensorielles et les mouvements oculaires
- Le langage verbal et non-verbal et les micro-indices d'accès

**Outils de communication et de changement**
- Les niveaux logiques de changement
- Le cadre objectif
- La boussole du langage (ou meta-modèle) pour s'adapter au langage de ses interlocuteurs et mieux faire passer ses messages
- L'influence de l'état physiologique sur l'état mental et émotionnel et diminuer les résistances au changement

**Les techniques d'ancrage pour accéder à ses ressources internes**
- Ancrage simple
- L'intégration d'ancre

**Les ressources et les positions perceptuelles**
- Le cercle des ressources
- Techniques de résolution de conflits
- Les niveaux logiques pour faciliter l'alignement des comportements sur les valeurs, la mission et la vision de l'équipe et de l'organisation

**La récolte d'information et L'art du feedback constructif en milieu de travail**
- Le méta-modèle
- Le recadrage verbal pour transformer ses perceptions de soi et des autres
- Le morcelage
- Le cadre comme si
- La méthode SMARTER
  - pour clarifier et se donner les moyens concrets d'atteindre ses objectifs

**Bilan et intégration**

• INTER • INTRA • SUR-MESURE

### DATES
03 au 05 septembre 2025
23 au 25 février 2026
28 au 30 septembre 2026

### ESPACE DE FORMATION
Paris-Montparnasse

| DURÉE | | |
|---|---|---|
| **3 jours** | **2490 € ht** repas inclus | RÉF. **PNL1** |

Communication et relations humaines

## OBJECTIF

Perfectionner son habileté à communiquer et utiliser des outils concrets et efficaces facilitant vos échanges et le changement en contexte professionnel.

## COMPÉTENCES À ACQUÉRIR

- Établir une communication plus efficace et une relation de confiance.
- Maintenir des relations interpersonnelles bienveillantes.
- Fixer et atteindre des objectifs réalistes et atteignables.
- Développer son acuité sensorielle et optimiser son écoute.
- Créer plus de choix dans sa vie personnelle et professionnelle.
- Reconnaître le "modèle du monde" de l'autre et développer son empathie.

## PUBLIC CONCERNÉ

- Médecin et infirmier(e) du travail, assistant(e) social(e)
- Personnel aidant et soignant, équipe soignante
- DRH, Assistant RH

**INSCRIPTION EN LIGNE**
Inscrivez vos collaborateurs à cette formation directement depuis ce document PDF

**Cliquez ici** pour commencer

Formation animée par :
**BENJAMIN AUBERT**

- Master en psychologie
- Formateur en PNL et gestion du stress

**GUILLAUME LEROUTIER**

- Directeur du CQPNL Formation
- Enseignant en PNL depuis 15 ans
- Diplômé en anthropologie

*La PNL utilise des outils qui permettent des relations professionnelles plus positives, plus constructives et plus sereines.*

*A travers cette formation, nous allons vous faire découvrir les pouvoirs extraordinaires de la PNL.*

*Benjamin AUBERT*
*Guillaume LEROUTIER*

Pré-requis : Aucun

# LES + DE VOTRE FORMATION

## VOTRE SUIVI PEDAGOGIQUE

Votre conseillère pédagogique assure un suivi individuel de l'apprenant. Elle vous aide à définir votre projet, vous accompagne dans votre démarche, assure le suivi des questions post-formation et le lien avec le formateur.

## VOS CONSULTANTS

Passionnés par l'humain, Les formateurs disposent d'une grande écoute et d'une profonde empathie, ce qui leur permet d'être au plus proche des besoins. Ils font preuve d'un véritable accompagnement et accueillent les personnes avec une grande tolérance et ouverture d'esprit en ne portant aucun jugement. Lorsqu'ils offrent ces formations, ils fédèrent les participants et créent une cohésion d'équipe, notamment grâce à leur solide capacité de vulgarisation.

## VOTRE ESPACE STAGIAIRE EN LIGNE

Vous bénéficiez d'un espace stagiaire en ligne qui vous permet de retrouver l'ensemble de vos documents administratifs (convocation, attestation de stage) ainsi que les différentes ressources associées à votre stage. Votre espace stagiaire en ligne vous permet également de poser toutes vos questions ou de laisser vos commentaires. Il est accessible **15 jours** avant la date de début de votre stage.

### Connexion

Connectez-vous à votre espace personnel

**Email**

**Mot de passe**

Valider

**Cliquez pour vous connecter :**

**https://stagiaire.c3s.fr**

- Recevez vos convocations et attestations
- Consultez des ressources complémentaires
- Posez vos questions
- Suivez l'actualité C3S
- Accédez à la plateforme E-learning C3S

# INFOS PRATIQUES

C3S
Prévenir, c'est agir
SANTÉ SÉCURITÉ SPORT

## HORAIRES

Le premier jour de formation commence à 9h30, les jours suivants à 9h00.
Les formations se terminent à 17h10.

## ACCESSIBILITÉ

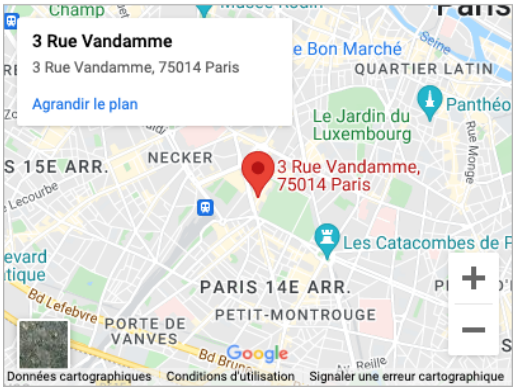
Les salles de formation, basées au Mans et à Paris, sont toutes les 2 accessibles par les transports en commun (train, bus, métro pour Paris du fait de la proximité avec la gare Montparnasse et bus et tramway pour Le Mans).

Pour les stagiaires utilisant une voiture, il y a possibilité de stationner dans des parkings situés à proximité de chacun des sites.

Un accès pour personne à mobilité réduite est prévue dans chaque établissement. Un ascenseur permet d'accéder à nos salles de formation parisiennes situées au 1er étage du bâtiment. Un accès s'effectue de plain pied pour les salles de formation du Mans.

## PLANS D'ACCES

**3 rue Vandamme**
**75014 PARIS-MONTPARNASSE**




VOIR LE PLAN

**38 rue Arnold Dolmetsch**
**72000 LE MANS**

VOIR LE PLAN

**Votre contact**
Anne-Françoise ALLAIN
02 43 23 09 23 - formation@c3s.fr

www.c3s.fr