

ASSOCIATIONS : MIEUX COMMUNIQUER AVEC LA PNL (Programmation Neuro Linguistique)

FORMAT : 0,5 jour

PREREQUIS : Aucun

OBJECTIFS :

- Communiquer avec stratégie
- Etablir une relation de confiance gagnante
- Reconnaître les diversités
- Orienter son écoute et être flexible
- Préciser ses objectifs et mobiliser ses ressources

PROGRAMME :

1) Découvrir la PNL

- Comprendre que la PNL est un modèle, pas une théorie
- Intégrer les présupposés de la PNL indispensables à la communication
- Comprendre l'impact des trois pôles du fonctionnement humain

2) Communiquer avec stratégie

- Comprendre les 5 compétences clé des excellents communicants
- Prendre en compte le langage non verbal
- Les 10 idées clés de la PNL

3) Etablir une relation de confiance gagnante

- Expliquer l'autre par l'observation détaillée
- Entrer dans le monde de l'autre (la synchronisation, proxémie : intimité et distance sociale) pour mieux le convaincre
- Découvrir les techniques permettant d'identifier les différents enjeux dans la relation
- Apprendre à vous aligner sur votre interlocuteur et vous « centrer » sur l'objectif (recueillir de l'information, faire adhérer, faire agir...)

4) Préciser ses objectifs et mobiliser ses ressources personnelles

- Mobiliser ses ressources internes : utiliser les techniques d'ancrage pour accéder à des états positifs et minimiser l'impact des émotions négatives dans la relation
- Recueillir des informations précises et précieuses
- Formuler un objectif pertinent (clé de la réussite de la relation)

5) Ecouter réellement et avec intérêt

- Apprendre à découvrir plutôt qu'à projeter
- Filtres neurologiques, culturels et personnels
- Orienter son écoute et être flexible
- Découvrir les écueils de l'écoute "banale"
- Ecouter de façon active et constructive pour déjouer les pièges du langage : la technique du « méta modèle » (Grindler et Bandler)
- Identifier les caractéristiques d'une bonne écoute
- Décoder les signes émis par votre interlocuteur : la méthode du « calibrage »

6) Exercices avec le groupe