

# Notre Ambition

vous permettre d'accéder à un autre niveau



**MHD**  
Formation

## ■ PNL Expérientielle ®

■ Hypnose Expérientielle ®

■ Coaching Expérientiel ®

■ Psychothérapie Expérientielle ®

■ Consultant - Formateur

■ Superviseur





Bonjour,

Une formation à la PNL conçue et animée par MHD-EFC c'est une formation différente qui inclut une pédagogie innovante : Nous privilégions l'intégration des concepts et la mise en application pendant et en dehors des séminaires.

La PNL est un formidable outil de communication et de changement qui permettra rapidement de faire évoluer votre quotidien.

Marie-Hélène Dini



La PNL connaît de plus en plus de succès, tant en France qu'au niveau international.

### A QUOI SERT LA PNL ?

La PNL apporte des réponses concrètes et facilement applicables afin d'apprendre à lutter contre le stress, améliorer nos capacités relationnelles et vivre le changement perpétuel avec une souplesse accrue. Elle permet de développer un véritable art de communiquer et d'appréhender le changement. La PNL induit le changement par l'exploration de la situation de départ, d'arrivée, et du chemin à parcourir pour passer de l'une à l'autre. Elle nous aide à identifier nos freins («je ne suis pas capable», «je n'y arriverai jamais», etc.) et à acquérir de nouvelles ressources pour construire un avenir qui s'inscrit dans notre projet de vie.

### LES APPORTS DE LA PNL

#### La Communication :

- La communication, c'est avant tout la relation. La PNL vous enseignera comment créer et maintenir une bonne relation.
- Comprendre la vision de l'autre est essentiel à une bonne communication : la PNL vous apprendra à repérer cette vision et à la décrypter pour faciliter la communication.

#### Le Changement :

- La PNL vous apprendra à gérer le changement : définir des objectifs, diminuer les résistances, construire son projet de vie.

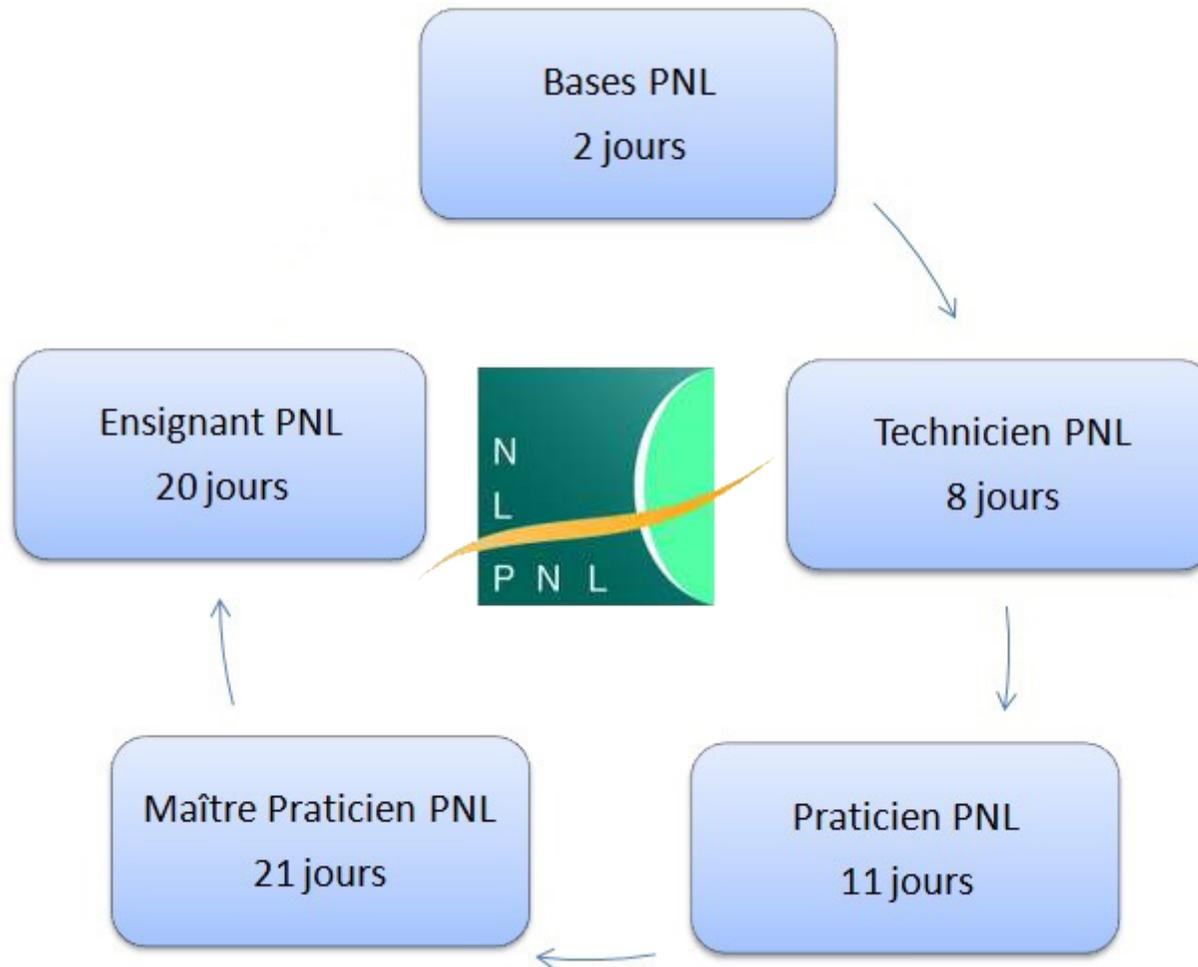
#### L'Efficacité Personnelle :

- La PNL vous apprendra à gérer vos ressentis (stress, trac, etc.).
- Vous connaîtrez mieux vos atouts pour les renforcer et vos points faibles pour en diminuer l'impact, etc.
- Vous apprendrez également à gérer vos conflits internes pour être encore plus efficace.
- Vous rendrez plus efficaces vos stratégies d'apprentissage.

## L'UTILISATION DE LA PNL AU QUOTIDIEN

- **Suivre une formation en PNL c'est avant tout s'accorder du temps pour mieux se connaître** et devenir plus performant (diminuer ses blocages, apprendre à mieux communiquer, développer des ressources) et vivre davantage en harmonie avec ses aspirations profondes.
- La PNL est utile dans la vie professionnelle pour **améliorer sa communication** (vente, accueil du public, call center, négociation, management, etc. partout où la communication est importante).
- La PNL permet d'**accompagner les personnes dans le cadre de la Relation d'Aide** pour augmenter l'éventail des solutions qui peuvent être apportées au problème qui les préoccupe.
- La PNL induit une **amélioration de la gestion des états internes** (stress, colère...) ainsi que l'appropriation ou la transposition de ressources dans des situations où la personne n'avait pas l'habitude de les utiliser.
- La PNL est **très utilisée dans la formation**, afin de permettre aux enseignants de mieux comprendre les processus d'apprentissage et de les utiliser dans leur démarche pédagogique.
- Faire de la PNL c'est aussi choisir pour soi de **se développer personnellement** pour travailler et allier un meilleur **équilibre entre harmonie et performance**, atteindre ses objectifs de vie et vivre en accord avec ses pensées, ses ressentis et ses actes. De ce fait, vous améliorerez les domaines de votre vie que vous souhaitez illuminer et vous en ferez bénéficier votre entourage tant personnel que professionnel.

**LE CYCLE PNL EXPERIENTIEL ® EN 5 ETAPES (MAXIMUM)**



**Toutes les formations de notre cursus PNL  
ainsi que nos formateurs sont certifiés NLPNL**

(Associations Francophones des certifiés en Programmation Neuro-linguistique)

NOS PARCOURS PNL EXPERIENTIELLE ®

Devenez Praticien en PNL



Nous proposons une formation en PNL qui vous permettra d'avoir un métier clés en mains.

Découvrez notre pack de notre formation Praticien Thérapie Brève



Nous proposons une formation en PNL alliée à un autre outil : le coaching.

Découvrez notre pack de notre formation Coach PNL.



## Option :

### APPRENTISSAGE DE LA POSTURE D'ACCOMPAGNEMENT - 2 jours

#### Recommandations :

Ces 2 jours sont recommandés pour toute personne désirant suivre une formation PNL ou hypnose de niveau technicien et au-delà. Vous êtes bien entendu dispensé de ce module si vous êtes déjà formé à des techniques telles que le coaching, la thérapie ou la relation d'aide.

Nous considérons que pour manier ces outils avec le maximum d'efficacité, il est important d'acquérir et développer une posture d'écoute et de centrage sur l'autre.

#### OBJECTIFS DE LA FORMATION :

S'initier à une posture d'accompagnant afin d'utiliser les outils de l'accompagnement avec plus d'efficacité.

#### LES BASES DU COACHING / POSTURE D'ACCOMPAGNEMENT

- Définition du coaching, de la relation d'aide, de l'accompagnement.
- Les 10 clés de la relation
- Distinguer le besoin de la demande (RPBD), passer de la plainte à la demande
- Définir l'objectif
- Les techniques d'entretien

### OBJECTIFS DE LA FORMATION :

- Savoir établir une bonne relation de confiance et d'écoute avec autrui
- Intégrer les valeurs premières de la PNL basées sur la confiance et le respect
- Développer les capacités d'écoute et d'observation afin de savoir recueillir de l'information

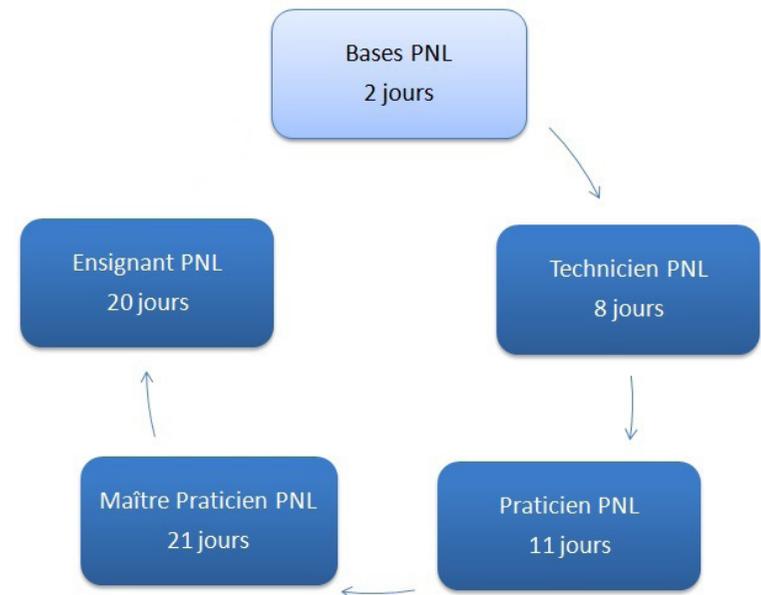
**LIEU :** Paris ou Nantes

**DUREE :** 2 jours

**PRE-REQUIS :** Entretien d'admission

### PROGRAMME

- Historique de la PNL
- Notion de carte mentale
- Les présuppositions de la PNL
- Les trois axes de la PNL
- L'établissement et le maintien du rapport dans le respect du modèle du monde de l'autre et de son écologie
- L'art de la synchronisation aussi bien sur un plan linguistique que corporel en vue de favoriser la relation
- La reformulation : savoir renvoyer à son interlocuteur l'essence de son discours



### PROGRAMME

#### DES CLES POUR LE CHANGEMENT

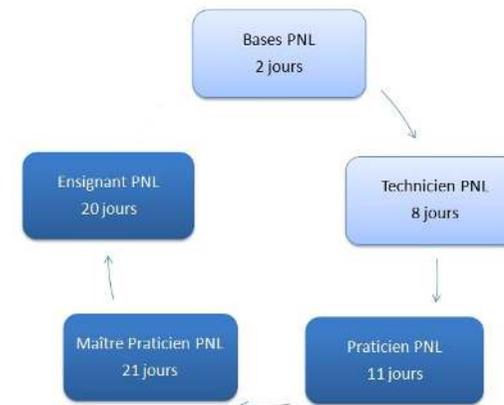
- Le méta-modèle ou la façon de poser les bonnes questions pour obtenir les réponses précises, c'est-à-dire comment mieux communiquer et amener l'autre à mieux communiquer
- Notion d'écologie en PNL
- Le feed-back et les critères d'un feed-back efficace
- Formulation d'objectifs : Les bonnes conditions de formulation
- L'ancrage, le puissant outil de base en PNL, générateur de changement
- L'ancrage, approfondissement : les différents types d'ancrages, l'enchaînement d'ancres
- Créer un état ressource
- Le cadre «Comme Si»
- État Présent et Etat Désiré
- Les niveaux logiques
- Le codage neurologique : le VAKOG
- Les systèmes de représentation et leur repérage par les accès oculaires et les prédicats
- L'acuité sensorielle ou les capacités d'observation du non verbal

#### OBJECTIFS DE LA FORMATION :

- Découvrir et comprendre les composantes du codage neurologique des expériences
- La gestion des états internes
- Affiner les outils de la PNL comme l'ancrage
- Reproduire et maintenir un état de ressource
- Optimiser les capacités de communication avec soi et avec autrui
- Accompagner le changement dans l'écologie
- Développer des états ressources

#### ACCOMPAGNER LA REUSSITE

- Savoir donner et recevoir du feed-back
- Association et dissociation
- Les formes subtiles du codage neurologique : les submodalités
- Modifier le codage neurologique de l'expérience pour mieux la vivre
- Stratégies de créativité.
- Générateur de comportement nouveau
- Le recadrage en six étapes
- La double dissociation et le traitement des phobies



**LIEU :** Paris ou Nantes

**DUREE :** 8 jours

**PRE-REQUIS :** avoir suivi la formation Bases PNL. Il est recommandé d'avoir suivi les Bases Coaching (Apprentissage de la posture d'accompagnement)

## LA FORMATION PRATICIEN PNL EXPERIENTIELLE®

### OBJECTIFS DE LA FORMATION :

- Savoir décoder les situations problèmes
- Repérer la structure d'un contenu pour mieux accompagner une personne
- Apprendre à clarifier et réguler les conflits internes
- Mieux comprendre et accompagner
- Découvrir des procédures de résolution de problèmes
- Affirmer sa compétence au niveau des outils PNL ; à partir de la diversité des procédures démontrer une approche logique, cohérente et structurée

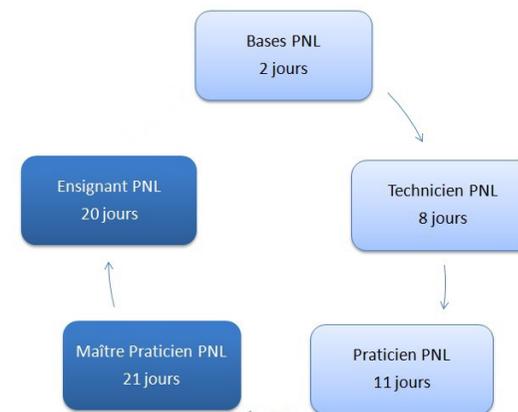
### PROGRAMME :

#### LES STRUCTURES DU SUCCES

- Notion de stratégies
- Le modèle TOTE
- Conditions d'efficacité d'une stratégie
- Le réseau d'expérience de David Gordon

#### A LA RENCONTRE DE NOTRE HISTOIRE PERSONNELLE

- Le changement d'histoire personnelle
- Notion de parties : la négociation entre parties
- Le modèle de la communication
- Mettre à jour les confusions de niveaux logiques
- Les diverses formes du recadrage
- Les quatre orientations fondamentales des choix et de la motivation



### VERS LA RESOLUTION DE PROBLEME

- Approche métaphorique de la résolution de problèmes : la fertilisation croisée de Bateson
- Transformer une émotion en feed-back
- Techniques d'intégration de nos différentes parties vers une identité unifiée
- Le modèle de mentor
- Le modèle de Milton Erikson
- La ligne du temps

### EPREUVES DE CERTIFICATION

- Présentation d'une étude de cas
- Évaluation des connaissances théoriques (épreuve écrites)
- Démonstration de compétences techniques

**LIEU :** Paris ou Nantes     **DUREE :** 11 jours

**PRE-REQUIS :** avoir suivi la formation Technicien PNL

**DIPLOME :** Certificat de Praticien en PNL

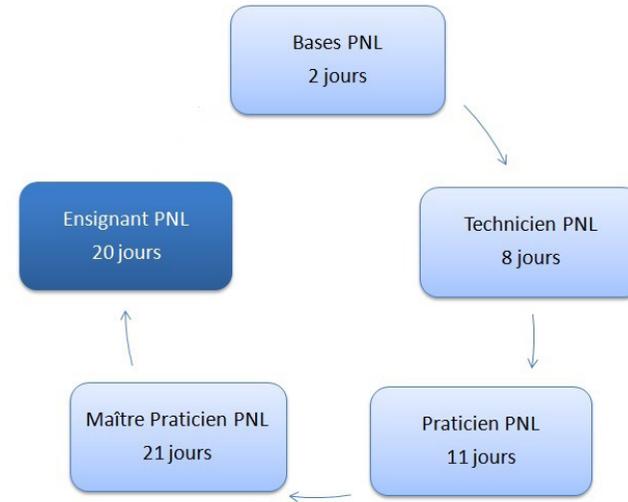
### OBJECTIFS DE LA FORMATION :

- Construire des interventions sur-mesure
- Vous déplacer facilement entre contenu et structure, expérience et formulation decelle-ci
- Garder le contact avec vos émotions en conservant le choix de la manière de les utiliser dans l'intérêt de vos interlocuteurs

### PROGRAMME

Richard Bandler, Tad James, Robert Dilts, Milton Erikson..

- Les critères : définition des critères, les champs d'utilisation des critères en PNL, la hiérarchisation des critères, modifier la hiérarchisation des critères, les métaphores, les filtres, le processus, les cadres, les opérateurs
- Les croyances : définition des croyances, repérage des croyances, structure d'une croyance, application pratique sur les croyances limitatives, schéma du changement des croyances, la « marelle des croyances », technique de changement de croyance avec submodalités, le recadrage des croyances, soutien à la nouvelle croyance, l'intégration de croyances conflictuelles
- La ligne du temps
- L'utilisation du feed-back
- Technique de réempreinte
- Le Milton modèle
- La métaphore
- A la découverte de nos émotions
- Les structures de la créativité : comprendre les structures du processus mental : ROLE, enrichir les choix de l'expérience subjective : SOAR, organiser la résolution de problème : le SCORE, la modélisation
- Identité : caractères fondamentaux, apprivoiser ses ombres, métaphore de vie, le transpersonnel automatisé spirituelle, le structuralisme initiatique, explorer le transpersonnel



**LIEU :** Paris

**DUREE :** 21 jours

**PRE-REQUIS :** avoir suivi la formation Praticien PNL

**DIPLOME :** Certificat de Maître Praticien en PNL

### OBJECTIFS DE LA FORMATION :

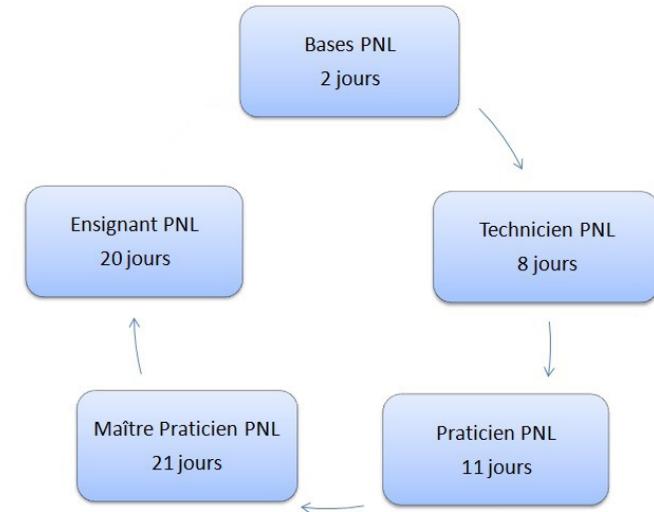
- Maîtriser l'enseignement de la PNL en s'appuyant sur les modèles et les présupposés de la PNL
- Obtenir la validation d'Enseignant PNL décernée par NLPNL
- Se comporter en représentant de la PNL

**LIEU :** Paris

**DUREE :** 20 jours en présentiel – 24 mois

### PRE-REQUIS :

- Etre certifié Maître Praticien PNL par un Enseignant PNL dont l'enseignement répond aux critères de NLPNL pour ce niveau de certification.
- Etre sensibilisé ou formé à au moins une autre approche connexe à la P.N.L.( hypnose)
- Avoir une pratique de la conduite d'entretiens individuels dans son domaine de compétences.  
(coaching, psychothérapie, relation d'aide)
- S'engager à ne pas animer sans la supervision d'un enseignant certifié de formations dites «certifiantes» avant d'être reconnu Enseignant certifié selon les standards de NLPNL.
- Refaire les parcours de Praticien et de Maître Praticien en qualité de personne ressource.



### EVALUATION (selon 4 formes) :

- Au moins 6 fiches de lecture avec restitution (6 à 8 pages)
- Rapport sur l'évolution de la posture en tant : qu'élève, personne ressource, enseignant (autour de 10 pages)
- Evaluation continue de la pratique en situation de formation:
  - o En tant que personne ressource
  - o En tant qu'enseignant
- Restitution des travaux :
  - o Rapport sur l'évolution de la posture
  - o Rapport et présentation d'un thème de recherche sous forme de prestation de cours avec :
    - Pré cadrage théorique du thème
    - Démonstration devant le groupe
    - Mise en situation des élèves
    - Feedback d'évaluation

**DIPLOME :** Certificat d'Enseignant en PNL

## PROGRAMME

- Se comporter en représentant de la PNL : la motivation (l'ambition, le projet, la vision...)
- La posture de l'Enseignant PNL
- La pédagogie :
  - o Ingénierie, les Modèles pédagogiques (le 4Mat), la conception d'un cours, élaboration des supports...
  - o L'animation
    - Le cadrage, différencier structure et contenu...
    - Utiliser les niveaux logiques appropriés et les VAKOG appropriés, les illustrations et exemples dans différents métiers, l'utilisation de métaphores, la démonstration...
    - L'utilisation du TOTE, les feedbacks avec utilisation du VAKOG approprié, l'incitation à la mise en situation...
    - L'évaluation
  - o L'épistémologie, la syntaxe de l'accompagnement en PNL
    - Position méta, la ligne du temps, associé – dissocié...
    - Conversationnelle ou protocole...
- La gestion des groupes
  - o Les principes
  - o La dynamique de groupe
  - o La relation avec le groupe
  - o La gestion des objections : intention positive, les présuppositions...
- Culture générale durant les 24 mois, en parallèle au cours :
  - o 6 à 8 livres au minimum à lire en solo ou binôme dont 4 écrits par les auteurs fondamentaux, avec la rédaction de fiches de lecture selon un format type proposé
  - o Restitution de 10 mn suivi de 10 à 15 mn de questions sous forme de vidéo conférence, ou autre
  - o Les thèmes des lectures en rapport avec le parcours de l'enseignant :
    - Lecture critique de la PNL, ouvrages parlant d'utilisation spécifique de la PNL
    - L'approche de Palo Alto, l'approche générale du Changement, l'approche systémique...
    - Les approches spécifiques du changement : Hypnose, coaching...
    - Ouverture sur la pédagogie

# Marie-Hélène Dini et son équipe sont à votre écoute !



Vous avez une question sur notre école ou sur la PNL ?

Vous souhaitez un devis ou vous inscrire à l'une de nos formations ?

Contactez nos conseillers : [commercial@mhd-formation.com](mailto:commercial@mhd-formation.com)

Vous avez des questions sur nos sites internet ou nos réseaux sociaux ?

Contactez le service marketing : [marketing@mhd-formation.com](mailto:marketing@mhd-formation.com)

Vous avez des questions sur votre contrat de formation, votre convention ou toute autre question administrative et comptable ?

Contactez Aurore : [adefer@mhd-formation.com](mailto:adefer@mhd-formation.com)



**CAMPUS PARIS**

266 Avenue Daumesnil- 75012 Paris

Adresse de courrier

**CAMPUS PARIS-IVRY**

33 rue Ledru Rollin – 94200 IVRY SUR SEINE

Tél: 01 80 49 04 16



**ECOLE  
DE PNL PARIS**