

L'Intention première de la PNL

Auteur : Paul Pyronnet

Source : Cohesion International

Notre vie nous conduit parfois à traverser des périodes mouvementées.

Ces remous quelquefois difficiles peuvent être l'occasion de rebondissements étonnants. Tout en apportant un soutien et un accompagnement dans nos réflexions et nos démarches, la PNL peut être un des moyens possibles pour nous rassurer, nous reconforter en nous apportant des repères qui nous montrent que la réussite ne fait pas seulement partie d'un autre monde !

Et s'il était possible de rendre à chaque individu ses propres rêves, sa propre capacité à agir dans ce monde, quelles que soient son ambition, sa formation, son éducation, son expérience, ses origines ?

La différence entre celui qui entreprend, réalise et celui qui stagne est à la fois infime et immense : c'est une disposition d'esprit, une conscience de sa liberté, un regard différent sur soi-même, les autres et la vie. C'est ce petit fossé intérieur, situé entre subir le monde ou le créer, que la PNL nous propose de découvrir.

Prendre sa vie en main, cela aussi s'apprend... Il n'est pas plus difficile d'échouer que de réussir, seules les stratégies changent.

L'origine de la Programmation Neuro-Linguistique: La PNL est née d'une étude des mécanismes de l'excellence humaine, ainsi que d'une synthèse des développements les plus récents en matière de communication, de psychologie et de fonctionnement du cerveau.

La PNL apparaît aux Etats Unis au cours des années 1970, de la rencontre de deux américains, John Grinder (professeur de linguistique à l'université de Santa Cruz) et Richard Bandler (mathématicien spécialisé dans les techniques de mise en équation de problèmes complexes).

Ensemble, ces deux personnes vont mettre au point une approche nouvelle pour permettre le transfert de compétences entre des experts reconnus dans les sciences humaines et leurs étudiants. Ils se lancent alors dans un programme ambitieux pour comprendre et transférer les compétences de personnalités reconnues pour la qualité des résultats qu'ils ont obtenus dans les sciences humaines.

Parmi ces personnes on trouve : Alfred Korzybsky, Noam Chomsky et Walzlawik qui ont travaillé sur le langage et la sémantique générale. Miller, Galanter et Pribram, trois brillantes figures de la cybernétique et de l'analyse des systèmes, Virginia Satir, spécialiste de communication inter-personnelle et de la famille Fritz Perls, le fondateur de la Gestalt thérapie, qui fit un travail éminent sur l'intégration des différentes parties de la personnalité ;

Docteur Milton Erickson, fondateur de l'hypnose éricksonienne et spécialiste des états modifiés de la conscience, Pavlov et la psychologie comportementale, Grégory Bateson et l'école de communication de Palo Alto, et bien d'autres...

Ce programme de recherches leur permet de décoder ce que font ces experts.

Décodage de l'extérieur qui se fit par un patient travail d'observation, mais aussi décodage de l'intérieur en utilisant des outils de la sémantique générale pour saisir la façon dont agit l'expert à l'intérieur de sa personnalité lorsqu'il travaille, analyse une situation, suggère un remède ou agit auprès de ces patients et clients.

De ce travail d'observation, une synthèse a été faite reprenant les techniques et les approches les plus performantes de ce siècle dans les domaines aussi divers que : l'impact de la communication sur le plan verbal et non verbal, la transformation des émotions ou souvenirs négatifs, les mécanismes de la motivation, la découverte et la mobilisation des ressources personnelles, etc.

Cette synthèse a donné lieu à une nouvelle technologie de la communication et du changement, développée et enseignée à travers le monde sous le nom de « Programmation Neuro-Linguistique ».

Trois mots résument les principaux axes de la PNL : La « Programmation » du mental et des habitudes de pensées (processus d'apprentissage) Le système nerveux (Neuro) qui sert de base à la perception et aux réactions physiologiques (émotions, sensations, état d'esprit, ...) Le langage (Linguistique) qui est une forme propre de l'homme pour développer sa conscience et sa communication.

Aujourd'hui la PNL privilégie dans sa pratique les directions suivantes : Les perceptions de nous-mêmes, des autres et du monde, et leurs conséquences sur notre évolution personnelle, sociale et professionnelle. La clarification et la réalisation d'objectifs de vie et le sens que l'on peut donner à celle-ci.

La découverte et la mobilisation des ressources personnelles pour soi et pour les autres.

La gestion et l'amélioration des relations avec soi-même et avec son environnement

L'analyse et la reproduction de l'excellence.

Comment donner le meilleur de soi-même ?

L'accompagnement vers le changement et l'évolution personnelle en rapport avec les aspirations profondes de l'individu concerné.

Paul PYRONNET