



# Programmation Neuro-Linguistique (PNL)



LeDôJô

Centre de développement personnel et professionnel

*À la suite de plusieurs années de recherche dans les quatre grands domaines auxquels s'applique la PNL et dont elle s'enrichit (la psychothérapie, le conseil et les interventions dans les organisations, la formation et la pratique sociale), l'équipe d'enseignants du DÔJÔ vous propose les résultats de cette recherche.*

## La PNL fondamentale : une définition

Qu'est-ce que la PNL ? Richard Bandler, co-créateur de la PNL avec John Grinder, propose : « une attitude donnant lieu à une méthodologie d'où découle une série de techniques ». Bien qu'appréciant cette réflexion, nous avons choisi d'aller plus loin.

Au DÔJÔ, la PNL est un modèle de modélisation qui serait dépourvu de sens et d'efficacité si l'intervenant ne démontrait, en permanence dans ses interventions, des attitudes de curiosité, d'ouverture d'esprit, de compréhension, de non-jugement sur lesquelles s'ancre cette approche.

La PNL est une discipline enracinée dans des attitudes sur lesquelles est fondée une méthode, celle de la modélisation, qui donne lieu à des modèles, se déclinant en une série de techniques.

La PNL ne peut se définir ni au travers de ses applications : communication, changement, négociation, vente, accompagnement d'excellence..., ni grâce aux techniques issues de ses modèles ; elle est un modèle de modélisation permettant de mettre à jour des modèles d'applications diverses, voire infinies.

C'est pour cette raison que nous avons mis au point la PNL du DÔJÔ : la PNL d'aujourd'hui.

## La PNL d'aujourd'hui : un nouveau paradigme

Quel est l'intérêt de la PNL d'aujourd'hui ? Qu'apporte-t-elle de plus, de différent, au-delà d'un intérêt accru porté à la méthode à la base de la PNL et qui s'en trouve curieusement souvent écartée, la Modélisation ?

La PNL du DÔJÔ représente un nouveau paradigme. Elle n'abandonne pas les principes de base de la PNL fondamentale, au contraire, c'est en retournant à la source de la PNL, en reprenant contact avec ses prémisses de départ, que la PNL du DÔJÔ puise une énergie nouvelle, car ses principes apportent une source de réflexion et d'action complémentaire, qui permet d'alimenter la démarche de la PNL du DÔJÔ et fait qu'elle est toujours rigoureuse, méthodique, expérimentale et centrée sur le sujet modélisé.

La PNL d'aujourd'hui ne se réduit ni à une simple relecture ni à un enrichissement de la PNL fondamentale. En fait, c'est en tant qu'école de pensée que la PNL du DÔJÔ prend sa place car elle traite de la manière dont les êtres humains font sens du monde qui les entoure, attribuent des significations aux événements auxquels ils participent et construisent leur réalité. En d'autres termes, elle étudie la façon dont chacun crée une relation avec lui-même, avec

les autres et avec le monde environnant ainsi que la manière dont nous maintenons cette relation à travers le temps. La PNL du DÔJÔ se donne aussi comme objet la mise à jour, par la modélisation, des moyens qui permettent de changer la relation que nous avons créée pour gagner en efficacité, en élégance et en joie de vivre.

Résoudre en un minimum de temps et d'une manière éthique, les problèmes auxquels nous sommes personnellement et professionnellement confrontés, nous libérer des contraintes que nous nous sommes individuellement et collectivement imposées pour vivre notre plein potentiel, telle est l'ambition de la PNL d'aujourd'hui.

La PNL nous invite à nous sentir responsables, au sens le plus profond du terme, non seulement de nos rêves, de nos décisions et de nos actes, mais de notre représentation de la réalité.

## En résumé, vivre la PNL, c'est accepter de vivre pleinement une vie créative, riche, ambitieuse et libre.

Le PNListe se donne comme tâche, quel que soit le domaine dans lequel il intervient, d'aider celui qu'il accompagne à faire quelque chose de novateur, de différent, en changeant soit son comportement, soit le regard qu'il porte sur son comportement.

Dans cette optique, l'enseignant amène le PNListe à être lui-même un modèle de changement et à agir en conséquence.

Agent de changement à différents niveaux, le PNListe se propose d'inviter celui qu'il accompagne et de s'inviter lui-même à :

- réfléchir sur ce qui le caractérise : ses ressources, ses limites, ses croyances, ses valeurs, ses expériences, ses difficultés, etc. ;
- approcher et développer de nouvelles formes d'interactions riches et diversifiées dans une construction renouvelée en permanence.

Dans les journées de formation, l'accent est porté sur plusieurs points :

- L'intégration du rôle essentiel du PNListe :  
En tant que praticiens et intervenants dans le champ des relations humaines, nous avons un devoir vis-à-vis d'autrui comme de nous-mêmes. Nous avons d'abord le devoir d'être lucide et congruent par rapport à nous-mêmes, et, ensuite, celui de rechercher et de reconnaître chez l'autre tout signe qu'il montre de congruence et d'accord avec lui-même. Il nous revient, alors, de valider et de partager nos perceptions, sous forme de feed-back positifs, pour l'aider à prendre conscience et de renforcer sa confiance dans le fait de posséder, lui-même ou de pouvoir trouver dans son environnement, toutes les ressources dont il a besoin.
- L'établissement d'une relation de confiance et d'ouverture :

Qualifié



Le DÔJÔ - 2, Square Vermeuzen 75005 PARIS - Tél. 01-43-36-51-32 - Site WEB : [www.ledojo.fr](http://www.ledojo.fr)

Dès le début de la relation, le rôle du praticien-intervenant est d'établir une relation d'ouverture et de confiance avec le sujet modélisé qu'il accompagne. Dans la mesure où les démarches de modélisation et de développement du sujet prennent toutes les deux appui sur une compréhension évolutive des représentations du sujet et sur la co-construction d'une représentation partagée entre le modélisateur et le sujet, la compréhension évolutive des représentations s'effectue autant chez le sujet grâce à l'échange et au dialogue qu'ils établissent ensemble.

- L'accompagnement du changement dans le but d'aider le sujet à créer de nouveaux récits et par là même, à s'offrir de nouvelles perspectives et à s'ouvrir à des opportunités nouvelles :

Le praticien-intervenant est un «participant-observateur-écou-tant» aussi bien qu'un «participant-facilitateur» de la communication relationnelle orientée vers le changement. Il prend une part active au dialogue, comprend ce que dit le sujet, saisit la manière dont il construit ses représentations et recherche le «non-encore-dit». Il facilite la création d'un contexte étayant et sécurisant qui permet d'en explorer le sens.

Il s'agit pour le PNListe d'apprendre comment utiliser les représentations qu'apporte le sujet pour :

- lui permettre de répondre à sa demande et satisfaire ses besoins ;
- l'aider à formuler son but suprême et ses objectifs opérationnels ;
- éclairer d'un jour nouveau les non-dits en rendant explicite l'implicité.

### **La Modélisation d'Excellence : des stratégies d'intervention et d'accompagnement du changement**

A tous les niveaux, la formation en PNL met en exergue la notion de climat relationnel : Comment mettre en place un climat dans lequel le sujet accompagné se sent accepté inconditionnellement, confirmé et validé en tant que personne ?

La réponse à cette question implique que l'intervenant entende, comprenne et accepte les représentations du sujet, et, qu'il apprécie toute la richesse de leur signification. Une telle entente, une telle compréhension sensible ne peuvent se réaliser qu'au travers d'une attitude d'acceptation inconditionnelle et de curiosité.

La position de base du PNListe commence donc par l'étonnement. Il ne s'agit ni d'étonner ni d'être étonné, mais de s'étonner dans tous les domaines de vie. Cet étonnement porte, en effet, sur tout ce qui nous entoure : le temps, l'espace, les choses, les personnes, l'environnement en général, et sur nous-mêmes. Choisir de s'étonner représente, en soi, un acte délibéré, pro-actif et créatif.

Le recours à des mécanismes de la logique de la contradiction, ainsi que celle de la non-exclusion, de l'auto-référence, de la croyance et du paradoxe est de mise. Dans la mesure où la construction d'une interaction ou d'une intervention ne saurait se planifier seulement sur la base d'une logique stratégique, la mise au point et la réalisation de l'intervention en PNL sont déterminées par l'objectif que le sujet souhaite atteindre tel qu'il le définit.

Le rôle du PNListe est bien, alors, de créer dans l'instant de la relation des protocoles spécifiques qui organisent le processus de résolution du problème et d'évolution du sujet.

La modélisation qui est au centre de notre pédagogie. L'apprentissage et l'application des protocoles standards constituant l'essentiel de l'enseignement de la PNL fondamentale n'est pas la finalité de la démarche. Les protocoles sont présentés et travaillés au cours de la formation à titre d'exemple d'un accompagnement du changement et pour enrichir la compréhension des modèles enseignés au travers de l'application des techniques qui en découlent.

Dans la formation de PNL, vous apprendrez une articulation qui vous permet de construire des modèles d'intervention «sur mesure» correspondant aux sujets accompagnés et aux problèmes spécifiques

qu'ils rencontrent. Vous deviendrez ainsi non seulement plus efficace et plus élégant dans vos interventions, mais aussi plus prédictif, capable d'anticiper les évolutions possibles de l'intervention en cours.

### **Formations Certifiantes en PNL**

Les formations certifiantes du DÔJÔ reflètent les normes en vigueur. Quel que soit le cycle : Praticien 1, Praticien 2, Maître-Praticien, Enseignant, toutes les formations à la PNL sont organisées sous la forme d'un ensemble de modules de 3 jours, chacun privilégiant un thème particulier, et enseignées par un des membres formateurs ou enseignants certifiés de l'équipe PNL du DÔJÔ.

Dans chacun des modules, les modèles propres à la PNL sont présentés et illustrés au travers des outils et techniques spécifiques. Les thèmes des modules et le parcours d'apprentissage proposé ont fait l'objet d'une réflexion pédagogique et d'une expérimentation terrain, car au DÔJÔ, nous pratiquons ce que nous enseignons et enrichissons notre enseignement de notre pratique.

L'enseignement de la PNL est renouvelé et réactualisé en permanence pour incorporer les derniers développements de la PNL et de sa pédagogie. Les membres de l'équipe PNL du DÔJÔ se tiennent au courant des nouveautés de cette approche. En participant à l'élaboration des méthodes d'enseignement et à la création de modèles, d'outils et de techniques d'intervention dans tous les domaines auxquels s'appliquent la PNL, ils restent à la pointe du progrès.

L'itinéraire "Plaisir d'apprendre la PNL" présenté ci-après est le produit direct de l'application de la PNL à sa pédagogie.

Chaque module est constitué de trois éléments fondamentaux :

- apports théoriques sur les fondamentaux de la PNL-C ainsi que sur nos plus récentes découvertes dans ce domaine ;
- transmission aux participants d'outils et de techniques originaux, susceptibles d'applications immédiates dans les différents domaines auxquels la PNL s'applique et dont elle s'enrichit : la psychothérapie, le management, la vente, l'animation, la formation, la communication, la relation d'aide ;
- mises en commun des ressources des participants et analyses croisées de leurs préoccupations en vue d'élaborer des réponses PNL, c'est-à-dire, novatrices, personnalisées et modélisables.

### **Itinéraire pédagogique de la PNL "Plaisir d'apprendre"**

L'itinéraire "Plaisir d'apprendre la PNL-C" vous fait découvrir, apprécier et intégrer les subtilités de la PNL grâce à sa méthode de base : la modélisation. Quel que soit le niveau de formation, vous trouverez beaucoup de créativité, d'apports théoriques et d'exercices pratiques dans chacun des modules présentés. Une grande liberté dans les échanges avec l'animateur et les autres participants encourage l'acquisition et l'assimilation des concepts traités. Ce climat détendu favorisera votre apprentissage et vous servira d'ancrage et d'expérience de référence pour faciliter votre intégration de la PNL-C au travers des différents modèles outils et techniques enseignés.

### **Praticien et Maître-Praticien en PNL**

Pour toute personne découvrant la PNL, le chemin d'apprentissage commence par le premier niveau : le Praticien 1 et se poursuit par la deuxième étape : le Praticien 2. Validé par un examen de fin de cycle, cet apprentissage aboutit au certificat de Praticien en PNL permettant de suivre le Maître-Praticien en PNL. Cette dernière formation, certifiante aussi, est confirmée par un examen pratique et théorique lors des journées de "Super-révision, Intégration et Évaluation", en fin de cycle, et la rédaction d'un mémoire.

Toute personne déjà formée à la PNL est susceptible d'apprécier la PNL et de profiter de son enseignement spécifique. Il est toujours possible d'intégrer un cycle de formation en PNL après avoir suivi une formation en PNL fondamentale.

## Praticien en PNL : niveau 1

Ce premier niveau du Praticien en PNL, d'une durée de 12 jours est organisé en 4 modules de 3 jours. Il traite des bases de cette approche et des modèles, des outils et des techniques spécifiques à ce niveau d'apprentissage au travers de diverses applications.

Les thèmes abordés permettent de faciliter la communication en toutes circonstances et d'amorcer un processus de changement.

Parmi les thèmes traités :

### Les Bases de la PNL

La Programmation Neuro-Linguistique est le fruit d'une rencontre entre deux personnes et plusieurs idées. Une brève historique permet de découvrir la naissance de cette méthode et de la situer dans son contexte du départ - la Californie des années 1970. Vous découvrirez les premiers PNListes : John Grinder et Richard Bandler, chercheurs originaux, créateurs de l'approche, leurs premiers élèves, dont certains devenus chef de fil à leur tour, et des chercheurs plus récents, responsables des dernières découvertes en PNL. En explorant les modèles théoriques et pratiques ayant servi de base à la méthode, vous apprécierez aussi son parcours vers la PNL de la 3<sup>ème</sup> génération.

### Les Secrets de la Communication

La PNL s'apprécie comme un modèle de communication efficace. Les secrets présentés ici facilitent échanges et rencontres avec tous vos partenaires de communication. Ils relèvent des principes de base de la PNL et de leur mise en action. Connaître les secrets de la communication permet d'observer son interlocuteur avec acuité, de décoder ses signaux verbaux et non-verbaux, de se mettre à sa portée, de créer et maintenir une relation de qualité, structurer des échanges fructueux, intervenir de façon respectueuse et gérer les processus de la relation. Vous découvrirez comment décoder les secrets de la communication pour vous en servir sans restrictions, en toutes circonstances pour le plus grand bien de tous.

### Le Langage de Précision

C'est le Méta-Modèle, modèle linguistique à la base de la PNL dont il est question ici. Mis au point par John Grinder et Richard Bandler à partir des travaux d'Alfred Korzybski (Sémantique Générale) et de Noam Chomsky (Grammaire Transformationnelle), il a sa place dans toute intervention. En effet, pour établir un objectif, faciliter la réflexion, monter un projet, entretenir de bonnes relations, penser clairement, etc., le Méta-Modèle s'avère une aide irremplaçable. Avec le temps, et le développement de la PNL, le Méta-Modèle a évolué. Vous découvrirez différentes versions du Méta-Modèle ; chacune avec des rubriques et des intérêts spécifiques. Vous apprendrez comment utiliser cet outil de base de la PNL à bon escient dans tous les domaines de la vie.

### Activez vos Ressources

Un présupposé de base de la PNL nous a largement inspiré cet intitulé : « Nous disposons tous de toutes les Ressources dont nous avons besoin, soit dans notre propre histoire, soit, dans notre environnement. »

Au sens large, une ressource est ce qui nous aide à atteindre nos buts dans la vie et à nous réaliser ; au sens restreint, elle permet de transformer notre État Présent en État Désiré. Les ressources sont de tous ordres : comportemental, cognitif, émotionnel, et sont partout : au passé, au présent, au futur, au sein de nos expériences réelles et imaginaires. Vous apprendrez comment les activer, d'où qu'elles viennent, où qu'elles soient et quelles que soient leur forme et leur nature grâce à une diversité de techniques d'ancrage.

### De la Motivation à l'Action

Parler le langage de l'interlocuteur est un des moyens les plus puissants de se faire comprendre et apprécier : deux facteurs importants de motivation.

Les différents modèles présentés vous permettront de reconnaître le canal sensoriel de votre interlocuteur et de vous exprimer dans son langage, traduire vos idées dans son mode de pensée, lui servir d'interprète et de médiateur vis-à-vis d'un tiers. Vous apprendrez aussi les éléments essentiels à la réalisation d'un but et comment faire émerger et respecter les critères indispensables à la mise en place de tout objectif réussi.

## Praticien en PNL : niveau 2

D'une durée de 9 jours, composée de 3 modules de 3 jours, cette formation fait suite au Praticien niveau 1 et permet au participant d'obtenir le certificat du Praticien en PNL.

Les thèmes développés facilitent la compréhension et l'intégration de la PNL à ce niveau d'apprentissage. Les modèles, outils et techniques présentés ici s'appuient sur des applications pratiques permettant d'accompagner la dynamique et le processus de changement.

À titre d'exemple, vous y trouverez :

### Apprenez à Apprendre

Nos automatismes, nos programmes, résultent d'apprentissages fondés sur des stratégies, définies dans le Nouveau Dico-PNL comme : « une séquence de comportements externes et/ou de représentations internes menant à un but spécifique et prédéterminé, indiqué par le nom de la stratégie ». Sa fonction : traiter et évaluer des informations pour aboutir à une action.

Une variété de stratégies vous seront présentées : celles d'orthographe, d'apprentissage, de décision, entre autres.

En repérant vos propres stratégies et en saisissant celles des autres, vous apprécierez comment, et pourquoi, vous faites ce que vous faites et découvrirez un des éléments les plus importants et les plus pertinents dans une démarche de modélisation et de transfert de compétences.

### Un Cerveau pour Changer

Les sub-modalités, les plus petites parties sécables de notre expérience, sont les sous-ensembles descriptifs des modalités <VAKO/G>. Et elles jouent un rôle considérable dans notre façon de donner un sens à notre vécu.

Voir la vie en rose, avoir le « blues », broyer du noir..., ces expressions ne sont pas seulement une façon de parler : elles disent bien les moyens utilisés pour créer notre expérience et la modifier.

Vous apprendrez à vous servir des sub-modalités pour que chacun change un peu, beaucoup, passionnément.

### De la Réflexion à l'Action

Modes et modèles de recadrage sont au centre de cette réflexion qui vous mènera, sans doute, à entreprendre de nouvelles actions.

Le processus de recadrage permet de reconsidérer une situation d'un point de vue différent de celui adopté initialement. Et ça change tout ! En découvrant les différentes sortes de recadrages vous apprendrez comment changer la signification d'un événement, transformer le cadre d'une expérience, découvrir de nouvelles options pour obtenir vos objectifs.

Vous serez sensibilisés aussi aux processus de la négociation gagnante-gagnante, forme de négociation qui se propose de traiter délicatement les personnes et de mettre à mal les problèmes, d'être « soft » au niveau des négociants et « hard » par rapport à l'objet de la négociation.

### Dynamiques de Changement

Le changement n'est ni uniforme ni univoque. Rarement souhaité, il est pourtant souvent souhaitable.

Connaître la dynamique et la logique d'un processus du changement vous permettra de mieux appréhender, accueillir et accompagner le changement quel qu'il soit. Une réflexion théorique, des techniques pratiques, facilitant la compréhension, la mise en place et l'accompagnement au changement dans la relation à l'autre vous seront présentés. Vous apprendrez à reconnaître et à apprécier types, ordres et niveaux du changement, et à vous en servir dans diverses applications.

### Le Langage de Persuasion

Le langage de persuasion renvoie à l'art et la science d'influencer. Le modèle linguistique est celui de la persuasion : le Milton-Modèle. Mais ce n'est pas tout. Appelé souvent le « Méta-Modèle Inversé », un modèle de précision à l'envers, le Milton-Modèle représente aussi un modèle de langage métaphorique qui permet au sujet d'explorer son paysage intérieur.

Vous découvrirez les rubriques de base du Milton-Modèle, leur intérêt et utilisation dans le cadre de la métaphore, de façon à influencer et persuader avec intelligence et intégrité.



## **Maître-Praticien en PNL**

La formation de Maître-Praticien en PNL fait suite au Praticien niveaux 1 et 2, et permet de valider pleinement l'intérêt et la puissance de la PNL en tant que modèle de la modélisation. D'une durée de 21 jours, organisée en 7 modules de 2, 3 ou 4 jours, cette formation est confirmée par un examen pratique et théorique, et la rédaction d'un mémoire.

À ce niveau d'apprentissage, la modélisation est privilégiée. Pour cette raison, nous choisissons un ou plusieurs modèles de modélisation parmi ceux cités ci-dessous en complément aux autres modules de formation du Maître-Praticien. Ce choix illustre notre idée de force : la PNL est un hologramme : on trouve l'ensemble représenté dans chacune de ses parties.

**Parmi les modèles de modélisation :**

### **Le Modèle de Modélisation Avancée du DÔJÔ**

Modèle de modélisation générative par excellence, le modèle de modélisation avancée du DÔJÔ vous donne accès à un procédé de mise à jour et de formalisation de tout ce qui fait l'expertise de l'expert modélisé. En faisant la part de l'essentiel et de l'indispensable à son savoir-faire, en le distinguant de ce qui lui est personnel, idiosyncrasique, vous obtenez un modèle final simple et épuré.

Vous apprendrez les étapes de la modélisation générative dans ses applications diverses et vous apprécierez pleinement l'intérêt de la question centrale de la modélisation : « Qu'y a-t-il de nécessaire et de suffisant pour produire l'excellence ? »

### **Le Modèle des Schémas d'Expérience**

Basé sur le modèle d'Expérience Subjective, ce modèle permet de schématiser l'expérience du sujet dans un contexte donné, sous une forme dynamique. La synergie créée entre les comportements, pensées, émotions et croyances prend alors tout son relief, et permet de déterminer les relations et interactions entre ces différents aspects de l'expérience, et leurs impacts respectifs.

En apprenant ce modèle de modélisation, vous apprécierez encore davantage la nature systémique de la PNL. Vous comprendrez aisément comment vous pouvez appliquer la PNL à tout moment, et ce, dans tous les contextes de la vie, car les Schémas d'Expérience offrent des repères facilement assimilables, en réponse à la question essentielle de la modélisation : « Comment ça marche ? »

### **Modélisation Théorique, Isomorphique, Conceptuelle**

Modelage ou Modélisation ? Voilà une question qui a longtemps animé les débats de PNListes et reste d'actualité aujourd'hui. Le modelage, ou modélisation isomorphique, est empirique, basé sur les cinq sens et non scientifique. La modélisation théorique définit ce qu'est l'expertise sans avoir observé un expert à l'ouvrage.

La mise à jour du « Méta-Modèle », le Langage de Précision, relève d'une démarche de modélisation théorique, conceptuelle, alors que les travaux plus récents de John Grinder illustrent une démarche de modelage, de modélisation isomorphique.

Dans ce module, vous ferez l'expérience de ces différentes formes de modélisation pour vous permettre d'apprécier chacune dans sa singularité, vous en faire une représentation et être en mesure de choisir comment vous en servir.

### **La Modélisation Symbolique et le Langage Propre**

Pour évoquer, explorer, expliquer notre expérience, nous nous servons tous de métaphores, d'images, d'allégories. Ces tournures de phrases participent de nos métaphores de vie, de notre « paysage symbolique » qui se révèle et se transforme grâce au langage propre et à la modélisation symbolique.

Vous apprendrez ici à entendre, comprendre, apprécier et parler le langage propre à la personne accompagnée - ce langage dont elle se sert pour créer ses représentations spécifiques. Vous repérerez les métaphores fondamentales cachées dans le discours le plus quotidien et découvrirez comment les mettre à jour, tout comme les symboles essentiels, pour encourager leur évolution dans la résolution de problèmes, de négociation et de transformation personnel

**Et les autres modules au programme :**

### **À la Découverte de votre Génie Personnel**

Au milieu des années 1980, dans l'ouvrage *Turtles all the way down : Prerequisites for personal genius* (Des tortues tout au long : pré-requis du génie personnel), John Grinder et Judith Delozier ont identifié et codé une série de patterns illustrant le Nouveau Code de la PNL.

Vous découvrirez comment appliquer ces patterns dans votre vie quotidienne, les mettre à contribution dans vos relations avec les autres, et en faire profiter ceux que vous accompagnez. Les divers savoir-faire acquis ici vous feront gagner en souplesse, en élégance et en congruence dans toutes les sphères de votre expérience.

## **Méta-Programmes Appliqués (PPMD)**

Filtres de Sélection qui orientent et structurent nos processus de traitement d'informations, les Méta-Programmes sont les programmes de nos programmes.

Bien que les Méta-Programmes soient contextualisés, leur récurrence indique un profil de personnalité que l'on peut dresser dans un contexte donné. Pour cette raison, des profils et inventaires de personnalité, se servant de ces distinctions, ont vu le jour dont le Profil de Performance des Méta-Programmes du DÔJÔ – PPMD®, mis au point par Bernard Hévin et Jane Turner. Utilisé dans le recrutement, le management, la négociation, la vente, la communication et la modélisation, ce profil de performance a déjà fait ses preuves.

Vous apprendrez à vous servir du PPMD® avec élégance et efficacité dans tous les contextes de votre vie.

### **La Carte des Émotions : choisissez votre menu**

Le modèle des émotions de la PNL vous permettra d'apprendre à gérer vos émotions et d'aider les autres à en faire autant, à tous les niveaux et en toutes occasions : avant, pendant et après un événement.

Grâce aux composantes structurales des émotions, vous découvrirez comment sélectionner des émotions aidantes dans un contexte donné, exprimer vos émotions de façon adéquate et ajustée aux circonstances, faciliter une ambiance émotionnelle propice (car les émotions « circulent »).

Vous apprendrez également à décoder les messages de vos émotions pour accroître votre intelligence et votre bien-être émotionnels.

### **Croyances : l'influence de nos croyances sur nos systèmes de vie**

Il s'agit ici d'un travail spécifique sur les croyances : comment les mettre à jour, les appréhender, les évaluer, et les changer. Vous découvrirez la structure des croyances, tant au niveau linguistique qu'expérientiel, comment les croyances se créent à des moments propices de la vie, comment elles se renforcent et se maintiennent à travers le temps et, comment elles se transforment tout aussi naturellement.

Les croyances font partie de nous, de notre expérience subjective. Elles représentent, sans doute, un des éléments les plus fondateurs de notre personnalité.

Savoir comment les détecter, les apprécier à leur juste valeur et les transformer, change, littéralement, la vie.

### **La Ligne du Temps**

La Ligne du Temps, la représentation spatiale de notre temporalité, vous invite à découvrir et expérimenter un modèle de développement personnel et professionnel, comme un ensemble de techniques et d'outils au service de la pratique de la relation d'aide et du changement.

Vous apprécierez comment la Ligne du Temps, dans l'espace qu'elle occupe, structure et oriente nos perceptions, nos représentations, organise notre pensée et nos activités.

Vous apprendrez également comment vous guider, et accompagner d'autres personnes, dans la réalisation d'objectifs de changement.

### **Super-révision, Intégration et Évaluation**

Ce module particulier clôt la formation. Il permet de faire le point sur vos connaissances en PNL, autant sur le plan théorique que pratique en offrant aussi une occasion privilégiée d'échanger avec d'autres sur les applications de la PNL dans vos divers domaines de vie au travers de la présentation de votre Projet Master. À la suite de l'examen pratique de fin de cycle validant votre compréhension et votre utilisation de ce modèle, vous serez invité à remettre le Mémoire Master afin d'obtenir le titre de Maître-Praticien certifié en PNL.

## **Enseignant certifié en PNL**

Maître-Praticien certifié en PNL, vous désirez continuer votre formation dans ce domaine en devenant enseignant afin de former et de certifier des Praticiens et des Maître-Praticiens à votre tour.

Un enseignant certifié étant à la fois un agent de changement et un professionnel de la formation dans les relations humaines, le cursus de formation de ce niveau comporte plusieurs volets expliqués dans un document spécifique.

## **ANIMATEUR**

Jane TURNER, co-auteur, avec Bernard HÉVIN du Nouveau Dico-PNL, et auteur de La Ligne du Temps (InterEditions), Jean-Marc CONSTANT, Bernard HÉVIN ou Sandrine RIVIERE.

**Un ouvrage de référence de Jane TURNER et Bernard HÉVIN**  
**Le nouveau Dico-PNL : comprendre les mots et les concepts de la PNL**  
**Préface de Robert DILTS**