

L'ART DE LA COMMUNICATION

AU CŒUR DE LA RELATION

AU CŒUR D'UNE VIE HEUREUSE

**NOS PLUS GRANDES JOIES,
NOS PLUS GRANDES DIFFICULTÉS**

**COUPLE - FAMILLE - AMIS – RELATIONS
TRAVAIL - SANTÉ - VENTE – SPORT**

PNL OU PROGRAMMATION NEURO-LINGUISTIQUE

HYPNOSE CONVERSATIONNELLE

ANALYSE TRANSACTIONNELLE

COMMUNICATION NON VIOLENTE CNV

NEUROSCIENCES — PSYCHOPATHOLOGIE

SOMMAIRE

[POUR COMMANDER : CLIQUEZ ICI](#)

AVANT-PROPOS.....	21
INTRODUCTION.	23
CHAPITRE I - PRINCIPES GÉNÉRAUX DE LA PROGRAMMATION	
NEURO-LINGUISTIQUE :	27
1° Introduction.	
2° La sécurité.	
3° L'écoute.	
4° Observation de votre interlocuteur.	
5° Les trois canaux de la communication.	
6° La congruence.	
7° L'imitation.	
8° Les positions de perception.	
CHAPITRE II - LA CARTE DU MONDE.....	69
1° Introduction.	
2° Comment construisons-nous notre carte du monde ?	
a) les filtres	
b) Les mécanismes	
3° Conclusion sur la carte du monde.	
CONCLUSION SUR LA PNL	79
CHAPITRE III - LE CHARISME	81
1° Introduction	
2° Les points essentiel à développer.	
3° Les neuf points à développer	
a) Votre regard.	

- b) L'assertivité.
 - c) Le langage du corps.
 - d) Présence à soi, présence à l'autre.
 - e) La voix.
 - f) Être compris.
 - g) Technique d'écoute appropriée.
 - h) La tenue vestimentaire.
 - l) Développer vos compétences.
- 4° Leadership et charisme.
5° À chacun son charisme.
6° Conclusion.

CHAPITRE IV ANALYSE TRANSACTIONNELLE 103

Introduction à l'analyse transactionnelle.

A — Les états du moi.

- 1° Les états du moi.
 - a) État du Moi Adulte.
 - b) État du Moi Parent.
 - c) État du Moi Enfant.
 - d) Conclusion sur les États du Moi Enfant.
- 2° Lorsqu'un état du moi prend le pouvoir.
- 3° Conclusion sur les États du Moi

B — Les transactions.

- 1° introduction.
- 2° Les différentes transactions possibles.
 - a) Transactions simples.
 - b) Transactions doubles
 - c) Transactions de redéfinition.
 - d) Conclusion

C — Les signes de reconnaissance.

- 1° Savoir donner des marques de reconnaissance
- 2° Savoir recevoir des marques d'attention.
- 3° Quelques croyances limitantes.
- 4° Impact sur la communication.
- 5° Conclusion.

D — Le triangle dramatique de Karpman.

1° Les protagonistes du triangle de Karpman.

2° Les postures piégées.

CHAPITRE V

HYPNOSE CONVERSATIONNELLE 143

1° Introduction.

2° Créé une relation de qualité.

a) Les principes de Rosenzweig appliqué à l'hypnose conversationnelle.

b) les quatre points cardinaux de l'hypnose.

3° Fixation de l'attention.

4° Le conscient et l'inconscient.

a) L'inconscient et le conscient

b) Une hypnose ouverte et congruente.

c) Une communication qui concerne l'autre.

d) Soyez captivant.

e) Dans un groupe, distribuez la parole.

f) Soyez impliqué

g) Les suggestions.

4° Communication d'influence.

5° Conclusion.

6° Exercice.

CHAPITRE VI 159

CNV — Communication Non Violente.

1° Introduction.

2° Principes de bases.

3° L'observation.

4° Ce que nous ressentons.

a) Introduction.

b) Que ressentons-nous ?

c) Nos émotions nous empêchent d'accéder à notre

5° Les besoins.

- 6° La demande.
- 7° La manière de dire.
 - a) Le canal verbal.
 - b) Le canal Para verbal.
 - c) La gestuelle.
 - d) La congruence.
 - e) Soyez empathique.
- 8° Conclusion

CHAPITRE VII

Communication avec des personnes toxiques..... 177

- 1° Introduction.
- 2° La première des personnalités toxiques.
- 3° Différencier la personne sans problème.
- 4° Les personnes à problèmes ou toxiques.
 - a) La personnalité paranoïaque.
 - b) Le pervers narcissique.
 - c) Le jaloux.
 - d) Le manipulateur.
 - e) L'antisocial.

CHAPITRE VIII : EXERCICES 191

- 1° Regardez toutes les mimiques.
- 2° Développez votre observation.
- 3° Synchronisation sur votre interlocuteur.
- 4° Soyez congruent.
- 5° Les états du moi.
- 6° Communication et État du Moi.
- 7° Les États du Moi.
- 8° Les signes de reconnaissance.
- 9° L'hypnose conversationnelle.

ANNEXE.	205
Persuasion : les principes de Cialdini.	
CONCLUSION GÉNÉRALE.	211
DU MÊME AUTEUR.	213

[POUR COMMANDER : CLIQUEZ ICI](#)

AVANT-PROPOS.

La communication intervient dans tous les domaines de notre vie. Même seul, vous communiquez avec vous-même.

Ce livre a été écrit à partir de toutes les disciplines que j'ai étudiées ou enseignées. La PNL (programmation neuro-linguistique), l'hypnose (dont l'hypnose conversationnelle, la CNV [communication non violente], l'analyse transactionnelle, les neurosciences, la philosophie et la psychopathologie.

Ce livre n'est pas un livre d'information, mais de **formation** et je peux même dire d'**autoformation**.

Vous le découvrirez par le nombre d'**exemples** et d'**exercices** que je vais vous proposer.

INTRODUCTION.

Où nous verrons que tout peut être amélioré !
Que tout peut être changé !

Nous ne sommes pas tous égaux dans notre manière de communiquer.

Il y a à l'évidence dans notre manière de communiquer une partie innée liée à notre tempérament et une partie acquise liée à nos expériences de vie et qui forme notre caractère. Notre manière de communiquer résultera de la somme des deux. Et c'est là que vont intervenir les différents apprentissages.

~

Plusieurs catégories de personnes.

La communication fluide.

Pourquoi certaines personnes attirent-elles plus l'attention que d'autres ?

Pourquoi se font-elles plus facilement des amis ou tout simplement des relations ?

Comment se fait-il que nous nous sentions immédiatement bien en leur présence.

Pourquoi sont-elles épargnées par les remarques désobligeantes ?
En apparence, elles ne font aucun effort particulier. Elles semblent très naturelles dans leurs différentes manières de s'exprimer.

Ces personnes, lorsqu'elles liront ce livre, se reconnaîtront souvent.

Elles s'apercevront qu'elles font la plupart des choses naturellement depuis toujours.

Elles trouveront à coup sûr des éléments à ajouter parce que nous pouvons toujours nous améliorer [comme en sport].

Elles peuvent néanmoins rencontrer des difficultés dans certains contextes ou avec des personnes toxiques qu'elles ne comprennent pas. Tout d'abord parce qu'elles les repèrent mal et ne sont pas « équipées » pour lutter contre elles.

*

Les personnes à communication dysfonctionnelle.

D'autres personnes à l'inverse feront tout à « l'arrachée ». Elles sont dans une sorte d'éternel combat pour se faire accepter... rien n'est simple. Elles doivent batailler pour convaincre, pour se faire ou maintenir une bonne relation de couple, se faire ou maintenir une bonne relation amicale, des contacts difficiles au travail... Elles ont une communication dysfonctionnelle... et elle l'ignore. Comment font-elles ?

*

Et puis, il y a entre les deux un curseur qui se promène entre les deux extrêmes. En fonction de nombreux critères comme le contexte, les informations, la météo... ces personnes sont influencées par leurs émotions fluctuantes qui peuvent leur donner une allure joyeuse ou taciturne.

*

Les personnes atteintes de névroses.

Ce sont des personnes qui souffrent de troubles névrotiques et qui se sont adaptées, non sans difficultés, à la vie en société. Elles rencontrent beaucoup de difficultés.

Une enfance mal vécue a joué un rôle important et qui va de simples souffrances à **des traumatismes**.

Ces névroses peuvent être plus ou moins handicapantes dans les rapports sociaux. Le niveau de gravité est variable.

*

Les troubles psychotiques ne seront pas abordés dans ce livre, il nécessite une approche très professionnelle [psychiatrie].

*

Une catégorie à part : les personnalités toxiques.

Elles sont destructrices et jetteront leur dévolu sur les personnes souffrant de difficultés. Elles ne demandent que très rarement de l'aide... c'est plutôt l'entourage qui en a besoin. Elles communiquent par la violence verbale, voire physique ou par la manipulation volontaire ou involontaire [parfois difficile à repérer par un non-professionnel]. Lorsqu'elles ne peuvent être évitées [famille], elles peuvent empoisonner une vie entière.

[POUR COMMANDER : CLIQUEZ ICI](#)

DU MÊME AUTEUR

- 1° Autoformation à la PNL (450 pages).
- 2° Hypnose ericksonienne, hypnose elmanienne et nouvelle hypnose (620 pages).
- 3° Rester jeune et même rajeunir et rester en bonne santé (551 pages).
- 4° Perdez du poids sans jamais en reprendre avec la nutrition et le mental.
- 5° Un roman : SOLEME
- 6° Développez votre estime et votre confiance en vous. La clé de votre épanouissement.
- 7° L'art de la communication, au cœur de la relation, au cœur d'une vie heureuse.
- 8° La sérénité enfin retrouvée pour une relation enfant/parents apaisée.
- 9° Stop à l'insomnie. Les troubles, les causes, les solutions.

Pour vous procurer facilement les livres :
Le QR code.

I – AUTOFORMATION À LA PNL ET À L'AUTO-
PROGRAMMATION NEURO-LINGUISTIQUE

La PNL est un excellent outil pour les personnes qui pratiquent l'hypnose. De nombreuses techniques peuvent être pratiquées sous hypnose.

Pour commander.
LIVRE DE 450 PAGES.
[POUR COMMANDER : CLIQUEZ ICI](#)



DESCRIPTION :

La PNL ou Programmation Neuro-Linguistique s'intéresse à la relation humaine, au changement (positif), et au développement de soi. Tout ce que nous n'avons jamais appris à l'école et qui est essentiel à notre vie et à notre développement.

Cet ouvrage a été écrit pour que chacun puisse s'autoformer à la PNL et devenir son propre coach.

Il sera aussi le compagnon de route de toutes les personnes en formations PNL et Hypnose.

Par la richesse de ses références, il intéressera également le spécialiste qu'il soit praticien, coach, psychologue, hypnopraticien, formateur ou enseignant.

La PNL est aussi une technique de réparation des blessures du passé, ancrée dans l'instant présent et tournée vers l'avenir.

La PNL est une discipline ambitieuse qui a pour vocation de rendre les personnes plus heureuses, et d'accéder à la meilleure version de soi.

Toutes les différentes techniques pour créer de bonnes relations y sont décrites. Le lecteur sera surpris par la quantité d'outils dont il disposera.

Concernant le changement, les techniques d'exploration d'un objectif ou d'un projet y sont détaillées. Les protocoles sont expliqués étape par étape de manière extrêmement concrète que l'auteur a intitulé techniques et démonstrations.

S'ajoutent aux démonstrations, de nombreux exemples qui viennent enrichir, étayer les techniques.

Tous les exemples donnés sont des cas réels.

Les métaphores apportent une touche particulière.

Cet ouvrage est tourné vers la modernité en incluant de nombreuses explications issues des dernières découvertes des neurosciences.

Il fait aussi référence aux talentueux chercheurs du passé qui ont eu des intuitions géniales comme Milton Erickson, Émile Coué et tellement d'autres...

Un livre vivant par l'utilisation de métaphores.

Il se lit comme un manuel pratique et avec fluidité... presque comme un roman

~

II — HYPNOSE ERICKSONIENNE, ELMANIENNE
et NOUVELLE HYPNOSE.

Hypnose ericksonienne, elmanienne et nouvelle hypnose : Les trois grands courants de l'hypnose.

PLUS, l'autohypnose et l'hypnose conversationnelle

Pour commander le livre
d'HYPNOSE.

Un livre de 620 pages...

[POUR COMMANDER : CLIQUEZ ICI](#)



DESCRIPTION :

Les trois grands mouvements de l'hypnose sont abordés en détail ainsi que l'AUTOHYPNOSE et l'HYPNOSE CONVERSATIONNELLE dans ce livre qui dépasse les 600 pages. C'est assurément un livre de référence. De nombreux SCRIPTS sont proposés avec une multitude d'exemples concrets. La séance d'hypnose est décrite point par point. Une partie importante est consacrée aux suggestions avec des exemples parlant. En prime, la méthode Coué fait l'objet d'un chapitre. Les neurosciences enrichissent ce livre et font le lien avec l'hypnose de demain.

Les sujets importants sont abordés de façon très détaillée :

- Arrêt du TABAC.
- Traitement de la DOULEUR.
- Traitement du SURPOIDS.
- L'INSOMNIE.
- L'ESTIME de soi et la CONFIANCE en soi.
- L'hypnose chez l'ENFANT.
- Les PHOBIES.
- Les techniques RÉGRESSIVES.

~

III — RESTER JEUNE ET MÊME RAJEUNIR

Pour commander le livre
Rester jeune et même rajeunir et en bonne
santé.



551 pages

[POUR COMMANDER : CLIQUEZ ICI](#)

L'âge civil **et l'âge biologique** sont deux choses différentes. Certaines personnes paraissent plus jeunes et d'autres plus âgées que leur âge civil. Ce qui compte, c'est notre **ÂGE BIOLOGIQUE**. Ce livre vous donne **des milliers de conseils** pour l'allongement de la vie EN BONNE SANTÉ qui n'est en France que d'environ 65 ans. Ce livre abordera tous les sujets : activité physique et sédentarité ; le cerveau qu'il faut bien nourrir et entretenir, le sommeil, moment de réparation ; la relation humaine indispensable à une vie heureuse... comme la créer ; la nutrition et là, bien des surprises vous attendent ; les microbiotes (flore intestinale) qui communiquent avec le cerveau ; la prévention et bien évidemment : le tabac, l'alcool, le stress qui vous fait perdre des années de vie. Je vous parlerai de génétique... En annexe, vous trouverez 32 autres sujets passionnant qui vous parlent d'aujourd'hui et de demain... je vous parlerai du rôle de l'acide hyaluronique...

La science nous apporte dans des délais très courts des possibilités extraordinaires d'allongement de la vie en bonne santé. En attendant, il faut tenir.

~

IV — ROMAN : SOLEME.

Un roman : SOLEME
(Thriller romantique).

De rebondissement en rebondissement, un roman haletant où se mêlent amours, amitiés, assassinats, complots et drame. Soleme et Raphaël se rencontrent dans un train. Quoi de plus banal... en apparence ? Vraie rencontre, ou machination ? Quel est le drame qui a créé Soleme cette femme hors norme ? Des personnages atypiques, calculateurs, machiavéliques agissant dans l'ombre vont s'aimer, se haïr, se tolérer, des destins brisés. L'amour et l'amitié vont-ils survivre à tous ces pièges tendus, à ces désirs de vengeance démesurée. Un combat sans merci va opposer une puissante mafia, un groupe de mercenaires et un brillant hacker meurtri et fou. Un roman qui vous fera voyager aux quatre coins du monde.

[POUR COMMANDER CLIQUEZ ICI](#)



V — ESTIME DE SOI ET CONFIANCE EN SOI.
ÉPANOUISSEMENT PERSONNEL.

Cet ouvrage est un aboutissement. Ce livre, je l'ai rêvé et écrit pour vous. Après une enfance de galères et destructrice qui s'est poursuivie bien au-delà, j'ai travaillé encore et encore à l'estime de soi, la confiance en soi et enfin l'épanouissement personnel. Ce livre vous donne des outils concrets qui s'appuient sur la PNL (Programmation Neuro-Linguistique), l'hypnose, l'analyse transactionnelle, les neurosciences, la psychopathologie (pour vous protéger). J'ai enseigné toutes ces matières dans mes centres de formation. J'aborde les sujets point par point comme on construit une maison brique après brique. Je vous propose des exercices pour que de manière naturelle vous retrouviez votre propre chemin, celui qui correspond à votre propre personnalité. Ce n'est pas seulement un livre de réparation d'éventuels traumatismes, c'est un livre pour atteindre toutes ses potentialités... aller au-delà.

[POUR COMMANDER CLIQUEZ ICI](#)



VI — L'ART DE LA COMMUNICATION
AU CŒUR DE LA RELATION,
AU CŒUR D'UNE VIE HEUREUSE.

Ce livre est une vraie baguette magique pour ceux qui souhaitent ÉTABLIR DE BONNES RELATIONS avec les autres. NOS PLUS GRANDES JOIES ET NOS PLUS GRANDES DIFFICULTÉS, VOIRE MALHEUR VIENNENT DE LA RELATION HUMAINE. Bien communiquer, un atout extraordinaire au niveau personnel (couple, famille, amis...) et professionnel (collègues de travail, supérieurs hiérarchiques...). Les plus grandes techniques de communication développées depuis plus d'un siècle par des chercheurs de génie. : PNL, Analyse transactionnelle, hypnose conversationnelle, communication non violente. L'auteur a enseigné toutes les disciplines dans son centre de formation en plus de la psychopathologie et des neurosciences. Vous pourrez également apprendre à repérer les PERSONNES TOXIQUES et vous en protéger. Enfin, grâce à une meilleure communication, vous verrez votre charisme et votre leadership augmenter.

[POUR COMMANDER CLIQUEZ ICI](#)



~

VII — PERDEZ DU POIDS SANS JAMAIS
EN REPRENDRE

« **Perdez du poids sans jamais en reprendre** » est un ouvrage qui prend en compte l'alimentation, la nutrition et le MENTAL. Le MENTAL demeure le point faible majeur, celui qui empêche d'atteindre ses objectifs et celui qui fait rechuter. MENTAL, NUTRITION ET ALIMENTATION constituent une association incontournable. Le docteur Larsonneur insiste sur l'exercice physique, non pas le sport... mais la non-sédentarité. Nous rencontrons aujourd'hui du fait du travail sur les ordinateurs et les séries télévisées l'apparition d'un FLÉAU : LA SÉDENTARITÉ. Nous en arrivons aujourd'hui à rencontrer des SPORTIFS SÉDENTAIRES : plus de 7 heures par jours assis et du sport le week-end. L'être humain n'est pas génétiquement programmé pour passer autant de temps assis : le « too much sitting ».

La SÉDENTARITÉ est une CALAMITÉ. MARCHER un peu chaque jour vous sauvera la vie.

[POUR COMMANDER CLIQUEZ ICI](#)



~

VIII — LA SÉRÉNITÉ ENFIN RETROUVÉE
LA RELATION ENFANTS/PARENTS APAISÉE

La sérénité enfin retrouvée. La relation enfants/parents apaisée.

Pleurs, cris, crises parfois cataclysmiques, l'enfant met les nerfs des parents démunis à fleur de peau. Ce livre aborde le pourquoi et **surtout le comment s'y prendre**. Pendant des milliers d'années, les enfants ont été élevés sans que nous ne sachions rien sur leur cerveau. Le cerveau des enfants est immature. Dès la naissance, l'enfant en souffrance subit ses émotions sans aucun contrôle possible... faute de connexions neuronales. Les parents souvent excédés, sans le savoir, mettent de « l'huile » sur le feu émotionnel que vit l'enfant. **Des explications simples, des solutions concrètes faciles à appliquer**. À la lumière des découvertes les plus récentes, c'est une révolution qui se met en place en matière d'éducation. Soyez les premiers à en bénéficier.

[POUR COMMANDER CLIQUEZ ICI](#)

La sérénité enfin retrouvée. La relation
enfants/parents apaisée



VIII — STOP À L'INSOMNIE
LES TROUBLES... LES CAUSES... LES SOLUTIONS

Stop à l'insomnie... les troubles, les causes, les solutions.

Pour beaucoup de gens, l'insomnie est une source d'inconfort avec à la clé une mauvaise journée le lendemain. L'INSOMNIE, c'est beaucoup plus grave qu'un « simple » inconfort.

Le sommeil est la clé de voûte de la santé, bien avant l'alimentation et l'activité. Après avoir décrit ce qu'est le sommeil et son importance, ce livre s'attache à donner une multitude de solutions qui peuvent s'ajouter les unes aux autres. Un guide va vous aider point par point à mettre en place les solutions pour vous conduire à un sommeil de qualité.

[POUR COMMANDER CLIQUEZ ICI](#)

IX — COACHING SANTÉ

Uniquement en visio.

Il ne s'agit en aucune façon de remplacer une consultation médicale.

Pour plus d'informations scanner le QR code :



IX — RETROUVEZ-MOI SUR YOUTUBE



X — RETROUVEZ-MOI SUR INSTAGRAM, LINKEDIN, FACEBOOK

Instagram, LinkedIn, Facebook.

XI — INSCRIVEZ-VOUS À NOTRE
NEWSLETTER SUR LE SITE

Vous trouverez, sur la page, la
possibilité de vous inscrire.
Il vous suffit de noter votre
adresse mail



XII — FORMATIONS VIDÉO EN LIGNE

Formations VIDÉO en ligne (VIVOVOJO).
Docteur Robert Larssonneur et Noémie Kleiber.
ENSEIGNANTS EN HYPNOSE.

Formation : Praticien en hypnose.

- 33 vidéos en qualité HD.
- 33 documents pédagogiques.

**Pour commander
La formation. Praticien
en hypnose.**



Nous attirons votre attention sur le fait que nous ne commercialisons pas ces formations.
Nous avons réalisé ces formations. Elles ont été admirablement filmées par Bebooda qui les commercialise.