

LE PRATICIEN EN PNLEE

Communication Efficace et Empathique

Pratique Neuro-Linguistique fine, niveau « praticien »

SESSION LYON 2026-2027

OBJECTIFS ET CONTENU:

Il est basé sur l'utilisation des outils acquis au niveau du technicien et leur mise en application travers des modèles élaborés:

- pour mieux gérer les relations et les éventuels conflits,
- pour développer ses stratégies d'adaptation et d'évolution personnelle,
- pour aider au changement des situations, des relations, des points de vue d'autrui
- pour créer des relations plus souples et évolutives, développer sa communication en meilleure connaissance de soi (de son potentiel).

Durant les 12 jours de formation, les stagiaires apprennent à :

- 1) **RECADRAGES:** Faire évoluer les points de vue et dépasser ses limitations:
 - les positions perceptuelles, changer de place pour changer de représentation, découvrir le monde sous un autre angle,
 - le recadrage spatial, temporel, de contexte, de signification
 - la dissociation visuelle simple et multiple, les outils associés (swish, back-track)
 - le morcellement, faire varier les « tailles de découpage, de cadrage », utiliser les variations du méta-modèle et modèle Milton
- 2) **GESTION DES CONFLITS :** La gestion des relations et des conflits:
 - La reconnaissance des parts (parties), concept des parts
 - Le conflit interne et la négociation des parts
 - La négociation externe, résolution de conflits externes
 - Développer sa flexibilité : savoir reconnaître les parts « conflictuelles » et tirer partie des ressources de chacune, développer le « ET » plutôt que le « OU »
 - Valoriser les ressources dans l'opposition/ le paradoxe et développer des stratégies « gagnant-gagnant ».
 - Reconnaître, valoriser et utiliser les oppositions/limitations comme outils de changement/ amélioration
- 3) **LES DIFFERENTES FACETTES DE L'IDENTITE:**
 - Le changement d'histoire : transformer les expériences limitantes en ressources
 - Identifier les différentes facettes d'un individu, faire émerger les valeurs et les critères pour mieux servir ses projets, objectifs
 - Utiliser ses expériences passées pour améliorer ses comportements futurs
 - Utiliser les métaphores et le « comme si » pour améliorer ses réalisations futures
 - Trouver son domaine de pertinence : où et quand suis-je compétent ? Suis-je capable d'adapter mes capacités à chaque situation / contexte ? Pour cela, il sera essentiel de savoir identifier les limitations et les ressources de chacun, les valeurs et les critères identitaires, révéler son «potentiel personnel » (modèle du génie personnel de Hélène ROUBEIX).

Le niveau praticien permet une révision de tous les acquis du technicien offrant ainsi une continuité propice à la bonne intégration des présupposés. Il porte à juste titre son nom, le stagiaire devient un bon praticien de tous ses outils de communication et améliore sa finesse en sachant quel « bon outil » au bon moment ».

Sa communication devient plus fluide, il s'adapte beaucoup plus facilement à ses interlocuteurs et notamment en cas de situation conflictuelle.

Il résout plus facilement également à titre personnel ses conflits personnels et fait des choix parfaitement adaptés aux situations rencontrées.



Il sait prendre davantage de recul sur les situations vécues et peut ainsi recadrer plus rapidement les difficultés et obtenir des résultats conformes à ses objectifs.

PRECISIONS SUR LES MODALITES DU CURSUS:

Le découpage est fait selon 3 modules de 4 jours présentés ci-avant, chacun étant attaché à un grand axe de développement : les recadrages, la gestion des parts et des conflits et le travail sur l'identité. Chaque module est décomposé en deux sessions de 2 jours à un mois d'intervalle. Les stagiaires peuvent ainsi progresser selon ces grands axes en sachant vers « où ils vont » et en s'exerçant entre deux, en ayant la possibilité de poser des questions à chaque retour pour une nouvelle session. L'intégralité des 12 jours est dispensée sur 8 à 12 mois, par étape. Cela permet une progression pas à pas avec une intégration fiable et durable.

Entre deux, les stagiaires expérimentent et installent les « outils » et leur évolution personnelle en tant que communicant de façon durable.

La PNL se transmet par la théorie et l'expérimentation guidée et encadrée durant les formations. Elle s'intègre par l'expérience quotidienne. Elle ne demande pas de niveau d'instruction spécifique initial.

L'enseignement se fait donc à base de cours théoriques (supports papier), d'expérimentation en trinômes à partir d'exercices donnés par l'enseignant, d'exemples apportés par l'enseignant et les stagiaires, de démonstration par l'enseignant. La dynamique relationnelle est expérimentée par travaux en grand-groupe et sous-groupes.

PRECISIONS SUR LE PUBLIC CONCERNE:

Le pré-requis pour suivre le niveau PRATICIEN est d'avoir suivi un cursus de technicien en PNL (et d'en apporter la justification écrite).

Toute personne désireuse de développer ses capacités de communication et son rapport aux autres est intéressée par ces formations. Cette formation permet aux professionnels du management (responsables chargés de l'encadrement du personnel au quotidien), de la relation d'aide (aidants sociaux...), de l'enseignement, de la psychologie (psychologues, psychiatres...) et aux professionnels de la santé (infirmiers, diététiciens, ...) d'améliorer leur capacité à comprendre rapidement et se faire comprendre des autres, à installer des relations de confiance et à stimuler un dialogue empathique. Ainsi, cela permet à chacun d'exploiter au maximum ses compétences professionnelles de base et de les rendre plus efficaces. On améliore compétences et performances individuelles et plurielles.

PRECISIONS SUR L'EVALUATION:

L'enseignant fera du feed-back tout au long des 12 jours pour permettre au stagiaire de s'améliorer entre chaque session.

En fin de parcours « praticien », le stagiaire recevra un certificat de « praticien en PNL » sous réserve d'une auto-évaluation et en fonction de l'évaluation de l'enseignante selon des critères précis connus de stagiaire dès le début de la formation. Ces critères reprennent les différents thèmes abordés avec une appréciation du savoir-faire selon une grille d'évaluation ainsi que l'appréciation objective (avec éléments factuels à l'appui) du savoir-être observé par l'enseignante, une attention spécifique étant accordée à la posture humaniste (bonne intégration des présupposés et attitude d'ouverture « éricksonienne »).

Votre formatrice :

Angélique GIMENEZ est enseignante certifiée en PNL depuis 2013. Elle supervise l'animation de **cette formation qui sera majoritairement faite par Cécile LAGOUCHE, formatrice en PNL au sein d'ANVISAGE depuis 2018**. Toutes deux ont des formations de base scientifique et un long parcours dans les métiers de soin.



Cécile LAGOUCHE : ingénieure en nutrition et diététicienne nutritionniste libérale depuis 19 ans et maître-praticienne en PNL humaniste certifiée par Angélique Gimenez. Cécile forme et travaille avec la PNL aux côtés d'Angélique depuis 2014. Elle est également formée en psychotraumatologie niveau 2, à l'ACT et aux bases de l'ennéagramme, en systémie et sur la psychopathologie de l'adolescent. Elle est certifiée en ETP (Education Thérapeutique du Patient) et a suivi un DU sur les TCA, Troubles des Conduites Alimentaires et travaille de très près avec les équipes de soin des centres référents lyonnais sur ces sujets.

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. La communication efficace et empathique y joue un rôle fondamental.

Angélique GIMENEZ : Enseignante certifiée en PNL Humaniste, elle est formée à la PNL par l'Ecole de PNL Humaniste d'Hélène ROUBEIX directement dans la lignée de Colette ERRERA, de Monique ESSER. Elle est enseignante reconnue par l'association NLPNL, et son organisme de formation ANVISAGE également agréé NLPNL. Diplômée d'un MASTER en Génie Sanitaire et Environnement, ex-ingénieur en traitement des eaux, elle exerce aujourd'hui à la fois en tant que psychopraticien affiliée à la FF2P (titulaire du CEP, Certificat Européen de psychothérapie), psychotraumatologue, coach et formatrice. Elle est certifiée en tant qu'enseignante en psychotraumatologie, certifiée en EMDR et en ICV. Elle est maître-praticien en hypnose éricksonienne. Elle est certifiée en ETP (Education Thérapeutique du Patient). Elle est titulaire d'un DU en Ethologie sur l'attachement dans les systèmes familiaux. Elle est superviseure affiliée à la FF2P.

Informations pratiques sur la formation:

SESSION LYON 2026-2027

Dates : les 16 et 17 octobre 2026, 4 et 5 décembre 2026, 29 et 30 janvier 2027, 19 et 20 mars 2027, 30 avril et 1er mai 2027, 18 et 19 juin 2027.

Horaires : de 9h15 à 13h et de 14h30 à 18h00 (7 heures de formation par jour)

Tarifs : Particuliers, prise en charge personnelle : 135 euros TTC par jour.

Entreprises /libéraux : prise en charge professionnelle : 160 euros TTC par jour (133,30 euros HT/jour).

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).

NB : Angélique GIMENEZ ayant choisi de ne pas passer le label Qualiopi, il n'y a pas de prise en charge de la formation via le CPF. En contrepartie, les tarifs sont calculés au plus juste et la qualité de la formation est assurée par le long parcours des formatrices et leurs compétences métier. Elles continuent à se former pour vous assurer une transmission « actualisée » et enrichie des approches plus récentes en communication et en relations.

Lieu : CALUIRE ET CUIRE, proche LYON (69)

Inscriptions et renseignements: auprès de Angélique GIMENEZ : **par téléphone au 06.23.85.87.09 ou par mail:**

contact@anvisage.fr ou Cécile LAGOUCHE : au 06.19.83.99.23 et par mail à :

diet.cecile.lagouche@gmail.com

NB : Les repas peuvent être pris sur place ou en extérieur et sont pris en charge pour le stagiaire (non inclus dans le coût de la formation).