

DECOUVERTE DE LA PNL EE

Session présentielle LYON

Les 17 et 18 octobre 2025 😊

Comment communiquer avec Empathie et Efficacité, développer une pratique neurolinguistique fine et juste ? Nous vous proposons de « vous y coller », d'être plus « caler » tout en ayant le confort de travailler chez vous.

Soyez plus clairs : la PNL, c'est quoi ?

La PNL (Programmation Neuro– Linguistique) répond à différentes définitions, selon ce que l'on souhaite en faire: ensemble d'outils de communication, méthode de changement personnel, méthode thérapeutique...

Elle est tout ceci à la fois! Et une véritable source de compréhension des rapports humains.

La PNL est l'art de la communication et de la relation aux autres et à soi-même. Plus qu'une méthode avec des outils, c'est un savoir-faire et surtout, un savoir-être. Elle intègre un ensemble de modèles propices à la justesse de notre communication, dans le respect de soi et des autres. Elle apporte une attitude de respect et d'ouverture.

C'est une pratique linguistique « fine » pleine d'empathie...

Il existe plusieurs niveaux de formation du technicien au Maître-praticien.

Je vous propose de découvrir la PNL EE, une pratique très proche de la PNL « classique » et légèrement revisitée pour la rendre plus accessible, y associer quelques dimensions supplémentaires (notamment des abords physiologiques, le langage salutogène issu de la psychotraumatologie, des essentiels sur l'attachement et le développement humain, et quelques éléments de psychopathologie). Les formatrices sont formées sur le développement de l'enfant et adolescent, ce qui leur permet une adaptation de la PNL initialement basée sur les rapports adultes.

Plutôt que d'en parler, je vous propose de faire cette première expérience et voir ensuite si vous voulez aller vers le technicien, et plus encore, soit en présentiel, soit en distanciel pour ce niveau de « technicien » ou nous apprenons les « techniques » 😊.

PROGRAMME :

La formation intitulée: **Découverte de la PNL EE** est une formation permettant d'accéder aux outils de base d'une communication efficace.

Ce premier niveau d'apprentissage à la PNL Humaniste a pour double objectif:

- le développement de ses capacités relationnelles : développer son empathie, son ouverture et découvrir nos limites pour pouvoir évoluer vers plus de tolérance,
- l'acquisition des outils de base en communication (communs à différentes approches pour certains, spécifiques à la PNL Humaniste pour d'autres) pour comprendre le fonctionnement des rapports humains et obtenir une communication respectueuse et efficace pour soi et les autres :
 - o la mise en rapport analogique et digitale (posture et mots qui favorisent la relation),
 - o la reformulation pour mieux aider l'autre à s'associer à son expérience et mieux la comprendre au-delà des mots (et éviter les interprétations/ projections)
 - o le repérage et la stimulation des canaux sensoriels (VAKOG) et des sous-modalités pour être plus rapidement sur la même longueur d'ondes !

L'apprentissage de la PNL est fait par alternance de théorie, de démonstration avec le public de stagiaire, d'exercices pratiques en groupes de pairs, de retour d'expérience en grand groupe.

La PNL s'apprend par modélisation et expérimentation essentiellement. Et vous aurez également à vous exercer et à faire des petits travaux par vous-mêmes si vous allez vers le technicien...

ASPECTS PRAGMATIQUES :

Cette session aura lieu en présentiel à Caluire-et-Cuire, proche de LYON.

A l'issue de cette session vous pourrez poursuivre votre formation pour obtenir la certification de technicien PNL.

Le technicien comprend 10 jours complémentaires dont les dates sont notés ci-dessous, inscription à l'issue du module découverte si vous le souhaitez 😊

VOS FORMATEURS :

Cécile LAGOUCHE: ingénieure en nutrition et diététicienne nutritionniste libérale depuis 17 ans et maître-praticienne en PNL humaniste certifiée par Angélique Gimenez. Cécile est formatrice -experte en PNL avec 2 assistanats de parcours complet de PNL à son actif. Elle est également formée en psychotraumatologie complexe, à l'ACT et aux bases de l'ennéagramme, en systémie et elle est spécialisée sur la psychopathologie de l'adolescent.

En associant ses compétences en nutrition et micronutrition et en PNL, elle a développé une approche intégrative de la diététique permettant à ses patients d'apprendre à mieux se connaître au travers de leur manière de manger et de changer leur regard sur leur alimentation, y compris pour des situations pathologiques comme dans les troubles des conduites alimentaires.

Le partage étant une valeur fondamentale pour elle, elle a cœur de transmettre son savoir au travers de formations et d'analyse de la pratique.

Informations pratiques sur la formation:

Dates : les 17 et 18 octobre 2025

Horaires : de 9h30 à 13h et de 14h30 à 18h00 (14 heures de formation)

Tarifs : Particuliers, prise en charge personnelle : **250 euros TTC** les 2 jours.

Entreprises /libéraux : prise en charge professionnelle : **300 euros TTC** les 2 jours (120 euros HT/jour).

Tarif spécial ETUDIANTS- En recherche d'emploi : 150 euros TTC les 2 jours !

Les conditions de règlement sont précisées dans le contrat de formation (30% à la réservation et solde au premier jour de formation, encaissement en fin de formation).

Inscriptions et renseignements: par téléphone au 06.23.85.87.09 ou par mail: contact@anvisage.fr

POUR LE TECHNICIEN : 6 sessions de 2 jours (tarifs particuliers ou prise en charge pro identiques) : à suivre sur 2026

NB : Pas de financement possible via votre compte formation car ces modules ne sont pas de la formation professionnelle, dans le sens formation à une compétence métier. La formation est une formation transversale et sert tous les domaines de votre vie ; elle vous enrichit au-delà du plan professionnel.