

Evolution personnelle et PNL

Auteur : Paul Pyronnet

Source : Cohesion International

L'ensemble de « l'outillage PNL » va permettre à l'individu de progresser sur cinq dimensions essentielles de son évolution :

1 - La conscience de son identité tant au niveau interne qu'externe, le pourquoi ? Il s'agit ici de la conscience de ce qu'est son système de valeurs (ce qu'il a besoin de satisfaire) et de croyances fortes, qui « sous-tendent » les choix de vie, et qui déterminent la qualité de celle-ci, ainsi que de sa mission (sa raison d'être), ce pourquoi il vit, ce qu'il veut apporter aux autres et au monde.

2 - La conscience du sens de sa vie tant sur le plan intérieur que sur le plan social, ce vers quoi il tend ? En devenant plus clair sur ce que sont ses objectifs de vie, et sur la déclinaison concrète de ses actions à moyen et court terme, ainsi qu'en s'ouvrant à plus de confiance face à l'imprévisible.

3 - La pertinence de ses comportements vis à vis de lui-même et de son environnement, le comment ? Progresser dans la forme qu'il donne à ses attitudes, sa conscience à décider, à affirmer ce à quoi il dit oui et ce à quoi il dit non. Evoluant ainsi dans sa prise d'autonomie, il organise alors sa vie selon ses propres choix.

4 - La qualité de ses relations avec soi-même et avec les autres, le avec qui ? Comment prendre en compte les différentes parties de soi, l'ensemble de ses besoins, savoir communiquer avec les autres sur le plan verbal et non verbal, prendre en compte son environnement, personnel, familial, social et professionnel.

5 - La conscience de son évolution, jusqu'où ? S'ouvrir à ses richesses intérieures, espace de subtilité, de créativité et de richesses infinies. Comprendre le monde, grandir dans le prise en compte de cette richesse qui nous entoure. En conclusion nous pouvons dire que la PNL est un outil d'une immense richesse. Elle peut être étudiée pour soi dans le cadre d'un projet de développement personnel, mais aussi dans la perspective de la mettre au service des autres , en devenant un professionnel de l'accompagnement.

Applications de la PNL

Plus de 3 000 000 de personnes de part le monde ont suivi une formation en PNL. Pourquoi s'y sont-elles intéressées ? Les professionnels de la relation d'aide : Psychologues, thérapeutes, éducateurs spécialisés , coaches... se sont formés à la PNL pour faciliter leur travail auprès de leurs patients et clients.

Ils ont trouvé là une démarche et des outils pour créer un climat de confiance favorisant l'évolution personnelle, communiquer de façon constructive avec l'ensemble des « parties de la personnalité » de l'individu.

Leur apprendre à sortir d'états tels que : stress, dépression, difficultés relationnelles, conflits, échecs, manque de confiance en soi, tensions internes...

Les amener à construire une vie et des relations motivantes et épanouissantes. La PNL offre à ces professionnels de la relation d'aide les moyens de se préserver du stress lié à leur activité en faisant de chaque entretien une occasion d'apprentissage, fondée sur des relations plus faciles pour chacun.

Les professionnels de l'entreprise Créateurs et chefs d'entreprises, managers, vendeurs, formateurs, coaches, consultants, spécialistes des ressources humaines, entraîneurs, ou employés dans des domaines divers, se tournent vers la PNL pour : Acquérir et utiliser des outils de communication pour permettre de nouvelles relations de travail et favoriser le climat social avec un collaborateur, une équipe, un service...

Accroître leur capacité à penser à long terme, à conduire des projets, à influencer une culture d'entreprise avec le charisme d'une vision évolutive Perfectionner des capacités à manager en aidant les membres d'une équipe à grandir et faire de l'entreprise un lieu de compétences, de satisfactions et de croissances pour tous.

Les enseignants, formateurs, coaches, étudiants ou sportifs de haut niveau Ils s'intéressent à la PNL pour développer des modalités d'enseignement et de pratiques pédagogiques, conformes aux mécanismes naturels d'une ou plusieurs personnes.

Comprendre ce qui favorise les processus d'apprentissage et de motivation. Rendre l'enseignement plus attrayant, faire en sorte qu'il implique l'ensemble de la personne et pas seulement des facultés d'ordre intellectuel.

Nous tous, en qualité d'être humain afin de Développer notre épanouissement personnel, sur nos différents plans de vie (physique, matériel, relationnel, intellectuel, spirituel...)

Gérer l'équilibre entre nos besoins personnels et ceux des autres.

Trouver de nouvelles options face à nos propres difficultés quotidiennes. Construire une vie plus satisfaisante, améliorer nos relations avec autrui, développer et utiliser nos ressources (créativité, courage, charisme, confiance, ...) avec plus de naturel, de facilité et de simplicité.

Choisir sa vie et la vivre pleinement !

Paul Pyronnet