



**CENTRE
QUÉBÉCOIS
DE PNL**

*Révélateur
de potentiels*

Calendrier de formation en ligne 2023-2024

Formation : Base en PNL (3 jours)

Horaire : 12h30-16h30 (1ere journée) et 18h30-16h30 (2eme et 3eme journées)

Tarif spécial: 395\$CAD (275 euro) jusqu'au 31 octobre 2023

Tarif régulier : 495\$CAD (345 euro)

Prochaines dates :

- 1-2-3 décembre 2023
- 5-6-7 janvier 2024
- 16-17-18 janvier 2024 Développement Professionnel

Au cours de cette formation, vous découvrirez et pratiquerez :

- Les **origines de la Programmation Neuro Linguistique**, ses postulats et ses domaines d'application.
- Les caractéristiques d'une communication efficace.
- Les **systèmes de perception et de représentation**
- La **calibration** pour développer ses capacités d'observation et d'attention.
- La **synchronisation verbale et non verbale** pour établir des relations plus efficaces et harmonieuses.
- Les **niveaux logiques** pour mieux comprendre le comportement humain.
- La **boussole du langage** (ou méta-modèle) pour pouvoir s'adapter au langage de ses interlocuteurs et mieux faire passer ses messages.
- Le **recadrage verbal** pour transformer ses perceptions de soi et des autres.
- L'influence de l'état physiologique sur l'état mental et émotionnel.
- Les **techniques d'ancrage** pour accéder à ses ressources internes.
- La **méthode SMARTER +** développée par le CQP NL pour clarifier et se donner les moyens concrets d'atteindre ses objectifs.

Formation Praticien en PNL (19 jours)

Horaire : 12h30-16h30 les vendredis, de 8h45-16h45 les samedis et dimanches

Tarif spécial : 3245\$CAD (2255 euro) jusqu'au 20 janvier 2024

Tarif régulier : 3395\$CAD (2375 euro)

- Module 1 : **INTELLIGENCE RELATIONNELLE : 26-27-28 janvier 2024**
- Module 2 : **COMMUNICATION ÉRICKSONIENNE : 23-24-25 février 2024**
- Module 3 : **SOUS-MODALITÉS : 22-23-24 mars 2024**
- Module 4 : **AU COEUR DU CHANGEMENT : 26-27-28 avril 2024**
- Module 5 : **STRATÉGIES D'EXCELLENCE : 17-18-19 mai 2024**
- Module 6 : **ART DE LA MÉTAPHORE : 13-14-15 juin 2024**
- Évaluation: **16 juin 2024**

Module 1 : INTELLIGENCE RELATIONNELLE : Ressources pour déployer son potentiel

- Morcelage et sérateur d'objectifs
- Notions d'association et de dissociation
- Modèle PNL : Etat Interne / Processus Interne / Comportement Externe
- Notions d'intelligence émotionnelle
- La résolution de conflits : positions perceptuelles
- Notion de *patterns relationnels*
- Le cercle des ressources pour mobiliser ses ressources personnelles
- Se voir à travers les yeux de quelqu'un qui nous aime

Module 2 : COMMUNICATION ÉRICKSONIENNE : Influencer avec intégrité

- Les indicateurs de l'état hypnotique
- Techniques d'induction
- La dissociation conscient/inconscient
- Savoir aller dans le sens de la résistance
- Notion d'hypnose conversationnelle
- Le Milton-Modèle
- Exercice d'auto-hypnose
- Hypnose de ressources



Module 3 : SOUS-MODALITÉS : Structure de l'expérience subjective

- Que sont les sous-modalités?
- Les filtres
- Le swish
- Neutraliser une expérience négative
- La chaîne des sous-modalités
- Prendre de bonnes décisions
- Chocolats Godiva

Module 4 : AU COEUR DU CHANGEMENT : De la résistance à l'évolution

- Les 3 composantes du changement
- La hiérarchie des critères
- La modification d'histoire personnelle
- Comprendre la résistance au changement
- Changements de niveau 1 et de niveau 2
- Les conditions pour changer
- L'intégration des ancrés et L'intégration des polarités

Module 5 : STRATÉGIES D'EXCELLENCE : Optimiser l'action

- Comprendre l'influence des stratégies
- Notation des stratégies
- Mettre au jour une stratégie de créativité
- Le modèle TOTE
- Stratégie efficace/non-efficace
- Stratégie pour générer un nouveau comportement
- Appliquer la stratégie de réalisation de *Walt Disney*
- Révision du Praticien et préparation à la journée d'évaluation pratique

Module 6 : ART DE LA MÉTAPHORE : Communication et imagination

- Le pouvoir des métaphores comme outil d'intervention pour susciter le changement
- Générer une représentation analogique
- Savoir construire une métaphore à partir de l'isomorphisme
- Les analogies et les allégories pour faire passer ses messages



**CENTRE
QUÉBÉCOIS
DE PNL**

*Révéléateur
de potentiels*

Formation Maître- Praticien en PNL (19 jours)

Horaire : 12h30-16h30 les vendredis, de 8h45-16h45 les samedis et dimanches

Tarif spécial : 3295\$CAD (2295 euro) jusqu'au 20 juin 2024

Tarif régulier : 3495\$CAD (2445 euro)

- Module 1 : **LEADERSHIP DE SOI : 28-29-30 juin 2024**
- Module 2 : **CROYANCES ET VALEURS : 12-13-14 juillet 2024**
- Module 3 : **MODÉLISATION DE L'EXCELLENCE : 2-3-4 août 2024**
- Module 4 : **IDENTITÉ ET COMMUNICATION : 23-24-25 août 2024**
- Module 5 : **COMPLEXITÉ ET NOUVELLES PERSPECTIVES : 13-14-15 septembre**
- Module 6 : **LIGNE DU TEMPS : 26-27-28 septembre 2024**
- Journée d'évaluation : **29 septembre 2024**

Module 1 : LEADERSHIP DE SOI : Présence, alignement et parrainage

- PNL 1^{ère}, 2^{ème} et 3^{ème} génération
- Exercice de centration active
- Les moments de leadership
- Les habiletés de parrainage
- L'alignement des niveaux logiques
- Le jeu intérieur
- Les 3 énergies-archétypes
- Les 3 mentors
- Le pouvoir de la présence

Module 2 : CROYANCES ET VALEURS : Au coeur des schémas de comportements

- Le phénomène *croyances*
- Retour sur la notion d'intention positive : la cohérence interne
- Le recadrage en 6 étapes
- Les différentes catégories de croyances limitantes
- La hiérarchie de croyances
- Les pièges dans l'identification des croyances
- La ré-empreinte
- La notion de *pattern intra-personnel*
- Le Musée des croyances

Module 3: MODÉLISATION DE L'EXCELLENCE : S'inspirer des habiletés individuelles

- La grille de classification des expériences



CENTRE QUÉBÉCOIS DE PNL

*Révéléateur
de potentiels*

- La matrice de croyances
- Découvrir la démarche de modélisation développée par David Gordon.
- Comprendre la structure de l'excellence humaine.
- Utiliser le step-in pour modéliser l'expérience subjective d'autrui.
- Appliquer une démarche pragmatique et intuitive pour faciliter le changement.
- Exercices de modélisation en équipe et présentations devant le groupe

Module 4 : IDENTITÉ ET COMMUNICATION : Se connaître pour mieux interagir

- Introduction à la notion d'*identité*
- L'intention de vie
- La matrice d'identité
- Les métaprogrammes
- Installation d'un trait de personnalité
- La fenêtre de Johari

Module 5 : COMPLEXITÉ ET NOUVELLES PERSPECTIVES : De l'École de Palo Alto à la PNL Systémique

- Notion de *système et de systémique*
- Les 5 principes d'un système
- Le modèle SCORE
- Les apports de l'École de Palo Alto :
 - Communication symétrique et complémentaire
 - La communication paradoxale – la double-contrainte
 - La métacommunication
 - La ponctuation
- Systémique et changement
 - Retour sur changements de niveau 1 et de niveau 2
 - Notion de *crise*
 - Cartographie de la crise
 - Exercice : dépasser une crise

Module 6: LIGNE DU TEMPS : Réconcilier passé, présent et futur

- Voyage en monochronie et polychronie
- Exercice : désensibilisation d'une émotion
- Exercice : transformer une décision limitante
- Exercice : prendre ses responsabilités
- Exercice : programmer votre futur