



**Jean-Jacques Verger, fondateur de EFCoaching**, coach professionnel certifié membre ICF, enseignant Ennéagramme, Hypnose et PNL certifié des fédérations NLPNL et INLPTA, NLP Trainers et SNH, maître-praticien en thérapie brève et thérapeute orienté solutions certifié Society of NLP, instructeur de méditation pleine conscience est heureux de vous présenter ses programmes de formations certifiantes.



*Vous accompagner dans votre évolution !*

## SOMMAIRE

### Formation de coach professionnel certifié

- Une formation certifiante complète de 29 jours -203h ..... 2
- Le parcours formation avec le détail des modules ..... 4
- Le planning et les modalités du parcours ..... 7
- Les modules complémentaires ..... 8

### Cursus complet en PNL certifié NLPNL et INLPTA

- EFPNL certifié et membre des Fédérations NLPNL et INLPTA ..... 11
- Bases PNL - 3 jours (acquis avec le parcours coach)..... 12
- Technicien PNL - 6 jours (acquis avec le parcours coach)..... 13
- Praticien PNL - 12 jours ..... 14
- Maître-Praticien PNL - 21 jours ..... 15

### Formation certifiante en Ennéagramme

- Qu'est ce que l'Ennéagramme..... 18
- Les modules formation Ennéagramme..... 19

### Communication bienveillante - CNV

- Qu'est ce que la CNV..... 23
- Les modules formation CNV..... 24

### Formation de formateur professionnel..... 27

### Planning ..... 30

### Tarifs ..... 34

### Inscription ..... 35

# FORMATION CERTIFIANTE DE COACH PROFESSIONNEL VIE/ENTREPRISE & INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE

**En présentiel et en visio et en elearning (sur mesure)**

**Le métier de coach professionnel** s'exerce aujourd'hui dans de nombreux domaines comme principalement auprès des particuliers (coach de vie) ou d'entreprises (coach business/d'affaires) ou de sportifs (coach sportif).

Ce métier se pratique en individuel et/ou en collectif comme le coaching d'équipes par exemple.

**Le métier de coach** est clairement différent des métiers de thérapeute, de formateur, de consultant, de conseiller... Même si nous voyons nombre de coach exercer plusieurs de ces activités dans leurs champs professionnels.

**Le coaching** a pour origine le monde du sport avec Sir John Whitmore, coach de champion de tennis, auteur de « le guide du coaching » aux éditions Broché. Il a été le premier à définir et expliquer le coaching comme on le connaît aujourd'hui en entreprise.

**Le coach** est centré sur le développement de la performance du client en individuel ou en équipe, c'est à dire sur l'atteinte de l'objectif du client avec des indicateurs de résultats et des moyens de mesurer l'atteinte de l'objectif. Selon le cadre d'accord de l'accompagnement, l'objectif peut être d'ordre relationnel, personnel, professionnel, managérial, entrepreneurial...

Toute l'énergie co-créative de la rencontre entre le coach et le client est alors centrée sur l'émergence de solutions et de moyens produits par le client à l'atteinte de sa performance et ceci de façon durable. Cet accompagnement devient **le métier de coach**.



## DÉFINITION COMMUNE DES TROIS FÉDÉRATIONS DE COACHING : ICF, SF COACH ET EMCC :

Le coaching professionnel se définit comme une relation suivie dans une période définie qui permet au client d'obtenir des résultats concrets et mesurables dans sa vie professionnelle et personnelle.

A travers le processus de coaching, le client approfondit ses connaissances et

## UNE FORMATION POUR QUI ?

### PROFESSIONNELS DE L'ACCOMPAGNEMENT

Travailleur social, éducateur spécialisé, manager salarié qui souhaitent obtenir de nouveaux outils d'accompagnements et développer du coaching en interne dans leur entreprise.

### PROFESSIONNELS DE LA RELATION D'AIDE

HypnotHérapeutes, psychopraticiens, systémiciens et praticien en thérapie brève qui souhaitent diversifier leur pratique, et s'orienter vers un accompagnement axé « action » et développement de compétences.

### PROFESSIONNELS DE L'ENSEIGNEMENT

Pour développer leur posture de pédagogue / Entrepreneurs et dirigeants : pour développer vos qualités de leader et de manager, pour accompagner vos équipes et leur développement.

# LE PARCOURS DE FORMATION AU MÉTIER DE COACH PROFESSIONNEL

EFPNL se donne pour mission de former des personnes  
au métier de Coach Professionnel Certifié.



**DURÉE :** Sur une période de 6 mois environ à un rythme adapté  
à votre activité et votre situation - 203 heures

**MODALITÉS :** Sur mesure c'est à dire en présentiel/visio/elearning.

**PRÉREQUIS :** Une expérience professionnelle, quel que soit le domaine.

**INSCRIPTION :** Nous contacter : [contact@efpnl.fr](mailto:contact@efpnl.fr).

**ENSEIGNANT  
Principal :** Jean-Jacques Verger  
Coach professionnel certifié  
Enseignant certifié en PNL, hypnose, Ennéagramme,  
pleine conscience...

## Un cycle professionnel, unique en France.

Cette formation permet d'acquérir les 8 compétences du métier de coach identifiées par ICF (International Coach Fédération) et d'exercer de façon professionnelle dans le coaching de vie et le coaching d'entreprise .

Elle s'adresse à toute personne qui souhaite démarrer dans le coaching et/ou acquérir les compétences de coach dans son métier. Toute personne également qui a déjà une formation de coach et qui souhaite se mettre à niveau.

Elle inclut l'intégration des compétences du coach ainsi que les formations avancées outils comme la PNL (programmation neuro linguistique), l'ennéagramme, l'analyse transactionnelle, l'élément humain, la CNV (communication non violente), l'hypnose Ericksonienne conversationnelle, la systémie, la méditation pleine conscience et l'approche centrée solutions.

Nous avons constaté que de nombreux coach se forment dans une école de coaching de 12 à 20 jours et sont obligés ensuite de faire des formations outils car dépourvus d'approches. Nous avons choisi au contraire de vous permettre d'accéder à un parcours complet tant dans la posture de coach que dans celles d'avoir des méthodes et outils.

## OBJECTIFS DE LA FORMATION AU MÉTIER DE COACH DE VIE/ENTREPRISE & INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE CERTIFIÉ

- Acquérir le métier de coach professionnel dans toutes ses dimensions ou intégrer la posture dans son métier actuel.
- Savoir mettre en œuvre les compétences fondamentales de la pratique du coaching.
- Intégrer tous les outils pour accompagner dans le coaching de vie et d'entreprise, le management.

## PROGRAMME DE LA FORMATION

Un parcours unique et complet pour acquérir toutes les compétences de coach de vie/entreprise & intelligence émotionnelle avec des outils multi-discipline : pnl, Ennéagramme, CNV, AT, système, intelligence émotionnelle.

# LE PARCOURS DE FORMATION AU MÉTIER DE COACH PROFESSIONNEL

(suite)



## **MODULE 1 : LES FONDAMENTAUX DE LA RELATION À SOI ET AUX AUTRES.**

Utiliser l'Ennéagramme pour mieux se connaître et connaître les autres dans l'accompagnement. Acquérir une posture de conscience de soi et une posture méta sur les relations et les situations.

Développer ses compétences d'accompagnant pour que son interlocuteur puisse accéder à ses ressources et solutions grâce à la pnl (programmation neuro linguistique) et à la CNV (communication non violente) et développer un accompagnement sur l'intelligence émotionnelle.

Construire un climat fondé sur la confiance et le respect.

Créer une relation spontanée avec le client par une communication ouverte, souple et rassurante.

Ecouter avec attention les dits comme les non-dits et favoriser l'expression personnelle du client.

Pratiquer une communication directe et indirecte.

**Vous êtes ainsi certifié en bases Ennéagramme, PNL et CNV et vous bénéficiez de soirée de révisions à vie.**

## **MODULE 2 : LES FONDAMENTAUX DU COACHING : la posture de coach et le coaching orienté solutions.**

Acquérir une culture professionnelle du coaching, de son origine à sa place dans les dispositifs d'accompagnements actuels.

Développer les spécificités propres au métier de coach dans sa posture et son cadre de co- élaboration de la relation (développement de l'autonomie, accès aux ressources propres du coaché).

Ce module permet de poser toutes les bases d'un coaching centré solutions sur les plans conceptuels et pratiques : analyse de la demande, objectif, attitude du coach, structure d'un accompagnement... contenu et processus.

Nous développons et approfondissons tous les concepts utiles et outils de l'analyse transactionnelle, de la systémie, de l'élément humain (Will Schutz), la CNV (communication non violente) et toute l'approche de la pleine conscience.

Ce module permet de déployer l'approche centré sur les ressources et solutions c'est à dire de créer les conditions de la coopération et d'approfondir l'intelligence émotionnelle.

Comment accompagner les personnes dans la construction de solutions et favoriser toutes les compétences du métier de coach.

Compléter son approche métier avec les compétences : définir les actions à entreprendre, planifier et établir des objectifs, gérer les progrès et la responsabilité.

# LE PARCOURS DE FORMATION AU MÉTIER DE COACH PROFESSIONNEL

(suite)



## **3ÈME MODULE : La dynamique du coaching et des outils de changements.**

Développer ses outils d'intervention solutions grâce à un programme d'excellence qui vous délivre un technicien en PNL certifié et une boîte à outils encore plus complète pour accompagner en toutes circonstances.

Le programme permet d'acquérir des méthodes d'accompagnements opérationnelles dans tous les types de coaching sans avoir à faire obligatoirement d'autres formations encore pour acquérir des outils.

Les compétences développées seront orientées sur : comment établir une relation de confiance et d'intimité, alliance et présence, écoute active, se synchroniser, la puissance des questions, la communication directe, ouvrir la conscience de son client, techniques de changements et actions en lien avec l'objectif, sous-objectifs, ressources et ancrages, autonomie, feedback, valeurs et croyances, préparation mentale, hypnose conversationnelle.

**Vous êtes Technicien PNL certifié NLPNL et vous ouvre les portes du praticien PNL certifié**



## **4ÈME MODULE : le coaching de vie et le coaching d'entreprise & intelligence émotionnelle**

Ce module approfondit le coaching dans les domaines spécifiques que sont le coaching de vie (life coaching) et le coaching de manager/collaborateurs (business coaching).

Développer ses connaissances et ses compétences d'accompagnants en fonction des préoccupations de son interlocuteur que cela soit dans sa vie personnelle et/ou professionnelle.

Acquérir dans le coaching de vie des notions de cycle de vie, de crise existentielle, l'ombre et l'image de soi, les domaines de vie, les valeurs et besoins, les croyances, le couple, la famille, le deuil, et le coaching émotionnel... Tous les outils pnl, enneagramme, CNV, AT et systémie prennent toutes leurs dimensions pour votre réussite.

Construire ses projets et être autonome sur la méthode afin d'actualiser sa raison d'être et pouvoir accompagner des personnes sur ce chemin.

Acquérir dans le coaching d'affaires les connaissances et compétences sur la culture de l'entreprise, la mission/vision/valeurs/stratégies, les situations les plus rencontrées dans les organisations, les champs d'intervention, les notions d'expert/manager/leader, la dimension systémique des interactions. Se développer une boussole de l'accompagnement en entreprise.

**Vous êtes à même d'accompagner une personne dans toutes ses dimensions personnelles et professionnelles et en intelligence émotionnelle - accès simplifié au Praticien PNL certifié NLPNL**



# LE PARCOURS DE FORMATION AU MÉTIER DE COACH PROFESSIONNEL

(suite)

## La validation du parcours coach de vie/entreprise et d'intelligence émotionnelle.

Ce module permet de valider les acquis et connaissances du coach au travers d'un processus de certification.

Cela comprend :

- Une synthèse de coaching qui comprend l'analyse de 5 séances d'accompagnements individuels sur la base d'une trame fournie.
- Un coaching individuel de 30 minutes en fin de parcours pour valider les compétences.

## Tout au long de la formation :

Une supervision de vos avancées et des soirées zoom ou présentiel de méditations pleine conscience avec Jean-Jacques Verger instructeur certifié à la gestion du stress et à la compassion.

## Formation entre les modules :

Organiser des réunions de groupes de pairs entre les modules car cette dynamique favorise l'acquisition. Organiser des co-coaching entre stagiaires entre les modules.

Effectuer des accompagnements individuels au minimum repris dans la synthèse à remettre.

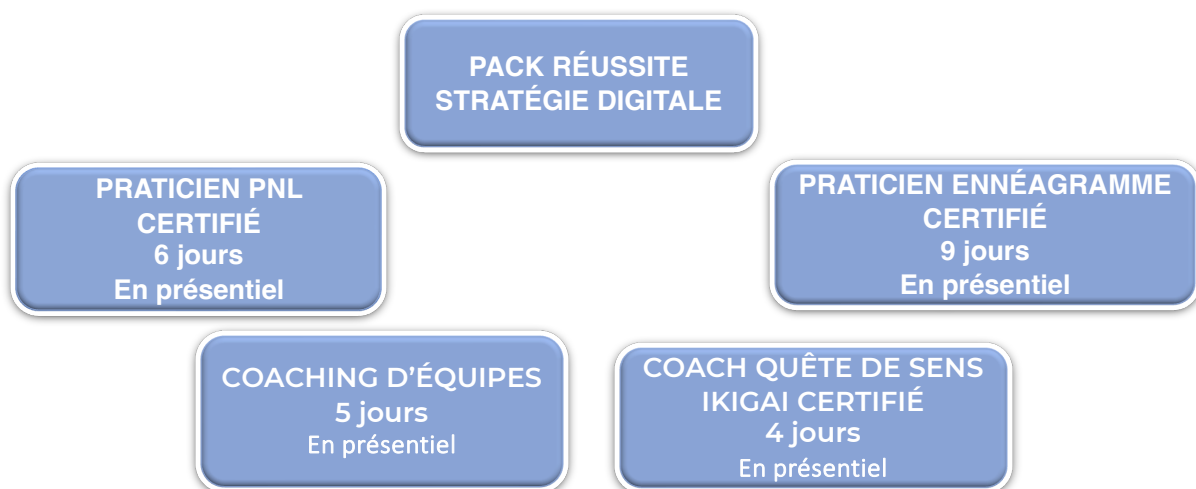
## LES + DE LA FORMATION :

- Un parcours de coach professionnel certifié avec tous les outils.
- Le coaching de vie, d'entreprise et intelligence émotionnelle dans le cursus.
- Un niveau technicien PNL certifié.
- Une connaissance de l'Ennéagramme, de l'analyse transactionnelle, de la CNV, de la systémie, de l'approche solutions, de la CNV, de la pleine conscience tout le long.
- Les 8 compétences de coach ICF acquises ainsi qu'une boîte à outils.
- Le programme méditation pleine conscience de 8 séances en zoom ou présentiel offert.
- Une disponibilité de votre enseignant de référence, Jean-Jacques Verger, pour de la Supervision tout au long de votre parcours.
- Un accès gratuit à toutes les masterclass mensuels sur la pnl, Ennéagramme et CNV
- Un accès direct à des niveaux plus élevés de praticien pnl, praticien Ennéagramme, coach de quête de sens, coaching d'équipes.
- Un accompagnement complet à l'installation et au développement de son activité sur demande.

## LES MODULES COMPLÉMENTAIRES (PAGES SUIVANTES)

Formules/ modules  203 h/ 29 jours	Module 1 PNL, Ennéagramme et CNV  56 heures	Module 2 Fondamentaux posture + coaching orienté solutions  70 heures	Module 3 Technicien PNL  42 heures	Module 4 Vie/entreprise & intelligence émotionnelle  35 heures
Modalités  elearning ou visio ou présentiel	Modalités au choix : elearning, visio ou présentiel suivant les modules			
Elearning	<b>2025-2026</b> Toute l'année à votre rythme - 56 heures de vidéos (PNL & Ennéagramme & CNV)			
Visio	<b>2026</b> PNL 9 au 11/01 ou 27 au 29/03		<b>2025</b> 24 au 29/11  <b>2026</b> 26 au 31/01 ou 20 au 25/04	
Aix en Provence (Présentiel)	<b>2026</b> Ennéa 4 au 6/02 CNV 9 et 10/02 PNL 18 au 20/02  OU  CNV 4 et 5/05 Ennéa 11 au 13/05 PNL 18 au 20/05	<b>2026</b> 23 au 27/02 + 15 au 19/06  OU  25 au 29/05 + 15 au 19/06	<b>2026</b> 13 au 17/04  OU  13 au 17/07	<b>2026</b> 31/08 au 4/09  OU  31/08 au 4/09
Toulouse (Présentiel)	<b>2026</b> Ennéa 4 au 6/03 PNL 9 au 11/03/2026 CNV 12 et 13/03/2026	<b>2026</b> 15 au 20/03 + 18 au 22/05	<b>2026</b> 20 au 25/04	<b>2026</b> 22 au 26/06

# LES MODULES COMPLÉMENTAIRES







**DURÉE :** 5 jours (soit 35 heures) en présentiel - de 9h à 17h30

**PRÉREQUIS :** Une formation de coach terminée ou en cours

**OBJECTIFS :**

- Renforcer sa posture de coach professionnel.
- Appréhender la dynamique d'équipe par l'intelligence collective.
- Identifier les principes de base de l'intelligence collective et favoriser la mise en oeuvre des outils à la dynamique d'équipe

**PROGRAMME DE LA FORMATION**

- Présentation des objectifs et du programme de formation et organisation des séquences.
- Identification des attentes des stagiaires.
- Créer un cadre de sécurité et d'inclusion garant de la fluidité des relations dans le/un groupe et appréhender les facteurs déterminant.
- Définir l'intelligence collective (IC)
  - Identifier et faire émerger les différentes approches et courants de l'IC
  - Identifier et intégrer les principes de base
  - Rappeler les règles de communication adaptées à l'IC (CNV)
- Identifier la structure qui permet de prendre les décisions en IC
  - Identifier les différents acteurs et leurs rôles dans la structure décisionnelle
  - Présenter et expérimenter le processus de prise de décision par consentement
- Présenter et identifier les circuits de communication entre les différentes structures décisionnelles
- Présenter et expérimenter le processus d'élection sans candidat
- Identifier les enjeux du manager et les différentes postures rencontrées
- Présenter et expérimenter la supervision interne pour un ajustement de la - posture
- Présenter et expérimenter l'apport de l'intelligence collective dans l'évaluation des compétences et l'analyse des pratiques.
- Validation des acquis avec un écrit/QCM individuel.

# NOUS VOUS AIDONS DANS LE LANCEMENT DE VOTRE ACTIVITÉ DE COACH PROFESSIONNEL : PACK RÉUSSITE STRATÉGIE DIGITALE



## VOUS ACCOMPAGNER DANS VOTRE LANCEMENT D'ACTIVITÉ.

Nous avons constaté que les coach souhaitent être accompagné dans le lancement de leur activité de façon à devenir visible sur le marché et gagner leurs premiers clients.

Vous ne savez pas comment faire, nous vous accompagnons de A à Z dans votre stratégie digitale qui est incontournable aujourd'hui.

### Le pack réussite stratégie digitale comprend :

#### 1. Une aide sur votre positionnement :

- Cible (avatar, personne),
- construction de l'offre, promesse.

#### 2. La création de votre identité visuelle :

- Palette de couleurs, police d'écriture
- Logo simple
- Cartes de visite

#### 3. La création d'un site internet avec un template défini :

- Une home page
- Page de présentation du coach
- Offre de service
- Blog
- Formulaire contact
- Site optimisé pour google

Le coach s'engage à fournir les textes, les photos et le contenu nécessaire à la réalisation du site pour le maintien des délais.

#### 4. La création de deux comptes professionnels sur les réseaux sociaux :

- Création des pages pro
- Optimisation des bios
- Calendrier éditorial
- Création des 10 premiers posts
- Stratégie de communication personnalisée et adaptée à la cible déterminée
- 3 coaching de 2h maximum

#### 5. Formation pour une autonomie dans la gestion de vos outils :

- Savoir gérer et mettre à jour son site
- Savoir remplir les balises
- Savoir rédiger un article de blog
- Initiation SEO (référencement et mots clés)
- Savoir animer ses réseaux sociaux
- Optimisation des bios

#### 6. Une communauté de développement d'entrepreneurs :

- Tutoriels pour créer une offre, se faire connaître de ses prospects
- Savoir tourner des vidéos impactantes
- Comment construire un webinar...

# FORMATIONS PNL - CERTIFICATION NLPNL

## cursus complet : 42 jours

**Un cursus complet PNL** des Bases au Maître-Praticien PNL sur une période de votre choix en Visio, en présentiel ou en elearning (Vidéos + ateliers en ligne) :



**Vous apprendrez à utiliser des outils pour votre évolution personnelle, sociale et professionnelle.**

- **La gestion de votre stress**, difficultés relationnelles, conflits, manque de confiance, tension intérieure, communication efficace...
- **Le développement** de vos facultés d'apprentissage, d'enseignement, d'implication individuelle et collective...
- **La clarification de vos projets** et d'objectifs spécifiques. (Construction de vie personnelle et professionnelle, confiance, détermination, charisme, aisance, simplicité...).

### PROGRAMME DES NIVEAUX

- ✓ **Niveau Bases PNL (3 jours/21h)** : Pour découvrir et expérimenter l'impact et la richesse des outils PNL : existe en 3 modalités (présentiel, visio, elearning avec vidéos et masterclass).  
Etre "acteur et créateur" de sa vie en évoluant sur 5 axes : vision du monde, objectifs et priorités de vie, gestion du stress, communication interpersonnelle et système de valeurs personnelles / professionnelles.
- ✓ **Niveau Technicien PNL (6 jours/42h)** : Pour intégrer les principes et les techniques de PNL dans sa vie personnelle et professionnelle.
- ✓ **Niveau Praticien PNL (12 jours/84h)** : Pour clarifier ses orientations de vie et intégrer des processus de changements profonds propres à la PNL.
- ✓ **Niveau Maître Praticien PNL (21 jours/147h)** : Pour acquérir la maîtrise de l'ensemble des techniques de changement proposées par la PNL

**Une formation PNL sur mesure qui vous permet également d'accéder au parcours de coach professionnel, professionnel de la relation d'aide, formateur et également manager.**



Membre agréé de NLPNL et INLPTA nous délivrons **des certifications PNL qui sont gages de professionnalisme** ce qui vous assure un enseignement de la PNL dans des standards de haute qualité et que vous pourrez faire valoir dans votre cursus personnel et professionnel.

**DES CONFÉRENCES GRATUITES SUR LA PNL EN VISIO**  
**VOIR LE SITE [WWW.EFPNL.FR](http://WWW.EFPNL.FR) À L'ONGLET "CONFÉRENCES"**

# LES BASES DE LA PNL

## *Devenez acteur de votre vie*

Découvrez la puissance de la PNL pour votre développement personnel et professionnel, ainsi que pour votre communication interpersonnelle.



- OBJECTIFS :**
- Savoir mettre à jour et clarifier ses objectifs avec la PNL.
  - Clarifier et bâtir son plan d'action pour atteindre ses objectifs.
  - Communiquer de façon positive avec ses interlocuteurs, clients, collaborateurs.

**PRÉREQUIS :** Aucun

**MODALITÉS AU CHOIX ET SUR MESURE :**

- 3 jours (soit 21 heures en présentiel ou en visio accessible partout en France – de 9h à 17h30)
- Formule elearning et visio : coffret de 11h de vidéo + 4 visios de 2h le soir (nous contacter) soit 21h avec travail perso - accès gratuit aux ateliers mensuels de révision (détails page 46).

### PROGRAMME

- Le cadre général de la PNL : l'origine de la PNL, sa philosophie, et ses nouveaux développements dans le coaching personnel et professionnel.
- La méthodologie des objectifs : formuler clairement un objectif et réunir les éléments qui permettront de mieux les concrétiser.
- Le V.A.K.O.G. et les mouvements des yeux et 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.
- La communication verbale et non verbale : développer un système relationnel riche, établir 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.
- La direction de vie : vous pencher sur l'avenir de votre vie perso et pro, lui donner plus de sens, développer celle-ci en cohérence avec vos aspirations personnelles.

**VOIR PLANNING DES DATES, TARIFS ET INSCRIPTION EN FIN DE CATALOGUE**

# TECHNICIEN PNL

## *Transformez votre relation au monde*



**DURÉE :** 6 jours (soit 42 heures en présentiel ou en visio accessible partout en France – de 9h à 17h30)

**PRÉREQUIS :** Bases PNL

**OBJECTIFS :**

- Développer vos savoir-faire en matière de communication et de développement personnel.
- Acquérir une bonne maîtrise de l'ensemble des compétences techniques relatives au niveau de la **certification NLPNL Technicien PNL**.
- Compléter ces apprentissages par des applications spécifiques coaching, assurées dans des environnements comme le sport, l'entreprise, le monde social, le management, etc.

### PROGRAMME

- **Développer votre impact relationnel :** comment un modèle clair peut vous permettre de situer et d'adapter votre communication verbale et non verbale à celle de votre interlocuteur en tenant compte de ses propres systèmes de représentation, "Schéma de Communication Neurolinguistique".
- **Le Training Mental :** comment utiliser les dernières découvertes liées au fonctionnement du cerveau pour accroître ses capacités d'évolution et de changement. "Perceptions sensorielles, intensification des expériences ressources, modification d'expériences négatives", etc.
- **Les modes de questionnements efficaces :** la qualité de votre accompagnement est directement liée à la qualité des questions que vous posez.
- **Les systèmes de croyances :** découvrir comment se construit un système de valeurs et de croyances. Savoir mesurer ses conséquences sur les plans personnel, social et professionnel.
- **Les formes de communication Ericksonienne :** les formes de langage direct et indirect sur lesquelles s'appuie tout le "savoir-faire du Docteur M. Erickson", essentielles dans tout bon accompagnement au changement.
- **Les processus de motivation spécifiques :** relever chez soi ou chez ses collaborateurs les éléments essentiels pour motiver, convaincre, négocier sur un mode de communication intègre, efficace et constructif.
- **Les techniques de médiation et de recadrage :** savoir prendre en compte des visions opposées, accompagner vers des points communs, gérer les conflits.

**VOIR PLANNING DES DATES, TARIFS ET INSCRIPTION EN FIN DE CATALOGUE**



# PRATICIEN PNL

## Mettre en œuvre des changements profonds



**DURÉE :** 12 jours (soit 84 heures en présentiel) ou en mixte accessible partout en France (6 jours en Visio et 6 jours en présentiel) - 9h à 17h30

**PRÉREQUIS :** Technicien PNL

**OBJECTIFS :**

- Prendre du recul sur votre vie aujourd'hui, faire le point et bâtir l'avenir de celle-ci en fonction de vos aspirations profondes.
- Intégrer les techniques de développement perso et pro et de changement profond, propres au niveau de la certification NLPNL du Praticien en PNL.
- S'inscrire dans la relation d'aide, le coaching, le management...

Une part importante de ce séminaire est consacrée au **développement de vos projets** ainsi qu'à **votre pratique de l'accompagnement** des autres, quelle que soit votre activité. Un certain nombre d'apports relatifs aux modes d'accompagnements propres à l'**Hypnose Ericksonienne** sont données au cours des différentes journées de formation. Les deux dernières journées reprennent l'ensemble des programmes PNL et sont une occasion de faire preuve de **votre maîtrise** des différentes techniques apprises lors de toutes les sessions. **Votre certification NLPNL de Praticien PNL** découle de votre maîtrise de l'ensemble de ces techniques

### PROGRAMME

- Le cadre général de la PNL : l'origine de la PNL, sa philosophie, et ses nouveaux développements dans le coaching personnel.
- **Clarifier les valeurs fondamentales** qui orientent vie personnelle et professionnelle.
- Créer une **vision claire et puissante de l'avenir** et donner plus du sens à celui-ci.
- Transformer cette vision en **objectifs opérationnels** définis à court et moyen terme.
- **Structurer vos actions** en fonction de votre situation personnelle et des projets souhaités.
- **Identifier et modifier vos croyances limitantes** en intégrant de nouvelles perceptions.
- **Modifier les habitudes ou les comportements répétitifs** qui ne vous conviennent plus, prendre du recul et intégrer de nouvelles réactions émotionnelles en situation de stress.
- **Dépasser vos peurs, et problématiques**, grâce à la technique de double dissociation.
- **Mettre en lien différentes parties de votre personnalité** pour créer davantage de cohérence dans votre vie.

**Devenir coach professionnel de Vie - praticien dans la relation d'aide - formateur - manager**

VOIR PLANNING DES DATES, TARIFS ET INSCRIPTION EN FIN DE CATALOGUE

# MAÎTRE PRATICIEN PNL

## *Accompagnez et consolidez votre évolution*



**DURÉE :** 21 jours (soit 147 heures) en présentiel - 9h à 17h30  
Répartis en : - 3 modules de 6 jours  
- 3 jours de certification

**PRÉREQUIS :** Praticien PNL

- OBJECTIFS :**
- Découvrir la nouvelle génération des **techniques de communication et de changement** propres à la PNL niveau Maître Praticien.
  - **Assimiler par une pratique et une supervision suffisantes**, les savoir-faire spécifiques aux modes d'accompagnement, concernant l'ensemble des méthodologies et des techniques proposées dans la totalité du cursus PNL.
  - **Valider votre pratique en supervisant d'autres personnes** dans l'intégration de ces techniques, afin de passer **de la compétence à la maîtrise**.
  - **Développer de nouveaux champs d'application** possibles par votre expérience personnelle de la PNL, dans les domaines qui sont les vôtres.

### MODULE 1

- **Niveaux logiques de changement** et leurs liens avec l'ensemble des techniques PNL.
- **L'Hypnose Ericksonienne** et ses applications possibles sur l'ensemble des techniques apprises lors des différents niveaux précédents.
- **L'application du savoir-faire d'Erickson** dans les pratiques des techniques suivantes : Reimprinting (changement d'histoire de vie améliorée), submodalités avancées (modes de représentation et de gestion des ressources, Ligne du temps, "carré magique" (renforcement de ressources et croyances internes).
- **Des apports spécifiques nouveaux**, notamment en cohésion personnelle (démarche spécifique d'accompagnement et de développement personnel et professionnel).
- **Travail sur la "Métaphore de vie"**, afin de découvrir l'enrichissement possible d'une vision du monde et le potentiel personnel qui en découle.

**VOIR PLANNING DES DATES, TARIFS ET INSCRIPTION EN FIN DE CATALOGUE**



# MAÎTRE PRATICIEN PNL (suite)

## *Accompagnez et consolidez votre évolution*

### MODULE 2

- **Révision des processus de changement** selon Erickson, avec les différentes applications possibles dans l'accompagnement des personnes et dans la gestion des groupes.
- **L'application de ces techniques** dans les domaines suivants : développement personnel et professionnel, management, relations interpersonnelles, apprentissage, préparation mentale,
- **Le Core-Transformation de Connirae Andréas (Core Process, Transformation essentielle)** : connexion à votre "être essentiel" et à partir de cette conscience élargie, apprendre à réévaluer et à dissoudre tous types de problèmes personnels et professionnels avec intégration des éléments d'évolution nouveaux.
- **Lien entre l'ensemble de ces techniques** et les niveaux logiques de changement.

### MODULE 3

- **La Modélisation** : formaliser ses propres stratégies de réussite personnelle et celles des autres.
- **L'estime de soi**, image et représentation liées à nos modes de comportements personnels.
- **Le pardon, se libérer d'une dépendance à ...**
- **L'autobiographie** : exercices d'écriture spécifique avec accompagnement individuel.
- **Le correcteur de décision**, techniques d'ajustement des perceptions sensorielles.
- **Quoi faire quand ?** Nomenclature des situations et spécificités d'accompagnement.
- **Les compléments spécifiques** : apports et démonstrations spécifiques réalisés en fonction de la demande du groupe et en fonction des situations proposées.

**VOIR PLANNING DES DATES, TARIFS ET INSCRIPTION EN FIN DE CATALOGUE**

# VALIDATION DES PARCOURS PNL

## JOURNÉES DE VALIDATIONS

### Praticien PNL - Deux dernières journées

Les deux dernières journées reprennent l'ensemble du programme PNL (bases, technicien, praticien) sous forme d'études de cas et d'exercices interactifs. Elles sont une occasion de faire preuve de **votre maîtrise des différentes techniques** apprises lors de toutes les sessions.

**Votre certification NLPNL et INLPTA de Praticien PNL** découle de votre maîtrise de l'ensemble des techniques apprises.

### Maître-Praticien PNL – Trois dernières journées.

Les trois dernières journées reprennent l'ensemble des programmes PNL sous forme d'études de cas et d'exercices interactifs. Elles sont une occasion de faire preuve de **votre maîtrise des différentes techniques** apprises lors de toutes les sessions.

**Votre certification NLPNL et INLPTA de Maître-Praticien PNL** découle de votre maîtrise de l'ensemble des techniques apprises.

## PROCESSUS DE VALIDATION

### Le Praticien est délivrée après :

- La démonstration de vos compétences tout au long de votre formation ainsi que lors des deux journées d'examen.
- Un questionnaire d'évaluation individuel.

### Le Maître Praticien est délivrée après :

- La démonstration de vos compétences tout au long de votre formation ainsi que lors des trois journées d'examen.
- Un questionnaire d'évaluation individuel.
- Avoir démontré une technique de Maître-Praticien en fin de parcours.
- Remise d'une synthèse concernant les applications de la PNL dans un domaine de votre choix.

**VOIR PLANNING DES DATES, TARIFS ET INSCRIPTION EN FIN DE CATALOGUE**



**L'Ennéagramme** est un système d'étude de la personnalité, une carte de la psyché humaine fondée sur 9 comportements de la nature humaine.

**Cette approche décrit neuf façons fondamentalement différentes de fonctionner, de penser, de ressentir et d'agir, neuf manières de vivre, de travailler et de communiquer.**

Cette typologie s'appuie sur un diagramme, sous forme d'une étoile à 9 branches.

**Les 9 points de l'Ennéagramme** représentent les facettes de personnalité que nous portons. Le système permet de reconnaître et de rééquilibrer nos qualités, nos talents et nos excès propres à notre profil de personnalité dominant.

Chacun des 9 profils porte un nom. Les flèches représentent les interactions entre les profils.

Chacun de nous a donc une dominante qui est représentée par un chiffre et le nom correspondant. Il est évidemment important de ne pas mettre les gens dans des cases et d'intégrer que des personnes de même profil dominant demeurent uniques.

Leur point commun provient de ce que leur fonctionnement psychique, leurs valeurs, leurs croyances, leurs habitudes... Se ressemblent.

L'Ennéagramme est donc un système qui propose des repères pour mieux se connaître et mieux comprendre l'autre.

## COMMENT NAÎT MON « PROFIL » ?

A l'origine, nous sommes tous les profils.

L'enfant naît dans un état où il a librement accès à tous les comportements possibles.

Puis, en relation avec notre environnement, nous développons des stratégies afin de nous adapter au mieux à notre entourage, les événements quotidiens.

Ainsi nous répétons les stratégies qui nous apportent le plus de sécurité, de bien être, qui nous évitent le désagréable... Jusqu'à développer des comportements répétitifs qui deviennent alors des habitudes et ainsi peu à peu se construit notre personnalité.

Adultes, nous sommes le plus souvent figés sur notre point de vue : nous continuons à vivre avec des protections, avec des carapaces qui nous rassurent inconsciemment, mais qui nous empêchent de développer l'ensemble de nos possibilités.

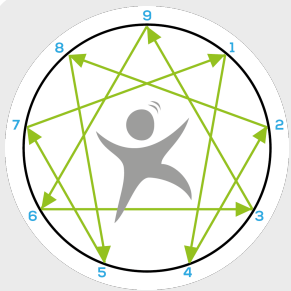
L'essentiel de notre potentiel n'est donc pas utilisé pertinemment.

## L'ENNÉAGRAMME POUR QUI ?

Pour tous les publics, tous les particuliers, salariés, managers, professionnels de la relation d'aide et de l'accompagnement (coachs, thérapeutes...) mais aussi à **toute personne souhaitant mieux se connaître et mieux comprendre les autres dans ses relations, améliorer sa communication.**

Le titre de **PRATICIEN EN ENNÉAGRAMME** (11 jours) et de  
**MAÎTRE PRATICIEN EN ENNÉAGRAMME** (17 JOURS)

## Bases Ennéagramme - Les fondamentaux + les panels



**OBJECTIFS :**

- Identifier ses propres facettes dominantes de personnalité.
- Savoir identifier les facettes dominantes des autres personnes.

**PRÉREQUIS :** Aucun.

**MODALITÉS AU CHOIX ET SUR MESURE :**

- 3 jours (soit 21 heures en présentiel ou en visio accessible partout – de 9h à 17h30)
- Formule elearning et visio : coffret de 11h de vidéo + 4 visios de 2h le soir (nous contacter) soit 21h avec travail perso - panels offert et accès gratuit aux ateliers mensuels de révision. Voir détail page 48.

**PROGRAMME**

- Connaître l'histoire de l'Ennéagramme.
- Découvrir et assimiler les facettes de chacun des 9 profils.
- Observer et comprendre les facettes de personnalité au travers de vidéos de témoignages.
- Distinguer les différences et les similarités d'un profil à l'autre.
- Acquérir des clés pour repérer les profils dans son entourage.

## Module Panels Ennéagramme



**DURÉE :** Offert avec les bases : 2 jours offerts en présentiel à Aix en Provence en juillet et/ou en visio voir dates panels/révision dans planning Ennéagramme.

**PRÉREQUIS :** Avoir suivi le module bases Ennéagramme. Ce module peut être suivi à tout moment du cursus.

**OBJECTIFS :**

- Optimiser sa communication avec tous les profils de personnalité.
- Acquérir des clés de motivation pour soi et les autres.

**PROGRAMME**

- Rappel des différentes facettes de personnalités.
- Exercices en sous-groupes par facettes de personnalité.
- Témoignages des stagiaires sous la dynamique du formateur.
- Mise en évidence pour chaque profil des points forts et points de vigilance.
- Accéder aux leviers de motivations des profils.
- Savoir comment ajuster sa communication en fonction de son interlocuteur.
- Questions/réponses entre les participants.
- Echanges en sous-groupes sur les compréhensions nouvelles des facettes.
- Cas pratiques pour identifier des personnes de son entourage.

# FORMATION ENNEAGRAMME

## (suite)

### Technicien Enneagramme : les sous-types, les flèches et les ailes



**DURÉE :** 4 jours (soit 28 heures en présentiel ou en visio partout en France) - de 9h à 17h30

**PRÉREQUIS :** Avoir suivi le module 1 les bases.

**OBJECTIFS :**

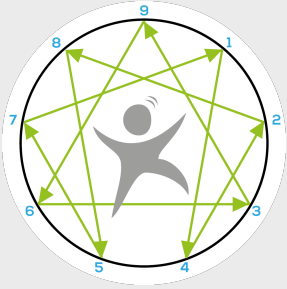
- Identifier et comprendre son sous-type de personnalité.
- Mettre en place des méthodes pour faire évoluer ses potentiels.
- Intégrer la dynamique des ailes et du sens des flèches.
- Savoir comment faire évoluer concrètement son profil vers son essence.

### PROGRAMME

- Présentation de la façon dont le sous-type se met en place.
- Comprendre les caractéristiques et impact du sous-type.
- Exercices individuels de mise en illustration de ses contraintes/objectifs.
- Présentation des sous-types sur les 3 catégories.
- Echanges en sous-groupes sur son positionnement dans chacune des 3 catégories.
- Présentation des 27 sous-types.
- Questions/réponses afin d'assimiler les connaissances.
- Identifier les sous-types dans son environnement.
- Développer les notions de passion, vertu, fixation, idée supérieure et système de défense.
- Identifier les caractéristiques de nos potentiels.
- Visiter les caractéristiques de ses ailes.
- Identifier les intégrations et désintégrations avec les flèches.
- Expérimenter des pratiques pour pouvoir vivre des changements utiles dans son essence.
- Echanger sur les vécus de chacun et identifier les leviers de changements.
- Mettre en place dans son quotidien des pratiques efficaces de développement.

**VOIR PLANNING DES DATES, TARIFS ET INSCRIPTION EN FIN DE CATALOGUE**

## Praticien Enneagramme : accompagner une personne à déterminer son profil



**DURÉE :** 4 jours

(soit 28 heures en présentiel - de 9h à 17h30 uniquement à Aix-en-Provence)

**PRÉREQUIS :** Avoir suivi les bases, technicien.

**OBJECTIFS :**

- Acquérir la pleine présence dans l'instant présent.
- Se désidentifier de ses schémas répétitifs
- Evoluer vers plus de conscience et de compassion

### PROGRAMME

- Présentation/rappel des objectifs et du programme de formation.
- Mise à jour des attentes des stagiaires.
- Identifier spécifiquement les mots clés de chaque profil.
- Acquérir et formaliser un guide d'entretien pour accompagner une personne.
- Développer sa neutralité et identifier ses projections potentielles.
- Intégrer une posture spécifique à cette conduite d'entretien de profil.
- Placer la pleine conscience versus l'égo et nos systèmes de fonctionnement.
- Intégrer les techniques et méthodes pour faire évoluer ses patterns avec la pleine conscience.
- Accompagner une personne à développer son observateur intérieur.. travail sur la posture d'accompagnant dans le questionnement
- Savoir s'adapter et utiliser les réponses de la personne accompagnée.
- Accompagner une personne (invité par un collègue) à découvrir son profil.
- Accueillir le feedback de ses collègues .
- Validation des acquis avec un écrit/QCM individuel.
- Mettre en place dans son quotidien des pratiques puissantes de développement de sa personnalité.



# FORMATION ENNEAGRAMME

(suite)

## Maître-Praticien Enneagramme : Maîtriser la dynamique individuelle et collective de l'enneagramme



**DURÉE :** 6 jours en présentiel soit 35 heures en présentiel uniquement à Aix-en-Provence - de 9h à 17h30)

**PRÉREQUIS :** Avoir suivi le praticien Ennéagramme et au minimum les modules 1 et 2 en CNV

**OBJECTIFS :**

- Accéder à une transformation profonde dans sa dynamique personnelle.
- Intégrer la dimension systémique et l'accompagnement groupe (couple, famille, organisation)
- Développer l'intelligence collective et émotionnelle dans les interactions.

### PROGRAMME

- Présentation/rappel des objectifs et du programme de formation.
- Mise à jour des attentes des stagiaires.
- Identifier spécifiquement les émotions difficiles avec soi et les autres
- Savoir accompagner la colère, la culpabilité, la honte, la peur et les émotions d'une manière générale.
- Identifier et savoir transformer les croyances comme de nouveaux accords et non sous le regard de croyances aidantes ou limitantes.
- Expérimenter l'Ennéagramme dans les reflets systémiques.
- Développer sa conscience d'influence et identifier ses projections potentielles.
- Placer la pleine conscience versus l'égo et nos systèmes de fonctionnement.
- Intégrer les techniques et méthodes pour faire évoluer ses patterns avec la pleine conscience et l'écoute de ses schémas activés dans la relation.
- Savoir s'adapter et utiliser les réponses des personnes dans le groupe et les transformer en évolution.
- Comment l'Ennéagramme est une source d'intelligence collective et fais partie du système d'évolution collective : coopération, prises de décisions...
- Accueillir le feedback de ses collègues .
- Validation des acquis avec un écrit/QCM.

**BONUS :** Coffret offert d'un programme de 8 semaines de méditation et accès gratuit au programme MBSR en ligne + ateliers offerts en ligne.

Voir planning des dates, tarif et inscription en fin de catalogue



# COMMUNICATION BIENVEILLANTE ET COOPÉRATIVE - CNV

La girafe symbole  
de la  
**COMMUNICATION NONVIOLENTE**



Cette formation permet de vivre l'expérience d'une communication bienveillante et de découvrir les fondamentaux et processus de ce mode relationnel avec soi et les autres.

Il s'agit de mettre au cœur de notre fonctionnement et de nos relations la notion fondamentale de besoin et de mécanismes de fonctionnement pour mieux prendre du recul et comprendre ce qui fluidifie ou fige les types de relations.

## QU'EST CE QUE LA CNV

La CNV c'est la Communication Non Violente aussi appelée communication bienveillante, joue un rôle essentiel dans notre quotidien, tant au niveau personnel que professionnel.

Cependant, il n'est pas toujours facile de transmettre nos idées, d'exprimer nos émotions ou de résoudre des conflits de manière constructive et respectueuse. C'est là que la Communication Non Violente (CNV) entre en jeu.

## LES ORIGINES DE LA CNV

La CNV (Communication NonViolente), également connue sous le nom de processus de Rosenberg, a été développée par le psychologue américain Marshall B. Rosenberg. Rosenberg était un spécialiste de la communication et un médiateur de conflits.

Il a créé la CNV dans les années 1960 en combinant ses connaissances en psychologie, en thérapie familiale et en philosophie.

## FORMATION CNV : MIEUX SE COMPRENDRE ET MIEUX COMMUNIQUER

La CNV améliore la communication et aide à résoudre les conflits dans de nombreux domaines, y compris les relations personnelles, le travail social et la résolution des conflits.

L'intention de la CNV est de créer une qualité de relation avec soi-même et avec les autres qui permette de satisfaire les besoins fondamentaux de chacun de manière harmonieuse et pacifique.

Un des piliers importants de la Communication NonViolente, avec l'auto-empathie et l'écoute empathique, est l'expression authentique. Elle permet d'établir une qualité de relation aux autres. Oser dire sa vérité est un Art qui apprend et qui permet d'offrir le précieux de ce qui se passe en soi, aussi bien en famille, au sein des couples, ou dans les équipes professionnelles pour construire des relations basées sur la confiance et le respect.

**VOIR PLANNING DES DATES, TARIFS ET INSCRIPTION EN FIN DE CATALOGUE**

# MODULE 1 - INITIATION BIENVEILLANCE ET COOPÉRATION

La girafe symbole  
de la  
COMMUNICATION NONVIOLENTE



## OBJECTIFS :

- Appréhender les éléments de base du processus inspiré de la CNV pour instaurer des relations de qualité
- Explorer ce qui se passe en soi avec les éléments du processus pour s'engager avec clarté dans un dialogue bienveillant
- Maîtriser les mécanismes de fonctionnement en tant qu'être humain dans les relations

**PRÉREQUIS :** Aucun

## MODALITÉS AU CHOIX ET SUR MESURE :

- 2 jours (soit 14 heures en présentiel ou en visio accessible partout – de 9h à 17h30)
- Formule elearning et visio : coffret de 5h de vidéo + 4 visios de 2h le soir (nous contacter) soit 15 h avec travail perso et accès aux ateliers mensuels de révision. Voir détails page 48.

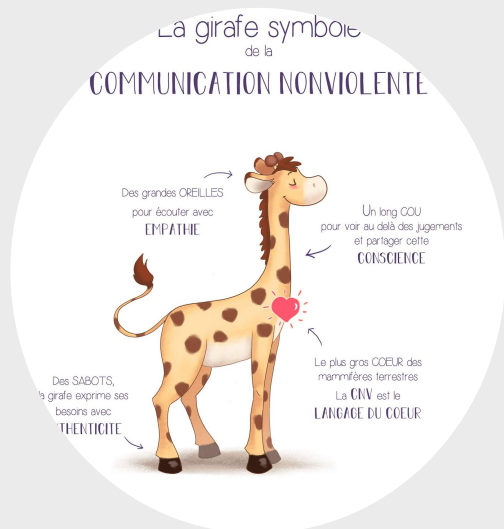
## PROGRAMME

- Présentation/rappel des objectifs et du programme de formation.
- Présentation des stagiaires et des attentes de chacun pour le stage
- Présentation de la communication bienveillante et assertive
- Découvrir l'intention du processus dans nos relations
- Découvrir ce qui facilite et entrave la relation
- Modèle proposé inspiré de la CNV : la vision du monde girafe versus la vision chacal
- Comprendre et expérimenter nos besoins fondamentaux
- Déterminer les obstacles à une communication harmonieuse et respectueuse de l'autre
- Expérimenter le processus : observation, sentiment, besoin, demande
- Faire la différence entre observation et interprétation, entre besoin et stratégie
- Se relier à nos ressentis et nos sentiments dans le corps
- Clarifier puis exprimer ce qui se passe en nous
- Explorer les différentes demandes
- Expérimenter les 4 manières de recevoir un message
- Validation des acquis avec un écrit/QCM individuel.

**VOIR PLANNING DES DATES, TARIFS ET INSCRIPTION EN FIN DE CATALOGUE**

# MODULE 2

## OUVERTURE AU DIALOGUE



**DURÉE :** 2 jours (soit 14 heures en présentiel – de 9h à 18h)

**PRÉREQUIS :** Module 1

### OBJECTIFS :

- Être capable d'auto-empathie et d'empathie envers les autres
- Utiliser l'écoute empathique pour comprendre les besoins de l'autre
- Formuler des demandes et des remerciements pour soutenir la coopération et la qualité de la relation

### PROGRAMME

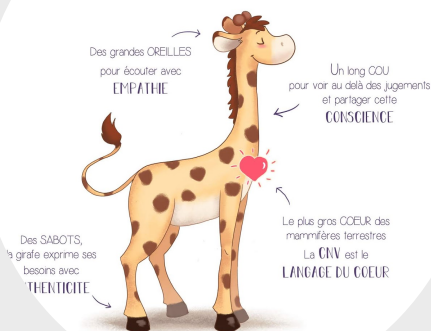
- Présentation/rappel des objectifs et du programme de formation
- Présentation des stagiaires et des attentes de chacun pour le stage
- Différencier l'écoute empathique et les autres attitudes d'écoute non empathiques
- Découvrir les différentes stratégies relationnelles habituellement utilisées
- Pratiquer la reformulation sous forme de sentiments et de besoins
- Définir les différents types de demande (connexion, reformulation et action)
- Formuler une demande d'action
- Formuler un remerciement
- Reformuler ses jugements (sur soi et sur les autres) en besoins
- Validation des acquis avec un écrit/QCM individuel

**VOIR PLANNING DES DATES, TARIFS ET INSCRIPTION EN FIN DE CATALOGUE**

## MODULE 3

# PRATIQUE DU DIALOGUE ET DE L'EXPRESSION AUTHENTIQUE

La girafe symbole  
de la  
COMMUNICATION NONVIOLENTE



**DURÉE :** 2 jours (soit 14 heures en présentiel – de 9h à 18h)

**PRÉREQUIS :** Modules 1 et 2

### OBJECTIFS :

- Pratiquer le dialogue en maintenant une posture conjuguant bienveillance et d'authenticité
- Savoir articuler un dialogue constructif avec le processus
- Savoir exprimer une remarque ou une contrariété de manière constructive

## PROGRAMME

- Présentation des stagiaires et des attentes de chacun pour le stage
- Dialoguer d'une manière équilibrée entre affirmation de soi et prise en compte de l'autre
- Maintenir le dialogue avec autrui en situation de désaccord et construire des solutions qui prennent en compte les besoins de chacun.
- Alternier écoute de soi, de son interlocuteur et expression bienveillante et authentique
- Exprimer une appréciation ou un remerciement, exprimer une appréciation ou demande d'amélioration
- Pratiquer le dialogue en alternant écoute empathique de l'autre et expression authentique de soi
- Se préparer à des situations, entretiens... dits « difficiles » et s'entraîner dans un contexte de sécurité
- Identifier les étapes clés pour dire non et entendre non avec bienveillance et authenticité
- Dire et entendre un NON en restant au service de la relation,
- Faire face à la colère d'une personne en restant centré
- Validation des acquis avec un écrit/QCM individuel.

**VOIR PLANNING DES DATES, TARIFS ET INSCRIPTION EN FIN DE CATALOGUE**

# FORMATION DE FORMATEUR



**DURÉE :** 10 jours (soit 70 heures en Présentiel et visio – de 9h à 17h30)

**PRÉREQUIS :** Aucun

**OBJECTIFS :**

- Identifier et explorer la posture de formateur inspirant.
- Connaître et expérimenter des outils d'animation de séquence de formation.
- Découvrir les modalités pédagogiques permettant l'élaboration d'une formation complète.

## PROGRAMME :

### **Module 1 : La posture du formateur inspirant (5 jours en présentiel soit 35 heures)**

- Présentation/rappel des objectifs et du programme de formation.
- Mise à jour des attentes des stagiaires.
- Définition de la posture inspirante du formateur
  - o Les compétences du formateur
- Les étapes de l'apprentissage vers l'expertise
  - o Poser le cadre favorisant les apprentissages des apprenants.
  - o Les 4 piliers du cadre favorisant
  - o Les 5 clés de l'apprentissage
  - o Le développement de l'intelligence.
- Connaitre et embarquer ses participants.
  - o les différents profils d'apprenants
  - o les profils de personnalités
- Communiquer en situation pédagogique
  - o Les outils de la communication efficace
- Communiquer en situation difficile
  - o Régulation de groupe et gestion de conflit
- Validation des acquis avec un écrit/QCM individuel.

## SUITE PROGRAMME :

### **Module 2 : Les outils d'animation à disposition du formateur (3 jours en distanciel visio soit 15 h)**

- Présentation/rappel des objectifs et du programme de formation.
- Mise à jour des attentes des stagiaires.
- Se présenter et briser la glace.
  - o Les outils d'inclusion
- Innover en pédagogie.
  - o Le cerveau total, la taxonomie de Bartlett
  - o Les clés d'une prise de parole en public captivante
  - o Les différentes modalités pédagogiques
- Mettre du dynamisme dans sa journée
  - o Les energizers
- Animer une séquence pédagogique
  - o Les 3 rôles du formateur : présenter, faciliter, conter
  - o Les techniques d'ouverture et de fermeture
- Réactiver ses connaissances :
  - o Les techniques de mémorisation et d'ancrage
- Bien finir sa formation
  - o Les feedbacks et feedforward
- Validation des acquis avec un écrit/QCM individuel.

### **Module 3 : Concevoir un parcours complet de formation (workshop de 2 jours de 5 heures en distanciel)**

- Présentation/rappel des objectifs et du programme de formation.
- Mise à jour des attentes des stagiaires.
- Définir et formaliser les objectifs pédagogiques
- Concevoir un parcours de formation en blended learning
- Créer une matrice de séquençage

Avec ce parcours de formateur vous pouvez compléter à tout moment avec les autres modules pour acquérir la posture de coach et éventuellement devenir coach professionnel



# UNIVERSITÉ D'ÉTÉ 2025



- Bases, Technicien, Praticien et Maître-Praticien PNL
- Pleine Conscience
- Formation au métier de coach professionnel/manager coach
- Communiquer avec bienveillance et assertivité - CNV

Le nombre de places est limité afin de préserver la qualité de l'enseignement

**Aix-en-Provence, Manosque, Cannes, Montpellier,  
Toulouse, Clermont-Ferrand, Lyon, Grenoble.**

**VOIR PLANNING DES DATES, TARIFS ET INSCRIPTION EN FIN DE CATALOGUE**



Formules/ modules  203 h/ 29 jours	Module 1 PNL, Ennéagramme et CNV  56 heures	Module 2 Fondamentaux posture + coaching orienté solutions  70 heures	Module 3 Technicien PNL  42 heures	Module 4 Vie/entreprise & intelligence émotionnelle  35 heures
Modalités  elearning ou visio ou présentiel	Modalités au choix : elearning, visio ou présentiel suivant les modules			
Elearning	<b>2025-2026</b> Toute l'année à votre rythme - 56 heures de vidéos (PNL & Ennéagramme & CNV)			
Visio	<b>2026</b> PNL 9 au 11/01 ou 27 au 29/03		<b>2025</b> 24 au 29/11  <b>2026</b> 26 au 31/01 ou 20 au 25/04	
Aix en Provence (Présentiel)	<b>2026</b> Ennéa 4 au 6/02 CNV 9 et 10/02 PNL 18 au 20/02  OU  CNV 4 et 5/05 Ennéa 11 au 13/05 PNL 18 au 20/05	<b>2026</b> 23 au 27/02 + 15 au 19/06  OU  25 au 29/05 + 15 au 19/06	<b>2026</b> 13 au 17/04  OU  13 au 17/07	<b>2026</b> 31/08 au 4/09  OU  31/08 au 4/09
Toulouse (Présentiel)	<b>2026</b> Ennéa 4 au 6/03 PNL 9 au 11/03/2026 CNV 12 et 13/03/2026	<b>2026</b> 15 au 20/03 + 18 au 22/05	<b>2026</b> 20 au 25/04	<b>2026</b> 22 au 26/06

FORMATIONS PNL		BASES PNL 3 jours	TECHNICIEN PNL 6 jours	PRATICIEN PNL 12 jours	MAÎTRE-PRATICIEN PNL 21 jours
<b>EN VISIO FRANCE ENTIÈRE ET FRANCOPHONIE</b>  <b>Elearning</b>	<b>2025</b>  <b>&amp;</b>  <b>2026</b>	<b>Formule Visio</b> 9 au 11/01/2026 27 au 29/03/2026  <b>Elearning</b> 18h de vidéo de formation + 3h perso (nous contacter)	<b>Formule Visio</b> 24 au 29/11/2025 26 au 31/01/2026 20 au 25/04/2026	<b>Formule Visio</b> Module 1 du 22 au 27/06/2026 en visio  et  Module 2 en présentiel au choix dans les villes ci- dessous ou en visio du 21 au 26/09/2026	Uniquement en présentiel
<b>EN PRÉSENTIEL</b>					
<b>AIX EN PROVENCE</b>	<b>2025</b>	03/11 au 05/11	08/12 au 13/12		
	<b>2026</b>	18/02 au 20/02 23/03 au 25/03 18/05 au 20/05 06/07 au 08/07	13/04 au 18/04  12/07 au 17/07	27/04 au 02/05 + 08/06 au 13/06  27/07 au 01/08 + 3/08 au 08/08	14/09 au 19/09 + 19/10 au 24/10 + 30/11 au 5/12 + 11/12 au 13/12
<b>CANNES</b>	<b>2026</b>	02/02 au 04/02 09/03 au 11/03 04/05 au 06/05 01/07 au 03/07 10/08 au 12/08	13/04 au 17/04  01/06 au 06/06	06/04 au 11/04 + 25/05 au 30/05  06/07 au 11/07 + 03/08 au 08/08	
<b>MONTPELLIER</b>	<b>2026</b>	14/01 au 16/01 15/07 au 17/07	23/02 au 28/02 10/08 au 15/08	En visio 22 au 27/6 + 21 au 26/9  Ou présentiel 26 au 31/10 et 9 au 14/11	En programmation 2027
<b>TOULOUSE</b>	<b>2025</b>		17/11 au 22/11		
	<b>2026</b>	27/01 au 29/01 09/03 au 11/03 15/05 au 17/05 09/07 au 11/07 09/10 au 11/10	20/04 au 25/04  20/07 au 25/07	12/10 au 17/10 + 26/10 au 31/10	En programmation déc 2026 à fév 2027

FORMATIONS ENNEAGRAMME		BASES + Panels offert 3 JOURS	TECHNICIEN 4 JOURS	PRATICIEN 4 JOURS	MAÎTRE- PRATICIEN 5 JOURS
<b>ELEARNING</b>	<b>2025 &amp; 2026</b>	<b>Elearning</b>  21h de vidéo nous contacter			
<b>Aix en Provence (En présentiel)</b>	<b>2026</b>	4/02 au 6/02 11/05 au 13/05 9/07 au 11/07	20/07 au 23/07	8/09 au 11/09	5/10 au 9/10
<b>Toulouse (En présentiel)</b>	<b>2026</b>	4/03 au 6/03 27/06 au 29/06			

CNV COMMUNICATION BIENVEILLANTE		Module 1 Initiation 2 jours	Module 2 Ouverture au dialogue 2 jours	Module 3 Pratique du dialogue 2 jours
<b>Elearning</b>	<b>2025 &amp; 2026</b>	<b>Elearning</b>  10h de vidéo + 4 h perso nous contacter)		
<b>AIX-en-PROVENCE (présentiel)</b>	<b>2025/ 2026</b>	17 et 18/11/2025 9 et 10/02/2026 4 et 5/05/2026 18 et 19/07/2026	29 et 30/11/2025 21 et 22/02/2026 20 et 21/07/2026	17 et 18/01/2026 14 et 15/03/2026 12 et 13/09/2026
<b>TOULOUSE (présentiel)</b>	<b>2026</b>	12/03 et 13/03	4/04 et 5/04	25/04 et 26/04

ANALYSE TRANSACTIONNELLE		4 JOURS
PRÉSENTIEL AIX EN PROVENCE	2026	20 au 23/01

COACHING ÉQUIPE		4 JOURS
PRÉSENTIEL AIX EN PROVENCE	2026	En programmation

IKIGAI		4 JOURS
PRÉSENTIEL AIX EN PROVENCE	2026	En programmation

FORMATION EFT		3 JOURS
AIX en PROVENCE (En présentiel)	2026	28 au 30 mars 2026

MEDITATION PLEINE CONSCIENCE		8 ateliers de 2 h30
En présentiel Aix en Provence	2025 & 2026	<p>1 séance par semaine sur 8 semaines - 17h30 à 20h 11/9 + 16/9 + 23/9 + 30/9 + 7/10 + 14/10 + 4/11 + 12/11/2025</p> <p>1 séance par semaine sur 8 semaines - 17h30 à 20h 24/03 + 31/03 + 14/4 + 28/4 + 12/5 + 19/5 + 26/5 + 9/6/2026</p>

# TARIFS COACH PROFESSIONNEL & MANAGER COACH

## PARCOURS PROFESSIONNEL VIE/ENTREPRISE & INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE

INTITULÉ	Prérequis	Nbre de jours Nbre d'heures	TARIF TTC particuliers/ TPE et PME	TARIF HT entreprises / financement
Coach professionnel/manager coach - formule complète 29 jours de présentiel	Aucun	203 h	5 270 €	7 500 €
Nous contacter pour autres formules		29 jours		

## MODULES COMPLÉMENTAIRES

INTITULÉ	Prérequis	Nbre de jours Nbre d'heures	TARIF TTC particuliers TPE et PME	TARIF HT entreprises / financement
Pack réussite stratégie digitale coach Si choisi dès le début de la formation 3h de coaching individuel en plus avec JJ Verger	En cours formation coach	Accompagnement sur le processus complet	5 300 €	6 500 €
Coaching d'équipe	Formation coach	5 jours en présentiel (35h)	990 €	1 250 €
Coach quête de sens IKIGAI	Formation coach	4 jours en visio/présentiel (28h)	600 €	990 €
Praticien PNL certifié NLPNL	Formation coach	6 jours en présentiel (42h)	1 020 €	1 500 €

## REMISES ADDITIONNELLES(pour particuliers, non cumulables)

## REMISE

Demandeurs d'emploi de moins de 26 ans avec justificatif	-10 %
Votre conjoint(e) vous accompagne (règlement sous même pli)	-15% (pour les 2 personnes)

## FORMATIONS PNL

FORMULES	NIVEAUX DE FORMATION	Prérequis	Nbre de jours Nbre d'heures	TARIF TTC particuliers TPE et PME	TARIF HT entreprises / financement
<b>TARIF PAR MODULE</b>  (se font dans l'ordre)	Bases PNL (existe aussi en elearning et visio)	Aucun	3 jours (21h)	520 €	980 €
	Technicien PNL	Bases PNL	6 jours (42h)	1 125 €	1 960 €
	Praticien PNL	Technicien PNL	12 jours (84h)	1 950 €	3 200 €
	Maître-praticien PNL	Praticien PNL	21 jours (147h)	3 570 €	5 600 €
<b>REMISES PACKS</b>	Bases + technicien PNL	Aucun	9 jours (63h)	1 482 €	2 780 €
	Certification NLPNL Praticien PNL (Bases + Technicien + Praticien PNL)	Aucun	21 jours (147h)	3 213 €	5 660 €
	Certification NLPNL Maître-praticien PNL (Bases + Tech + Prat + Maître-praticien)	Aucun	42 jours (294h)	5 880 €	9 960 €

# TARIFS ENNÉAGRAMME- CNV ET FORMULES ELEARNING

FORMATIONS ENNEAGRAMME				
INTITULÉ	Prérequis	Nbre de jours Nbre d'heures	TARIF TTC particuliers TPE et PME	TARIF HT entreprises / financement
Bases Ennéagramme + panels offert - existe en formule elearning et visio nous contacter	Aucun	3 jours soit (14h)	420 €	660 €
Panels Ennéagramme (module Offert si achat Bases) En présentiel ou visio	Bases présentiel ou coffret	2 jours en présentiel Aix juillet et/ou visio année	Offert	Offert
Technicien en Ennéagramme (Sous-types, ailes et flèches)	Bases	4 jours soit (28h)	600 €	880 €
Praticien en Ennéagramme	Bases et Technicien	4 jours soit (28h)	600 €	880 €
Maître-Praticien en Ennéagramme (Croyances et émotions, PNL, Pleine conscience et sytémie/groupe/équipe)	Praticien + module 1 et 2 en CNV	6 jours soit (42h)	900 €	1 320 €

PACKS ENNEAGRAMME				
INTITULÉ	Prérequis	Nbre de jours Nbre d'heures	TARIF TTC particuliers TPE et PME	TARIF HT entreprises / financement
Bases + Technicien + Praticien	Aucun	11 jours soit (77h)	1 450 €	2 180 €
Parcours complet bases à Maître-Praticien	Aucun (juste rajouter CNV)	17 jours (119h)	2 250 €	3 370 €

FORMATIONS CNV				
INTITULÉ	Prérequis	Nbre de jours Nbre d'heures	TARIF TTC Particuliers TPE et PME	TARIF HT entreprises / financement
CNV - Module 1 Initiation - existe en formule elearning et visio nous contacter	Aucun	2 jours (14h)	260 €	320 €
CNV - Module 2 Ouverture au dialogue	Module 1	2 jours (14h)	240 €	320 €
CNV - Module 3 Pratique du dialogue	Module 2	2 jours (14h)	240 €	320 €
Pack CNV si les 3 modules immédiatement	Aucun	6 jours (42h)	762 €	864 €

PACKS FORMATIONS ELEARNING			
INTITULÉ DES COFFRETS VIDÉOS + ATELIERS GRATUITS	Prérequis	Nbre d'heures	Tarif du coffret
Bases PNL - Pack de 18h de vidéos + 3h perso	Aucun	21h	460 €
Bases Ennéagramme - Pack de 21h de vidéos + 3 h perso	Aucun	21h	420 €
Bases CNV - Pack de 10h de vidéos + 4h perso	Aucun	14 h	260 €
Pack Privilège Bases PNL + CNV + Ennéagramme + 3h de coaching individuel avec JJ Verger	Aucun	59h	1 440 €



# FORMULAIRE D'INSCRIPTION

## DEMANDES D'INSCRIPTION :

### SUR LE SITE :

<http://efpnl.fr/contact/inscription>

## PAR COURRIER :

EFPNL

310 chemin des Bons Enfants

13580 La Fare les Oliviers

## PAR TÉLÉPHONE :

06 19 44 67 73

## PAR E-MAIL :

[contact@efpnl.fr](mailto:contact@efpnl.fr)

A la réception du formulaire nous vous envoyons un contrat qui une fois signé confirme votre inscription. Une convocation avec lieu et horaire vous est envoyée par e-mail au minimum 10 jours avant le début de la formation.

Nom : .....

Prénom : .....

E-MAIL : .....

Tél portable : \_ \_ \_ \_ \_

Adresse : .....

Code Postal : .....

.....

Ville : .....

Situation/activité professionnelle : .....

Bénéficiez vous d'une prise en charge pour le financement de la formation (merci de cocher) : OUI/NON

NON financement personnel

☐

Financement FIFPL

☐

Autres financement (pas de CPF)

☐

Nom et adresse de l'entreprise/organisme pour le financement

.....  
.....

## INTITULÉS DES FORMATIONS SOUHAITÉES :

..... en Dates : du ...../...../..... au ...../...../..... Ville .....

..... en Dates : du ...../...../..... au ...../...../..... Ville .....

..... en Dates : du ...../...../..... au ...../...../..... Ville .....

..... en Dates : du ...../...../..... au ...../...../..... Ville .....

..... en Dates : du ...../...../..... au ...../...../..... Ville .....

Motivations à ces formations : quelles sont vos besoins et attentes pour cette/ces formations ?

.....  
.....

Comment vous nous avez connu ? .....

**RQTH** : reconnaissance de qualité de travailleur handicapé, merci de nous aider à vous accompagner (contact : JJ Verger 0619446773).

Avez-vous besoin de modalités d'adaptation et si oui lesquelles ?

.....  
.....

**Formule pack (plusieurs formations) : OUI / NON**

**Montant total : .....€**

**Montant acompte (30%) : .....€**

Le règlement par chèque à l'ordre de EFPNL ou par virement qui vous sera envoyé avec le contrat.

“Je valide les informations ci-dessus pour recevoir le contrat/convention par mail qui confirmera mon inscription “

Fait à : .....

Le : .... / .... / ....

Signature :

Nous rejoindre sur Facebook : <https://www.facebook.com/EfpnlEfcoaching>