

# MIEUX SE CONNAITRE POUR POUVOIR MIEUX COMMUNIQUER AVEC LA PNL - COLLABORATEURS

par Laurence TREILLE

La **PNL** est un ensemble de modèles et de techniques destinés à améliorer la communication entre individus et à s'améliorer personnellement. Elle peut être employée dans des cadres personnels, ou d'entreprises.

## FORMATEUR/TRICE

**Laurence Treille**, formatrice et executive coach certifiée aux USA est titulaire de deux Masters (DESS), l'un en droit, l'autre en gestion des risques. Elle a travaillé comme juriste et responsable communication dans différents pays et dans différentes structures en tant que manager avant d'exercer la profession de coach. Formatrice appréciée pour son professionnalisme et son authenticité, Laurence travaille principalement avec des cadres et dirigeants, sur la performance, le développement du leadership, la transition et la communication productive. Son approche fluide engendre le développement de la conscience de soi et de la responsabilisation qui permet à l'individu comme au groupe d'atteindre plus rapidement ses objectifs et de les maintenir dans la durée.

## OBJECTIFS, BENEFICES

Mieux se comprendre et mieux comprendre l'autre pour pouvoir communiquer constructivement et atteindre ses objectifs

- Etablir une relation de confiance et d'écoute avec ses interlocuteurs.
- Intégrer des techniques de communication efficace et découvrir comment chacun construit son modèle du monde, sa personnalité.
- Développer sa capacité d'écoute et de questionnement pour une meilleure prise d'information.
- Savoir repérer les indicateurs transmis par le langage du corps, par les mots et les structures de phrases choisies et développer son sens de l'observation.

- Intégrer les nouvelles techniques de communication à sa vie professionnelle

## CONTENU, PROGRAMME

- L'essence de la PNL et sa philosophie
- La construction du rapport : Synchronisation, Calibration
- Systèmes de perceptions et de représentations : visuels, auditif, kinesthésique
- Son modèle du monde et celui de l'autre : Système de valeurs et de croyances
- Le dialogue interne
- Le métamodèle : l'art de savoir questionner

- S'aligner à ses objectifs : les niveaux Neurologiques
- Négocier avec son saboteur
- Dissociation simple et ancrage

## AXES DE PROGRÈS :

*Après la formation les stagiaires auront (Savoir-être)*

- développé une conscience différente de l'autre et d'eux-mêmes
- acquis un sens de l'observation pour pouvoir faire évoluer ce qu'ils veulent faire évoluer
- développé une flexibilité dans leur communication

*Après la formation les stagiaires sauront (Savoir-faire)*

- Communiquer de manière plus constructive
- Etre plus aligné avec leur décision
- Gérer leurs émotions plus efficacement

## METHODE ET OUTILS PEDAGOGIQUES

Apports théoriques, démonstrations, entraînements en sous-groupes, échanges, jeux de rôle, partages, documentation.

## PRE-REQUIS

Aucun

