

## DEVENIR EXPERT DE LA RELATION AVEC LA PNL Niveau 1

### Le contexte

La PNL ou programmation neuro linguistique est un ensemble de méthodes et de techniques de communication visant à améliorer le développement professionnel et personnel. Elle s'appuie sur une « philosophie » à la fois positive et réaliste qui fonde son efficacité.

En connaître les fondamentaux permet d'acquérir des compétences relationnelles menant le plus souvent à des accords « gagnant/gagnant ».

### Les objectifs

À l'issue de cette intervention, les participants auront les moyens de

- Acquérir les méthodes et techniques de base de la PNL
- Comprendre les fondements de la PNL
- Apprendre à utiliser les techniques de PNL dans sa fonction professionnelle

### La méthode

- Alternance de théorie et de mise en pratique
- Mise en situations et étude de cas
- Interactivité dans les échanges
- Approche de nouvelles options sur des cas concrets livrés par le participant

### Le processus

Le choix délibéré d'une forte interactivité et la flexibilité permettent d'adapter un programme pré-établi en action sur mesure.

### Les participants

Pour des raisons d'efficacité, les groupes sont limités à 6 participants.

### Le public

Toute personne pour qui la communication tient une part importante dans sa vie personnelle et professionnelle.

### Le contenu

Les thèmes pouvant être abordés

#### Les présupposés de la PNL

- Les trois pôles du fonctionnement cérébral

#### Communiquer avec aisance et efficacité

- Etablir une relation qui favorise la communication constructive
- Identifier les résistances pour les dépasser

#### Développer son potentiel

- Gérer ses émotions selon le contexte
- Utiliser l'ancrage

#### Apprendre à fixer des objectifs concrets et motivants

- Définir des critères d'évaluation d'objectifs
- Clarifier ses propres informations pour obtenir des informations précises de ses interlocuteurs

#### Perception et représentation

- Cinq sens pour comprendre nos représentations
- Savoir poser un cadre pour garder le cap vers l'objectif



**Martine Bouana,**  
un chemin en deux temps

Après une expérience d'associée puis de dirigeante d'une agence de communication hors média, Martine s'intéresse depuis 1997 à la communication interpersonnelle

- Maîtrise en PNL (Programmation Neuro Linguistique)
- Certification de Coach
- Formation de niveau II en Analyse Transactionnelle suivie d'une année de didactique

- Acquisition de méthodes de créativité et d'innovation
- Certification de médiateur en entreprise

Aujourd'hui, Martine intervient, entre autres, dans les domaines de la communication interpersonnelle, de la médiation, du management et de la conduite du changement dans les entreprises.

Coach, spécialisée en qualité relationnelle et en développement personnel, elle accompagne les managers et les collaborateurs dans l'entreprise pour atteindre le meilleur équilibre entre résultats attendus et motivation.

Elle exerce comme consultante indépendante et coach au sein de sa propre structure, Rencontres Créatives, qu'elle a fondée en 2004.