

Formation proposée au Domaine des Cèdres

1180 route des Hauts Fourneaux

01150 Villebois



Domaine
DES CÈDRES

HÔTEL | MARIAGE | RÉCEPTION



Pour qui

Particulier, manager, manager coach, cadre, chef de projet, professionnels de la relation d'aide, enseignants, formateurs, éducateurs...



Prérequis

Aucun



Modalités d'accès

Inscription en ligne ou en agence après réception des éléments du **dossier** de formation



Durée

Présentiel : 14 Heures + activités à distance

Horaires : A définir



Objectifs

A la fin de la formation **l'apprenant** sera **capable** de :

- ☑ Mettre à jour et clarifier leurs objectifs
- ☑ Découvrir leurs aspirations les plus profondes, mieux utiliser leurs ressources
- ☑ Améliorer leurs états émotionnels, leur confiance en soi, motivation, bien-être...
- ☑ Développer leur habilité à communiquer et leurs ressources
- ☑ Améliorer leur environnement personnel, familial et/ou professionnel



Tarifs :

INTER = 425€ HT/personne/jour et 950 € / 2 jours + Activités à distance

INTRA = 3 500 € HT/jour et 8000€ HT/2 jours pour un groupe de 10 personnes + Activités à distance.



Suivi de l'exécution

Feuilles de présences signées.

Appréciation des résultats

- ☑ **Evaluation** orale attestant l'acquisition des connaissances
 - ☑ **Questionnaire** d'auto-évaluation (QCM) au début, pendant et à la fin de la formation
 - ☑ **Exercice** de synthèse
 - ☑ Attestation **d'assiduité**
 - ☑ Attestation de **présence**
 - ☑ Questionnaire de **satisfaction**
- Nombre de participants :**
- ☑ 12 personnes maximum
 - ☑ **INTER** = plusieurs sociétés
 - ☑ **INTRA** = une même société



Les + de NOVACAP



Une prise en charge rapide avec un devis effectué sous **24 heures**.



Un formateur **expert** et **certifié** vous rappelle afin de valider votre **besoin** via un questionnaire et/ou un test de positionnement.



Nous vous accueillons avec un **sourire**, un **café** et des **outils pédagogiques** de **qualité** (ordinateurs, salles, Wifi, Imprimante, etc.)



Adaptation des modalités pédagogiques en fonction des besoins de l'apprenant



Un accès annuel **gratuit** à la plateforme **e-learning** de NOVACAP avec accès à la documentation : exercices, leçons, vidéos, supports PDF.



Formation **Sur-mesure** : Inter, Intra, blended learning, à distance, FOAD, classe virtuelle, individuelle, collective.

Programme détaillé du contenu des séquences

1. Le cadre général de la PNL

- ✓ L'origine de la PNL, sa philosophie et ses nouveaux développements dans le coaching personnel

2. La méthodologie des objectifs

- ✓ Formuler clairement un objectif et réunir les éléments qui permettront de mieux les concrétiser

3. La conduite des états internes

- ✓ Accéder volontairement à un état ressource
- Gérer le stress, modifier des réactions émotionnelles inadéquates, retrouver de nouvelles ressources favorables pour améliorer la vie au quotidien

4. La communication verbale et non verbale

- ✓ Développer un système relationnel riche
- ✓ Etablir ou rétablir une relation plus positive, savoir comment écouter son interlocuteur, lui poser de bonnes questions et l'accompagner de façon plus constructive vers son propre développement

5. La direction de la vie

- ✓ Se pencher sur l'avenir de sa vie, lui donner plus de sens
- ✓ Développer celle-ci en cohérence avec ses aspirations personnelles

Incluant le café d'accueil et le déjeuner sur une journée. Et le dîner, la nuité et le petit-déjeuner sur deux jours.