Initiation à la PNL : Maîtrisez les clefs d'une communication puissante pour transformer votre vie et atteindre vos objectifs

BÉRANGÈRE GUTRÉ - FORMATRICE & COACH -
THÉRAPEUTE HOLISTIQUE

INITIATION À LA P.N.L

Véritable outil de transformation personnelle et professionnelle. Elle vous offre la possibilité de comprendre le fonctionnement de votre esprit, d'améliorer vos relations, et d'orienter votre vie vers le succès avec confiance et clarté.

Ce que vous allez découvrir et vivre :

1. Les bases incontournables de la PNL

- Comprenez d'où vient la PNL, ses principes et comment elle agit sur votre cerveau, votre langage et vos comportements.

2. Communiquer avec impact et authenticité

- Maîtrisez le langage digital et analogique pour toucher véritablement votre interlocuteur.
- Développez une écoute active qui crée des connexions profondes.
- Apprenez à détecter et résoudre les incongruences dans la communication pour éviter les malentendus.

3. Cultiver l'empathie et gérer les conflits

- Développez votre intelligence émotionnelle pour mieux comprendre les autres.
- Transformez les tensions en opportunités de dialogue constructif.

4. Fixer des objectifs puissants et réalisables

- Apprenez à formuler des objectifs clairs, motivants et à élaborer un plan d'action efficace pour les atteindre.

5. Reprogrammer votre esprit

- Identifiez et changez vos schémas de pensées limitants qui freinent votre réussite.
- Utilisez la visualisation pour ancrer des images positives et booster votre confiance.

Pourquoi participer ?

- Pour enfin mieux communiquer au travail, en famille, et dans toutes vos relations.
- Pour gagner en confiance et en clarté dans vos choix et vos décisions.
- Pour briser les barrières mentales qui vous empêchent d'avancer.
- Pour acquérir des outils concrets et immédiatement applicables dans votre quotidien.