

Les niveaux logiques de Dilts : Une journée de compréhension et d'application pratique

Le 18 septembre 2019 De 8h45 à 17h30 : 6 cas concrets et méthodes d'application différentes de l'outil.

Le matin :

8h45 à 9h45

Reprise des fondamentaux sur l'outil : concepts et application de fond (pourquoi) et de forme (comment) à revisiter ensemble.

9h45 à 12h30

(un exercice guidé en plénière,
deux exercices en sous-groupes)

Exercices, débriefings (et pause) à partir des éléments transférés.

Extraits d'exercice filmé en vidéo*

L'esprit de Dilts et les adaptations possibles :

- Pour visualiser un choix, une décision à prendre (cas 1* : entre 2 postes ; cas 2* : entre 2 maisons à acheter ; avec 2 typologies différentes de personnalités).
- Pour finir de s'approprier un changement (cas 3 : finaliser un rapport d'étonnement, en pleine intégration d'un nouveau poste).

Cas 4 : Pour accélérer une étape de deuil, alors qu'on traverse une crise : exercice avec le préconscient (quand on se sent agité et bloqué à la fois, seul dans une impasse qui dure...).

Déjeuner libre

L'après-midi :

13h45 à 17h30

Exercice en sous-groupes
(option selon le nombre de participants)

Exercices, échanges et débriefings (**pas de pause**).

Cas 5 : Pour mieux piloter 2 parties de soi et rééquilibrer les paramètres de son fonctionnement (quand on vit une crise ponctuelle et qu'on cherche à y voir plus clair).

Exercice en plénière à plusieurs

Cas 6 : Pour permettre à une équipe de visualiser les niveaux d'adaptation nécessaire pour réussir les changements (exercice dynamique en position haute).

Puis, Tour de table sur vos applications et contextes, et capitalisation de la journée.