

Appréhender les fondamentaux de la PNL

Programmation neuro linguistique

SUR-MESURE

INTER ENTREPRISE

Objectif de formation

Etre capable d'améliorer sa communication et sa conduite/gestion du changement.

Programme

Introduction a la PNL

L'historique et le but de la PNL

Les présupposés

Les dimensions fondamentales

Les processus cognitifs: perception et construction de la réalité, la "carte du monde" et ses composantes, identification des processus d'interprétation, Méta-modèle

La calibration, la détermination des canaux de communication, les prédicats, le B.A.-BA relationnel, la synchronisation et la communication efficace

Les techniques fondamentales

L'ancrage de ressources

L'acquisition de nouveaux comportements

La dissociation simple La libération émotionnelle avec les submodalités

La gestion des états internes (stress, trac...): swish

La résolution de conflits, l'intégration des parties : squash

Des solutions pour :

Définir et clarifier un objectif

Communiquer efficacement

Développer l'assertivité et le charisme

Trouver et utiliser vos états ressources

Acquérir et/ou développer vos capacités

Changer des comportements

Gérer le stress

Résoudre des conflits

Infos pratiques

Type de formation

Formation continue

Public cible

Toute personne souhaitant découvrir les techniques de PNL pour notamment améliorer sa communication

Durée

3 Jours dont 21 Heures en centre

Tarif(s) net de taxe

1 020 € par stagiaire

Adresse

Brest - CIEL BRETAGNE

Rue du Gué Fleuri,
B.P 35,

29480 Le Relecq Kerhuon

<https://www.cci-formation-bretagne.fr/finistere>



Les points forts de la formation

- Cette formation rigoureuse et pragmatique permet de maîtriser un premier niveau de lecture du ""langage du corps"". Ma posture, celle de mon interlocuteur, donnent en effet de nombreuses informations. Cette session permet d'analyser ces signaux de l'inconscient."

Les conditions d'admission

Prérequis

Aucun pré-requis

Le parcours de formation

Objectifs pédagogiques

Découvrir la PNL à travers ses fondements. Utiliser les grilles de lecture du comportement et des techniques de changement. Améliorer la connaissance de soi, développer la confiance en soi, son charisme. Découvrir et utiliser des techniques de la PNL

► PRÉSENTIEL

Modalités d'évaluations

Dans le cadre de notre process qualité, évaluation systématique des éléments acquis en fin de formation

Modalités pédagogiques

Méthode interactive Acquisition des bases théoriques de la PNL Entraînement par des exercices et des entraînements en sous-groupes dans le respect de soi-même et des autres.

Les sessions



Le Relecq Kerhuon

- 29 - 30 septembre puis 08 octobre 2026

Date et mise à jour des informations : 19/12/2025

Extrait de la description de la formation. Consultez l'intégralité des informations relatives à cette formation sur notre site internet www.cci-formation-bretagne.fr

Contacts



DONARD Fabienne

fabienne.donard@formation.finistere.cci.fr

CIEL BRETAGNE Brest - N° SIRET 13002293200060 - N° d'activité 53290897729

Rue du Gué Fleuri, B.P. 35, - 29480 Le Relecq Kerhuon

Tél. : 02 98 30 45 75 - cielbretagne@formation.bretagne-ouest.cci.bzh - <https://www.cci-formation-bretagne.fr/finistere>



CCI FORMATION
BRETAGNE