

DEVELOPPER SES POTENTIELS AVEC LA PNL

CONTEXTE

Les échanges sont au cœur de notre vie professionnelle et personnelle. Dans ce contexte, établir une relation de confiance avec ses interlocuteurs contribue à notre efficacité en préservant notre équilibre et notre santé.

Cette formation s'inscrit dans une démarche de développement durable et complète les actions déjà mises en place par la direction dans un objectif de qualité de vie au travail.

PUBLIC

Toute personne désireuse de développer ses potentiels relationnels tout en favorisant la réalisation de ses objectifs professionnels et personnels.

OBJECTIF

- ↪ Découvrir les méthodes et techniques de base de la Programmation Neuro Linguistique
- ↪ Apprendre à développer ses potentiels relationnels et motivationnels
- ↪ Acquérir des outils permettant d'optimiser ses processus d'efficacité pour atteindre des objectifs clairement définis

LES ATOUTS DE CE STAGE

Cette formation permet aux participants d'augmenter leur capacité individuelle d'adaptation en adoptant une vision du monde constructive, logique et pragmatique. Cet apprentissage favorise une évolution positive dans une dimension collective, dans le respect des valeurs humaines.

En alternance avec les apports méthodologiques, de nombreux exercices pratiques mettent les stagiaires en situation afin de mieux appréhender les différentes techniques.

CONTENU

- ✓ Apprendre à communiquer avec aisance avec les techniques spécifiques de la PNL
 - Etablir une relation qui favorise la communication relationnelle
 - Echanger des informations claires et précises en adoptant les modèles PNL
- ✓ Découvrir les techniques permettant de développer ses potentiels
 - Gérer ses émotions et ses états internes
 - Connaître et développer ses ressources pour les utiliser de façon appropriée
- ✓ Comprendre et optimiser ses stratégies mentales
 - Ouvrir de nouveaux circuits de pensée et élargir ses capacités
- ✓ Apprendre à fixer des objectifs concrets, motivants et atteignables
 - Acquérir une méthodologie pour formuler ses objectifs et les atteindre dans les meilleures conditions (stratégie, critères opérationnels, niveaux de motivation etc.)

DUREE

En formation de groupe : 2 jours

En formation individuelle : 10 heures réparties en 2 ou 5 modules



CLRS Formation - Chantal LASCHON-SARRION – 1 rue André CAVAGNOL 31500 TOULOUSE

IPRP habilitée CRAM-ARACT-OPPBTB : Intervenant en Prévention des Risques Professionnels

Téléphone 05.61.62.76.15 – Site internet : www.clrs.fr – contact clrsformation@free.fr

SIRET 444 933 154 000 31 – NAF 7021Z

Organisme de formation enregistré auprès de la préfecture Midi Pyrénées sous le N° 73.31.04377.31