



# PNL et DISC

La PNL et le DISC vous permettront de comprendre comment l'être humain fonctionne, de mieux vous connaître, et acquérir une meilleure compréhension des autres. Dans un environnement professionnel ou personnel, cette formation vous permettra d'acquérir des savoir-faire utiles pour vous exprimer clairement, vous faire entendre, écouter et être écouté, comprendre et vous faire comprendre et intégrer les outils dans vos relations et accompagnements professionnels

## Objectif

Au terme de la formation, vous serez capable de :

- Acquérir une souplesse et une flexibilité comportementale
- Découvrir la carte du monde de l'autre
- Mieux comprendre son propre comportement,
- Comprendre les autres, identifier leurs modes de fonctionnement / répondre efficacement à leurs besoins

## Programme

Origines et postulats de base de la PNL et du DISC  
La construction de notre carte du monde. (Système de perception, de représentations, stratégies et impact souhaité)  
Identifier son comportement,  
Reconnaître celui de son interlocuteur

### Adapter son mode de communication orale à son interlocuteur

- Connaître son comportement et sa façon de communiquer
- Repérer celui de son interlocuteur
- Comprendre et utiliser les mécanismes du fonctionnement mental

### Etablir un rapport de confiance

- Communiquer en gérant les relations.
- Gérer les conflits en utilisant de façon optimale les différents aspects de la personnalité.
- Comprendre le rôle joué par les convictions rigides et favoriser l'adoption d'une attitude d'ouverture.

### Ecouter et guider

- Pratiquer une écoute active
- L'art du questionnement

### Communiquer en souplesse avec le méta modèle

- Utiliser les expériences qui servent de référence aux comportements actuels pour augmenter leur efficacité future
- Optimiser le fonctionnement mental.
- Utiliser la communication de façon créative pour exercer une action positive

### Méthode pédagogique :

Pour rendre ces journées efficaces nous travaillons à partir des situations que vous vivez au quotidien et qui vous posent problème afin de pouvoir les gérer différemment.

**Inclus dans la formation l'analyse et restitution individuelles de votre profil DISC** (questionnaire à compléter en ligne 5 jours avant le début de la formation)

**Méthodes pédagogiques:** 3 Jours de formation alternant de théorie et de pratique permettant l'intégration continue des concepts proposés

