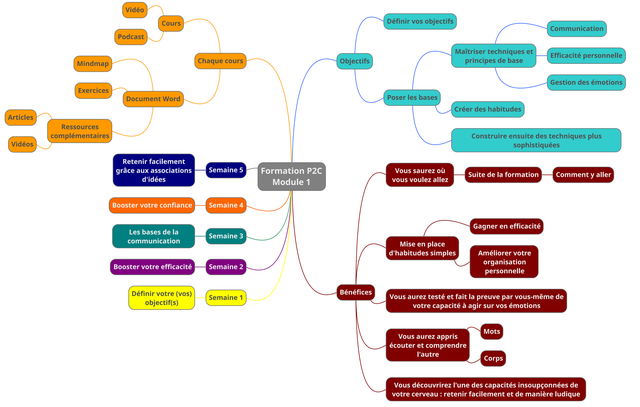
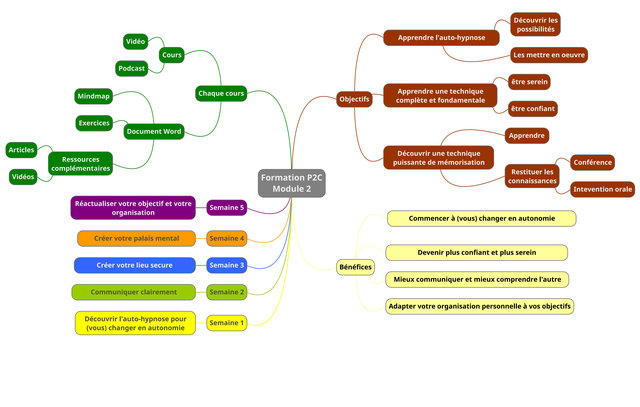
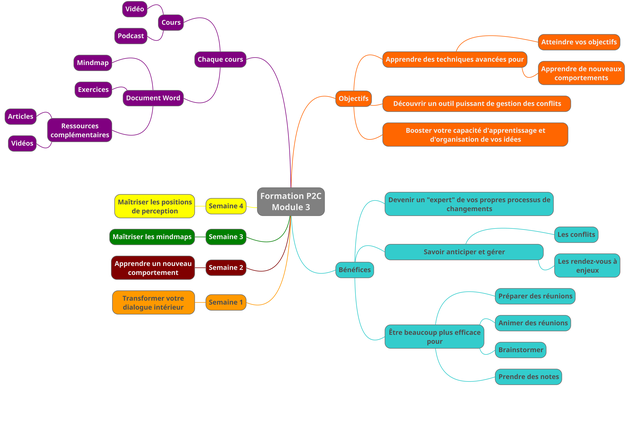
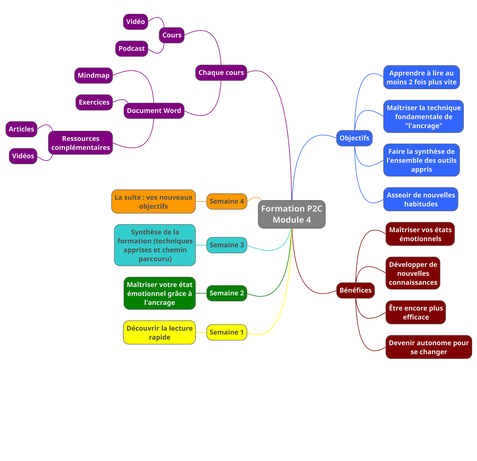

Formation P2C Module 1
Objectifs
Définir vos objectifs
Maîtriser techniques et principes de base
Communication
Efficacité personnelle
Gestion des émotions
Poser les bases
Créer des habitudes
Construire ensuite des techniques plus sophistiquées
Bénéfices
Vous saurez où vous voulez allez
Suite de la formation
Comment y aller
Mise en place d'habitudes simples
Gagner en efficacité
Améliorer votre organisation personnelle
Vous aurez testé et fait la preuve par vous-même de votre capacité à agir sur vos émotions
Vous aurez appris écouter et comprendre l'autre
Mots
Corps
Vous découvrirez l'une des capacités insoupçonnées de votre cerveau : retenir facilement et de manière ludique
Chaque cours
Cours
Vidéo
Podcast
Document Word
Mindmap
Exercices
Ressources complémentaires
Articles
Vidéos
Retenir facilement grâce aux associations d'idées
Semaine 5
Booster votre confiance
Semaine 4
Les bases de la communication
Semaine 3
Booster votre efficacité
Semaine 2
Définir votre (vos) objectif(s)
Semaine 1


Formation P2C Module 2
Objectifs
Apprendre l'auto-hypnose
Découvrir les possibilités
Les mettre en oeuvre
Apprendre une technique complète et fondamentale
être serein
être confiant
Découvrir une technique puissante de mémorisation
Apprendre
Restituer les connaissances
Conférence
Intevention orale
Bénéfices
Commencer à (vous) changer en autonomie
Devenir plus confiant et plus serein
Mieux communiquer et mieux comprendre l'autre
Adapter votre organisation personnelle à vos objectifs
Chaque cours
Cours
Vidéo
Podcast
Document Word
Mindmap
Exercices
Ressources complémentaires
Articles
Vidéos
Réactualiser votre objectif et votre organisation
Semaine 5
Créer votre palais mental
Semaine 4
Créer votre lieu secure
Semaine 3
Communiquer clairement
Semaine 2
Découvrir l'auto-hypnose pour (vous) changer en autonomie
Semaine 1


Formation P2C Module 3
Objectifs
Apprendre des techniques avancées pour
Atteindre vos objectifs
Apprendre de nouveaux comportements
Découvrir un outil puissant de gestion des conflits
Booster votre capacité d'apprentissage et d'organisation de vos idées
Bénéfices
Devenir un "expert" de vos propres processus de changements
Savoir anticiper et gérer
Les conflits
Les rendez-vous à enjeux
Être beaucoup plus efficace pour
Préparer des réunions
Animer des réunions
Brainstormer
Prendre des notes
Chaque cours
Cours
Vidéo
Podcast
Document Word
Mindmap
Exercices
Ressources complémentaires
Articles
Vidéos
Maîtriser les positions de perception
Semaine 4
Maîtriser les mindmaps
Semaine 3
Apprendre un nouveau comportement
Semaine 2
Transformer votre dialogue intérieur
Semaine 1


Formation P2C Module 4
Objectifs
Apprendre à lire au moins 2 fois plus vite
Maîtriser la technique fondamentale de "l'ancrage"
Faire la synthèse de l'ensemble des outils appris
Asseoir de nouvelles habitudes
Bénéfices
Maîtriser vos états émotionnels
Développer de nouvelles connaissances
Être encore plus efficace
Devenir autonome pour se changer
Chaque cours
Cours
Vidéo
Podcast
Document Word
Mindmap
Exercices
Ressources complémentaires
Articles
Vidéos
La suite : vos nouveaux objectifs
Semaine 4
Synthèse de la formation (techniques apprises et chemin parcouru)
Semaine 3
Maîtriser votre état émotionnel grâce à l'ancrage
Semaine 2
Découvrir la lecture rapide
Semaine 1