

Transformer une difficulté en opportunité grâce à la PLN

Mario Bouffard, coach professionnel

www.summumcoaching.com

Présentation au comité de femmes en
ingénierie, OIQ Plein sud, 12 nov. 2008

Modélisation de l'excellence

- Thérapeute



- Athlète olympique



- Leadership



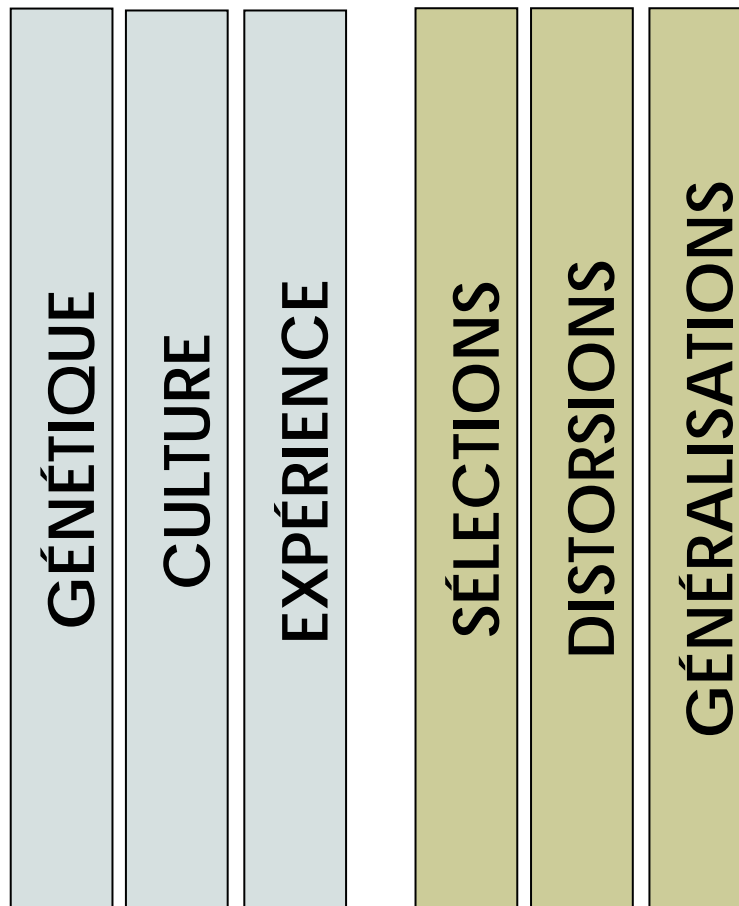
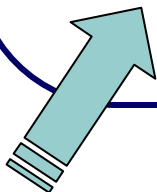
Modèle de communication

Construire **MA** réalité ?

La réalité



Ma communication
est l'expression de
la façon dont je
perçois la réalité



Communicateur efficace



Être congruent

Doit gérer trois dimensions:

Avoir un objectif	Posséder des critères qui définissent le résultat sur une base de perceptions sensorielles. VAKO
Avoir de l'acuité sensorielle	Détecter tous les indices sensoriels nécessaires pour évaluer le moment où rencontrer l'objectif.
Avoir une flexibilité de comportement	Posséder un large répertoire d'options et une grande flexibilité de comportement pour susciter les réponses désirées pour atteindre l'objectif.

Objectif : SMART(E)

Positif	Formulé de façon positive car le <i>cerveau ne peut pas se faire une représentation négative</i> . Ex: Ne pensez pas à un éléphant rose
Spécifique et mis en contexte	Formulé sur une base sensorielle VAKO .. Un objectif tel que « je veux être heureux » est trop vague car il lui manque un index de référence (par rapport à quel événement)
Mesurable	Il sera vérifiable à travers la perception de la personne qui le formule , ex. V.A.K.O.... » ; puis à travers la perception de quelqu'un d'autre , ex. : « l'autre sait que j'ai atteint mon objectif, car il voit ... il entend ... il me voit faire ...

Objectif : SMART(E) suite...

Réaliste et atteignable	Sa réalisation doit dépendre uniquement de la personne qui initie le changement , elle en porte l'entière responsabilité.
Temporel	Un objectif doit se situer dans le temps : « Dans 3 mois , j'aurai atteint mon poids santé. »
Écologique	Les conséquences du changement sont en harmonie et respectent l'environnement du sujet (ses proches, son travail, ses amis, etc.).
NB : Écologique Pour préserver les gains secondaires: il est important de découvrir ce que vous perdriez si vous l'atteignez , c'est l'intention positive du comportement actuel.	



Synthèse PNL

- Nous **percevons la réalité** par nos sens
- Nos **filtres limitent** notre contact au réel
- Le **cerveau code** nos perceptions : **VAKO**
- Pas d'échec juste un **Feed-back !!**
- **Le bonheur :**
Nous **associer** à nos expériences **positives** et nous **dissocier** des expériences **négatives** !

Qui sommes-nous?

Summum Coaching est une entreprise dynamique offrant des services de coaching aux petites et moyennes entreprises.

Nous avons surtout gagné nos étoiles de noblesse en permettant à nos clients de croître de façon harmonieuse, créative et efficace.

Summum Coaching travaille avec les individus de l'organisation pour les aider à établir une stratégie de développement de carrière et de compétences. Nous mettons l'emphase sur le développement du leadership authentique basé sur l'intégration de qualités telles que le dépassement de soi, la créativité, l'intégrité, l'authenticité, l'ouverture, le travail d'équipe et la bonne gestion de soi.