



## **Programme de Maître-Praticien certifié en PNL**

**(15 jours)**

### **Métaprogrammes : Comprendre, repérer et utiliser les ressorts de la motivation**

- Présentation et définition.
- Présentation des métaprogrammes de motivation.
- Présentation des métaprogrammes des processus mentaux et de prise de décisions.
- Grille de détermination des métaprogrammes.
- Utilisation des métaprogrammes pour améliorer ses compétences communicationnelles, relationnelles et stratégiques.
- Utilisation des métaprogrammes dans le monde de l'entreprise.
- Utilisation des métaprogrammes dans la relation d'aide (coaching, thérapie et développement personnel).

### **Modélisation : Immersion dans le monde de l'excellence**

- Finalités.
- Éléments de la structure d'une compétence à modéliser.
- Exemples de mise au jour de la matrice de croyances.
- Exemples de mise au jour d'une stratégie mentale.
- Grille de classement des expériences à modéliser.
- Protocole : Modélisation d'une compétence.
- Protocole : Acquisition d'une compétence modélisée.
- Obstacles à l'acquisition d'une compétence modélisée.

### **Identité : À la rencontre de soi**

- Définition de l'identité.
- Composantes de l'identité.
- Statuts identitaires.
- PNL et identité.
- Niveaux d'apprentissage et de changement.
- Habiletés du coach d'identité.

- Centration active.
- Exercices de centration.
- Protocole : la sources des ressources.
- Protocole : Intention de vie.
- Protocole : Matrice d'identité.
- Protocole : Trait de personnalité.
- Protocole : alignement des niveaux logiques.

### **PNL systémique : PNL de troisième génération**

- Approche systémique.
- Niveaux logiques de changement.
- Protocole détermination d'un État Présent et d'un État Désiré avec les niveaux logiques .
- Modèle SOAR.
- Modèle SCORE.
- Questions du modèle SCORE.
- Protocole : Danse du modèle SCORE.
- Protocole : Carré Magique.

### **Croyances : Repérer et se libérer des croyances limitantes**

- Pouvoir des croyances.
- Définition d'une croyance.
- Croyances limitantes.
- Identification des croyances et leurs pièges.
- Protocole : Créer une nouvelle empreinte.
- Protocole : Les trois mentors.
- Protocole : La marelle des croyances.

### **Ligne du temps : Réorganiser sa vie**

- Présentation.
- Détermination de votre ligne du temps.
- Êtes-vous synchrone ou polychrone ?
- Protocole : Apprendre à voyager sur sa ligne du temps.
- Protocole : Améliorer l'attractivité de sa ligne du temps.
- Protocole général : Comment travailler avec la ligne du temps.
- Protocole : dépasser une émotion négative.
- Protocole : dépasser une appréhension.
- Protocole : Programmer son futur.

## **Process Core : Utiliser les limites afin de révéler l'Être Essentiel**

- Présentation.
- Cinq États Essentiels.
- Protocole : Résoudre le problème et se connecter à un État Essentiel.
- Protocole : Faire grandir la partie responsable du problème avec l'État Essentiel.

## **Traitement des relations endommagées : Retrouver la paix intérieure**

- Protocole du deuil.
- Protocole du Pardon.