


## Effacité professionnelle et personnelle

# Découvrir la PNL et ses applications pratiques

 **PUBLIC** ▶ Toute personne désireuse de développer l'efficacité de ses relations professionnelles

 **OBJECTIFS** ▶ Découvrir et mettre en pratique des méthodes simples et efficaces pour réussir à atteindre vos objectifs et améliorer vos relations aux autres

 **DURÉE**  
3 jours



### CONTENU

#### Savoir identifier et définir vos objectifs

Savoir ce que vous voulez est la première étape de l'efficacité personnelle. La PNL propose un modèle très efficace pour clarifier vos objectifs. Cette démarche permet d'accroître vos chances de réaliser vos attentes. Le méta-modèle permet de lister avec précision les conditions nécessaires pour réaliser vos objectifs.

#### Savoir écouter et se faire comprendre avec l'écoute active

Vous êtes en permanence en interaction les uns avec les autres. Comprendre et se faire comprendre est essentiel pour pouvoir réaliser vos attentes

#### Gagner en souplesse et capacité d'adaptation

Les métaprogrammes de la PNL constituent la manière dont :

- nous nous y prenons pour percevoir les choses
- nous évaluons et organisons ce que nous percevons
- nous choisissons, nous nous motivons et agissons

#### Mobiliser vos ressources et capacités

Le modèle SCORE  
Techniques spécifiques PNL pour accroître votre motivation et dépasser vos freins

#### DÉMARCHÉ PÉDAGOGIQUE

Démarche pédagogique  
Apports théoriques  
Jeux de rôles  
Applications concrètes dans la pratique professionnelle des stagiaires

Une formation de niveau 2 est mise en place en fonction de la demande

#### SERVICE INFOS

02 99 52 54 52 ou 02 96 58 69 86  
[www.afpi-bretagne.com](http://www.afpi-bretagne.com)