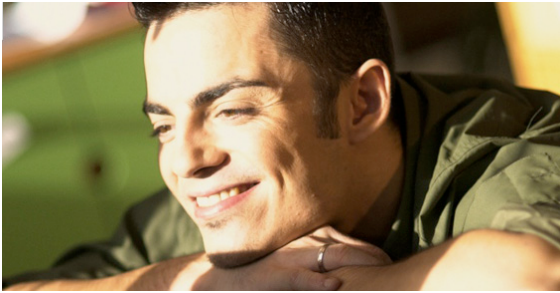

LA PNL : L'ÉLÉGANCE d'une démarche au service de la COMMUNICATION et du CHANGEMENT



POUR AMELIORER VOTRE VIE PERSONNELLE & PROFESSIONNELLE

Si vous vivez parfois des remous difficiles, sachez qu'ils peuvent être l'occasion de rebondissements étonnants !

La PNL (Programmation Neuro Linguistique) vous donne accès à des outils exceptionnels pour communiquer et évoluer avec les autres !

Comment vous donner accès à vos propres rêves, à vos pleines capacités à agir dans ce monde, quelles que soient vos ambitions, votre formation, votre éducation, votre expérience, vos origines ?

Eh bien oui, la réussite vous appartient aussi ! Elle n'est pas l'apanage d'un monde inaccessible réservé aux autres. L'écart entre vous qui entreprenez, réalisez, et vous qui stagnez ou régressez, est à la fois infime et immense.

- Une disposition d'esprit,
- Une conscience de votre liberté,
- Un regard différent sur vous-même, les autres et le monde.

C'est cet « espace immense », situé entre « je subis le monde » ou « je le crée », que la PNL vous propose de découvrir. Prendre sa vie en main, la faire évoluer selon ses propres aspirations, cela aussi s'apprend...

Il n'est pas plus difficile de réussir que d'échouer, seules les stratégies (situations -> émotions -> comportements -> résultats) changent.

Alors qu'est ce que cette approche de la PNL ? ...

DEFINITION DE LA PNL

Science de la communication et du changement



Au fond, la PNL est à l'être humain ce que les procédures Iso sont à l'industrie : quand ça marche, comment ça marche ?

Mais que veut dire PNL ? ...

PROGRAMMATION du mental et des habitudes de pensées. C'est en fait l'ensemble de vos apprentissages passés, présents et à venir. Ils constituent et conditionnent l'ensemble de vos habitudes.
Programmation = apprentissage.

En savoir plus: http://www.lecerveau.Mcgill.ca/flash/index_d.html



NEURO (Neurologie) pour évoquer le cerveau et le système nerveux en action permanente. L'ensemble traite des informations depuis vos perceptions (voir entendre toucher ressentir goûter) jusqu'aux réactions physiologiques (émotions, sensations, états d'esprit), puis enfin comportements qui en résultent.

En somme, une superbe "bio machine" livrée sans mode d'emploi. Apprendre comment mieux vous en servir peut vous changer la vie.

LINGUISTIQUE par référence à la structure du langage (sémantique) qui vous permet d'organiser et de communiquer vos pensées et vos émotions. En maîtrisant mieux cette structure du langage, vous gagnez un atout essentiel, pour améliorer l'impact de votre communication avec vous-même et avec le monde.

ORIGINE DE LA PNL

La PNL est née d'une étude des mécanismes de l'excellence humaine. Elle est aussi le fruit d'une synthèse des développements les plus récents en matière de communication, de psychologie et de neurologie.

La PNL apparaît aux Etats-Unis au cours des années 70, de la rencontre de deux américains, John GRINDER (professeur de linguistique à l'université de Santa Cruz) et Richard BANDLER (mathématicien spécialisé dans les techniques de mise en équation de problèmes complexes).

Ensemble, ces deux personnes mettent au point une approche nouvelle pour permettre le transfert de compétences d'experts en sciences humaines vers leurs étudiants.

UN PROGRAMME AMBITIEUX

Des les années 70, John GRINDER et Richard BANDLER se lancent dans un programme ambitieux. Ils veulent comprendre ce qui génère l'excellence humaine, afin de la rendre accessible à d'autres.

Ils étudient les capacités de personnalités reconnues pour la qualité des résultats qu'ils ont obtenus dans les sciences humaines. Leur but est de transférer les composantes de l'excellence observée, en utilisant des outils de la sémantique générale. L'objectif est de saisir le fonctionnement interne de l'expert lorsqu'il travaille auprès de ses patients ou clients.

Parmi ces experts nous trouvons :

- **Alfred KORZYBSKY, Noam CHOMSKY et WATLZLAWICK**, qui ont travaillé sur le langage et la sémantique générale.
- **MILLER, GALANTER et PRIBAM**, trois brillantes figures de la cybernétique et de l'analyse des systèmes.
- **Virginia SATIR**, spécialiste de communication interpersonnelle et de la famille.
- **Fritz PERLS**, le fondateur de la Gestalt thérapie, qui fit un travail éminent sur l'intégration des différentes parties de la personnalité.
- **Milton ERICKSON**, fondateur de l'hypnose éricksonienne et spécialiste des états modifiés de la conscience.
- **PAVLOV** et la psychologie comportementale.
- **Grégory BATESON** et l'école de communication de Palo-Alto.

APPLICATIONS COURANTES DE LA PNL

> La PNL est orientée principalement sur le développement de l'être humain. Vous trouverez donc des applications dans des domaines très variés comme par exemples :

- Le Coaching,
- La relation d'aide,
- Le développement personnel,
- La formation,
- Le management,
- La négociation,
- La médiation,
- La santé,
- Le sport,
- La pédagogie,
- L'animation de groupe,
- etc.

POURQUOI 3 MILLIONS DE PERSONNES S'INTERESSENT A LA PNL ?

Plus de trois millions de personnes à travers le monde ont suivi une formation en PNL. Qui sont-elles et pourquoi s'y sont-elles intéressées ?

> Les professionnels de la RELATION D'AIDE

Psychologues, thérapeutes, éducateurs spécialisés, se sont formés à la PNL pour améliorer la qualité de leur travail auprès de leurs patients et clients. Ils y ont trouvé une démarche et des outils pour :

- **Créer un climat de confiance favorisant l'évolution personnelle**, communiquer de façon constructive, en adaptant leur démarche d'accompagnement, à la personnalité et à la situation du patient.
- **Leur montrer comment sortir d'une spirale de difficultés** : stress, dépression, tensions relationnelles, conflits, échecs, manque de confiance en soi, tensions internes...
- **Les amener à construire une vie et des relations plus motivantes** et épanouissantes, qui prennent en compte leur entourage.

La PNL offre à ces professionnels de la relation d'aide les moyens de se préserver du stress lié à leur activité, et en leur montrant comment faire de chaque entretien, un espace d'apprentissage pour leurs patients.

> Les professionnels de L'ENTREPRISE

Créateurs et chefs d'entreprises, managers, vendeurs, coaches, consultants, spécialistes des ressources humaines, entraîneurs, employés dans des domaines divers, se tournent vers la PNL pour :

- **Acquérir et utiliser des outils de communication** en vue d'initier de nouvelles relations de travail, d'améliorer le climat social avec un collaborateur, une équipe, un service...
- **Accroître leurs aptitudes à penser à long terme**, à conduire des projets, à influencer une culture d'entreprise avec l'élan d'une vision évolutive centrée sur l'efficacité et le bien être de chacun.
- **Développer leurs capacités à encadrer une équipe** en aidant ses membres à grandir et faire de l'entreprise un lieu de compétences, de satisfactions et de croissance pour tous.

> Les ENSEIGNANTS, FORMATEURS, ETUDIANTS ou SPORTIFS de haut niveau s'intéressent à la PNL pour :

- **Perfectionner des méthodes d'enseignement interactif** et leurs pratiques pédagogiques conformément aux mécanismes naturels.
- **Comprendre ce qui favorise les processus mentaux d'apprentissage** et de motivation en les adaptant aux personnes.
- **Rendre l'enseignement plus attrayant**, faire en sorte qu'il implique l'ensemble de la personne sur le plan mental et émotionnel.

> ET TOUS LES AUTRES, en quête d'évolution personnelle se sont formés à la PNL pour :

- **Développer leur épanouissement personnel**, sur les différents plans de vie (physique, matériel, relationnel, intellectuel, spirituel...)
- **Gérer l'équilibre entre la satisfaction de leurs besoins** personnels et la prise en compte du besoin de leur entourage, agir plus que subir, face aux contraintes.
- **Utiliser leur capacités mentales** pour modifier leurs états internes, améliorer la gestion de leurs émotions, traiter les problèmes de stress, accéder à plus d'harmonie intérieure.
- **Trouver de nouvelles options** face à leurs difficultés quotidiennes, modifier leurs comportements, se libérer d'habitudes négatives.
- **Construire une vie plus satisfaisante**, améliorer leurs relations, développer et utiliser leurs ressources (créativité, courage, charisme, confiance, ...) avec plus de naturel, de facilité et de simplicité.
- **Choisir davantage leur vie** et la vivre pleinement.



LES DIX « IDEES FORCES » DE LA PNL

Développées par Alain Cayrol et Josiane DE SAINT PAUL

1 - La carte n'est pas le territoire.

Bien que le monde soit réel, nous n'opérons pas directement sur cette réalité. Chacun de nous construit sa vision du monde, et celle-ci diffère d'un individu à l'autre.

2 - Une personne fait le meilleur choix parmi ceux qui lui paraissent possibles.

Le comportement humain est cohérent avec le modèle du monde dont il découle, et une personne fait le meilleur choix parmi ceux dont elle est consciente.

3 - Plus on a de choix, mieux ça vaut.

Dans une situation donnée, c'est la personne qui a la plus grande marge de manoeuvre qui prend le contrôle. Ayez plusieurs cordes à votre arc !

4 - On ne peut pas ne pas communiquer.

Qu'on parle ou qu'on se taise, et qu'on le veuille ou non, tout comportement est une communication.

5 - Rencontrer l'autre dans son modèle du monde.

Pour établir et maintenir le rapport avec un interlocuteur, commencez par le rencontrer sur son propre terrain.

6 - Le niveau inconscient de la communication est le plus important.

Dans un entretien, c'est le niveau inconscient de la communication qui détermine le tour que prend la relation.

7 - La signification d'un message est donnée par la réaction qu'il suscite.

En matière de communication efficace, le résultat compte plus que l'intention. C'est la réaction de votre interlocuteur qui vous renseigne sur l'impact réel que vous avez sur lui.

8 - Les êtres humains sont toujours plus complexes que les théories qui les décrivent

Les théories sont à double tranchant. Ne réduisez pas une personne à une explication.

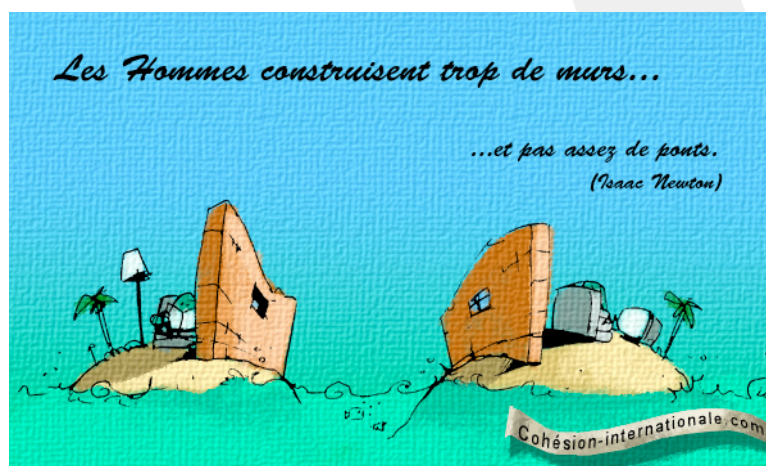
9 - Les ressources sont dans ta personne.

Quelque part dans son histoire, un individu possède les ressources dont il aurait besoin aujourd'hui.

10 - Le cadre dans lequel une situation est perçue détermine le sens qu'on lui accorde.

On peut aborder une situation sous des angles différents, changez le cadre pour changer le sens.

Extrait de « Derrière ta magie » de J. de Saint Paul et A. Cayrol (Inter édition)



**Alors ... Cette approche de la PNL vous a-t-elle inspirée ?
Si oui, lisez vite la suite ! ...**

Comment ce passe une formation PNL ? ...

Vous êtes aujourd'hui :

- **Un professionnel** : Psychologue, Educateur, Chef d'entreprise, Manager, Vendeur, Coach, Enseignant, Entraîneur, Sportif, etc.
- **Un particulier**, simplement en recherche d'outils pour évoluer ou réussir un projet.

L'un des domaines suivants vous intéresse :

- **L'évolution personnelle**, sociale et professionnelle.
- **La gestion du stress**, la prévention des conflits, l'amélioration de la confiance, la maîtrise personnelle,
- **Le développement des facultés d'apprentissage**, d'enseignement, d'implication individuelle et collective,
- **La communication avec les autres**, l'amélioration des échanges, la gestion des relations interpersonnelles, le management d'équipe.
- **La clarification et la conduite de projet** et d'objectif spécifique.
- **La construction de vie personnelle**, confiance, détermination, charisme, aisance, simplicité, etc.

Nous vous proposons le 4 niveaux de certifications PNL :

- Un 1^{er} niveau **Technicien PNL** : Programme sur 9 jours
- Un 2^{ème} niveau **Praticien PNL** : Programme sur 12 jours
- Un 3^{ème} niveau **Maître Praticien PNL** : Programme sur 21 jours
- Un 4^{ème} niveau **Formateur/Enseignant PNL** (*sous conditions*) : les personnes qui souhaitent enseigner peuvent ensuite s'orienter vers l'animation de formations PNL.

Visitez le contenu de ces programmes sur notre site Internet !

ASPECTS PEDAGOGIQUES D'UNE FORMATION

- **Centrée sur la valorisation des personnes**, vous trouverez une pédagogie active, favorisant au maximum les échanges d'expériences entre participants.
- **Chaque journée contient** des présentations, des démonstrations, de la pratique en sous-groupes autogérés, des mises en situation suivies d'échanges et de feed back en grand groupe.
- **Vous recevrez également** des documents pédagogiques qui serviront de support de travail et synthétiseront vos apprentissages.
- **Chaque module est complété** d'apports spécifiques propres au Coaching et à ses applications dans le milieu de l'entreprise, du sport, de la santé et du développement personnel.
- **Ses apports sont également complétés** de contenus propres à l'Hypnose ericksonienne.
- **Un livret complet**, synthèse claire et concise de l'ensemble des contenus, est remis à chacun.
- **Commencez par expérimenter** : le 1^{er} module de 3 jours est un point d'entrée et vous permet d'expérimenter la PNL avant d'entrer dans un cycle de formation PNL certifiant.

LES CERTIFICATIONS PNL :

Selon les critères de la NLPNL, elles sont délivrées par :



- **Paul Pyronnet, Formateur PNL depuis 1987, puis Enseignant PNL certifié en 1993** par Alain Cayrol et Josiane de Saint-Paul (IFPNL, Paris).
- **Après avoir obtenu un 1er niveau de certification**, vous avez donc accès à n'importe quelle école de PNL reconnue.

Chaque formation est renouvelable gratuitement :

- **Une fois un module effectué**, vous pouvez revenir le suivre à volonté gratuitement. Seuls les frais de salle et de pauses vous seront demandés (15 € par jour).