



et

BERNARD  
BAREL

*présentent*

# **FORMATION EN PROGRAMMATION NEUROLINGUISTIQUE (PNL)**



La finalité d'une formation en PNL est d'intégrer l'aptitude à comprendre, organiser et maîtriser les structures responsables du changement, ainsi que celles nécessaires à son accompagnement. Elle est validée par le niveau de *maître-praticien* qui vient reconnaître cette compétence. Elle constitue l'aboutissement de plusieurs trajectoires d'apprentissage concernant à la fois le savoir, le savoir-faire et le savoir-être.

Cette formation intègre **trois niveaux progressifs** :

1. le niveau **technicien** : c'est la base de l'apprentissage, consistant à communiquer avec efficacité et à comprendre comment une personne se représente la réalité ;
2. le niveau **praticien** : c'est l'aptitude à accompagner le changement et à comprendre comment une personne pense la réalité ;
3. le niveau **maître-praticien** : c'est la compétence à modéliser la façon dont une personne construit la réalité ; elle implique la maîtrise des expertises concernant les structures du changement, permettant d'affiner et de construire un modèle d'accompagnement en ligne directe avec son propre contexte professionnel.



## Programme

### 10 jours : Technicien

**Objectifs** : Connaître et appliquer les bases de la relation humaine et de l'efficacité dans la communication.

**Contenu** :

- ✓ Identifier les principes fondamentaux de la communication efficace :
  - les présupposés de la PNL
- ✓ Optimiser l'écoute - Observer le langage verbal et non-verbal :
  - l'acuité sensorielle
  - l'écoute et la calibration
  - le VAKOG
  - les prédicats
  - les clés oculaires
  - la reformulation
  - le repérage des schémas de pensée
- ✓ Établir et maintenir la qualité nécessaire au contexte relationnel :
  - le rapport
  - la synchronisation
- ✓ Accompagner les états émotionnels avec les ancrages :
  - l'ancrage de ressource
  - la désactivation d'ancre
  - le chainage d'ancres
  - le chevauchement d'ancres
- ✓ Réfléchir de façon pertinente en fonction du contexte :
  - les stratégies
  - le modèle TOTE
  - les séquences VAKOG
  - les sous-modalités
  - la taille de découpe
- ✓ Recueillir les informations utiles - Repérer et limiter les interprétations :
  - le méta-modèle
  - le Milton-modèle



## + 12 jours : Praticien

**Objectifs** : Connaître et appliquer les méthodes et pratiques de communication au service du changement

**Contenu :**

- ✓ Déterminer les objectifs et les atteindre :
  - les conditions de bonne formulation d'un objectif
  - la stratégie
  - le TOTE
  - l'état présent – l'état désiré
- ✓ Mobiliser l'énergie et les ressources d'une personne ou d'une équipe pour atteindre un objectif
- ✓ Communiquer avec le langage analogique :
  - le Milton-modèle
  - les métaphores
- ✓ Susciter la motivation :
  - les valeurs et les critères
  - les croyances
  - le projet professionnel ou de vie (« mission » au sens de DILTS)
  - l'émergence de pistes personnelles de motivation
- ✓ Utiliser les expériences passées pour créer des ressources présentes ou futures :
  - le changement d'histoire de vie
- ✓ Gérer les conflits, négocier, expérimenter différents points de vue :
  - le modèle des parties
  - la négociation entre les parties en conflit
  - les positions de perception
  - le recadrage spatial
- ✓ Prendre du recul et gérer le stress :
  - l'index de computation
  - la dissociation simple
  - la double dissociation
  - la dissociation V/K
- ✓ Recadrer les objectifs et gérer les interférences :
  - les recadrages linguistiques (sens, contexte)
  - le recadrage en six étapes
- ✓ Comprendre les différents niveaux d'organisation d'un système :



- les niveaux logiques de la pensée comme outil de diagnostic et d'alignement
- le choix du niveau d'un système auquel intervenir en fonction de l'objectif poursuivi
- le réseau d'expérience de David GORDON
  
- ✓ Gérer son comportement face à des situations déstabilisantes :
  - le transfert de ressources
  - les mixages
  - les chaînages
  - le modèle des mentors
  
- ✓ Évaluation finale

## + 22 jours : Maître-praticien

**Objectifs :** Maîtriser les structures du changement pour construire et affiner son propre modèle d'accompagnement en lien avec un contexte précis.

**Contenu :**

- ✓ Combiner entre elles, à différents niveaux et avec élégance, les techniques intégrées du niveau *praticien*.
  
- ✓ Concevoir ses propres outils de changement et construire des interventions sur mesure.
  
- ✓ Différencier le contenu et la structure d'une expérience humaine.
  
- ✓ Détecter les modèles d'organisation de la pensée, des comportements et des états internes (schémas récurrents).
  - les stratégies
  - les sous-modalités
  - les méta-programmes...
  
- ✓ Garder le contact avec ses états internes en conservant le choix de ceux-ci (la gestion des émotions).
  
- ✓ Analyser les situations de façon fine pour résoudre des problèmes complexes en combinant les outils :
  - le modèle SCORE
  - l'analyse des niveaux logiques
  - le modèle SOAR
  - la ligne de temps



# BERNARD BAREL

- ✓ Accompagner le changement en faisant émerger les motivations et les ressources des personnes et/ou des systèmes avec des techniques avancées :
  - les liens entre vision, mission, valeurs, critères...
  - le (co-)alignement des niveaux logiques.
  - la transformation essentielle (Core Process)
- ✓ Favoriser l'accès aux objectifs en levant les blocages et les freins à l'action
  - les croyances : convictions limitantes et convictions conflictuelles
  - les recadrages verbaux (sleight of mouth)
  - les techniques avancées utilisant l'ancrage spatial, les sous-modalités et la ligne de temps (changement d'empreinte, deuil et renoncement, pardon...)
- ✓ Faire émerger la créativité des personnes et des systèmes :
  - les structures de l'activité créatrice
  - la stratégie de Walt DISNEY
- ✓ Acquérir de nouvelles compétences grâce au processus de modélisation :
  - l'auto-apprentissage
  - la modélisation d'un expert et l'auto-modélisation
  - l'importance du contexte et de la connaissance du domaine
- ✓ Évaluation finale





BERNARD  
BAREL

## Lieu

Nantes (44) ou à proximité dans un rayon de 30 km (à préciser selon le nombre d'inscrits).

## Pédagogie

### Publics

La PNL étant **applicable à de nombreux champs d'activités et secteurs professionnels**, la formation peut intégrer des personnes d'horizons différents, sans prérequis.

Pour favoriser l'apprentissage de chaque participant, notre choix est de maintenir **des effectifs réduits** de six à quatorze personnes dans chaque groupe.

### Formateurs



**Bernard BAREL :**

Enseignant certifié en PNL (enseignant international INLPTA et NLPNL)

Psychologue clinicien et psychomotricien  
Directeur de l'Académie de sophrologie caycédiennaise de Paris  
Directeur de l'ESC de Carcassonne



**Claire LHUISSIER :**

Élève-enseignante en PNL (NLPNL)

Coach, superviseur et formatrice aux métiers de l'accompagnement  
Directrice du cabinet VALUE ACTION Coaching  
Fondatrice du réseau national CO-D'ÈVE de co-développement au féminin

### Modalités et moyens pédagogiques

Notre pédagogie active invite les participants à **l'implication et la responsabilisation** ; ils sont placés en situation d'acteurs.



Cette pédagogie s'articule autour de **deux axes principaux** :

1. **l'enseignement en présentiel pendant les sessions** ;
2. **le travail personnel entre les sessions** : dimension importante de l'apprentissage, il est évalué à environ 350 heures pour vingt jours de formation et amène les participants à :
  - s'entraîner à la méthode (expérimentation personnelle et conduite des exercices),
  - se documenter, lire, mener une réflexion personnelle et un travail de recherche,
  - intégrer progressivement leurs acquis à leur pratique professionnelle.

**Un support pédagogique** est remis à chaque participant pour accompagner chaque étape de son apprentissage ; il comprend des fiches théoriques et techniques, ainsi qu'une bibliographie.

La pratique professionnelle de la PNL implique **la maîtrise de savoirs, savoir-faire et savoir-être qui seront les garants de l'approche qualitative et de l'éthique** de l'accompagnement de la personne.

La méthodologie pédagogique intégrera ces dimensions dans **une démarche en trois volets** :

1. **une approche théorique** : son but est de définir le champ conceptuel servant de base à la pratique à travers la compréhension des fondamentaux et de la sémantique spécifique de la PNL ; c'est aussi l'occasion de confronter la personne en formation aux cadres conceptuels et éthiques de la profession ;
2. **un apprentissage technique** : son but est d'apprendre l'ensemble de techniques regroupées par la PNL ;
3. **une adaptation professionnelle** : son but est d'utiliser ces techniques dans le champ professionnel – aspect toujours fondamental.

## **Évaluation des résultats de l'action de formation**

Pour favoriser l'apprentissage, on installera **des indicateurs de progression et de réussite**. L'enseignant pourra ainsi donner **un feed-back personnalisé** à chaque participant tout au long du cursus, en lui présentant des voies d'évolution et en lui expliquant ses axes de progression. Ces critères seront donnés au début de la formation de manière générale et précisés au fur et à mesure de la présentation des techniques.

L'appréciation des résultats de l'action de formation se fera sur le mode d'**une évaluation continue** des connaissances théoriques ainsi que des compétences pratiques et relationnelles, à partir de nombreuses mises en situation. L'évaluation des acquis des participants se fera au travers de jeux de rôles.

**Une évaluation formelle se déroulera en fin du cursus** de *praticien* et de *maitre-praticien* sur une durée de deux jours à chaque fois, à travers :

1. la présentation d'**une étude de cas** ;
2. l'évaluation des connaissances théoriques à travers **une épreuve écrite** ;
3. **une démonstration** de compétences techniques.





**B**ERNARD  
**B**AREL

## Bulletin d'inscription

NOM : Prénom :

Adresse :

Code Postal : Ville :

Mobile :

Courriel :

Activité professionnelle :

Adresse de facturation (si différente) :

**Je déclare m'inscrire à la formation PNL :**

- module 1 :** technicien 1/2
- modules 1 + 2 :** technicien 2/2
- modules 1 + 2 + 3 :** praticien 1/2
- modules 1 + 2 + 3 + 4 + certification :** praticien certifié 2/2

**J'ai bien pris connaissance des dates. J'ai également pris note qu'en cas d'annulation à ma demande à moins de quinze jours ouvrés avant le début de la session, il sera retenu 25 % du coût de la session à titre d'indemnités.**

Fait à : , le :

Signature :

*Pour être enregistrée, votre inscription doit **obligatoirement être envoyée** au 6, ruelle du Mont Goguet, 44000 Nantes, **et accompagnée du règlement du montant total** en 1, 2, 3 ou 4 chèque(s) à l'ordre de « Bernard BAREL ». Ce(s) chèque(s) sera/seront encaissé(s) au début du cycle ou à chaque session.*