



PNL ET... D'AUTRES APPROCHES EN PSYCHOLOGIE HUMANISTE

Université d'été du Collège des Enseignants - Formateurs Experts en PNL de la NLPNL

Le 21 juin 2025 en présentiel et distanciel

La PNL est née au croisé de chemins de différents disciplines et méthodes : la grammaire transformationnelle, la gestalt thérapie, l'hypnose ericksonienne, la sémantique générale, la cybernétique, la systémique, l'épistémologie...

Ses fondateurs ont mis à profit la richesse de ces disciplines et nous incitent à poursuivre leur démarche en continuant à apprendre et à modéliser ce qui est saillant pertinent, enrichissant... dans d'autres méthodes et modèles.

Pour cette raison, le thème de l'Université d'Été cette année sera PNL et... d'autres approches. Professionnels de la formation et de l'accompagnement, nous nous engageons à actualiser nos connaissances dans une démarche de formation continue, à poursuivre notre développement personnel et professionnel et à apporter une contribution à la communauté professionnelle.

Toujours curieux et en recherche de nouvelles opportunités d'apprentissage pour étayer notre enseignement et nos formations, cette journée nous aidera à nous orienter : cinq expertes en PNL nous expliqueront et nous ferons expérimenter pour certaines, comment elles intègrent d'autres approches de la psychologie humaniste dans leur pratique de la PNL.

9h-9h15 – Accueil des participants

9h15-9H30 – Accueil du Président et présentation de la journée

Paolo MICCINILLI – Président du Collège des Enseignants – Formateurs Experts en PNL

9h35-10h25 – Atelier/Conférence 1

Des histoires pour changer... avec l'Approche Narrative

Marie-Christine CLERC

Je souhaite partager avec vous ce qui m'a tellement enchantée dans cette approche et qui s'accorde si bien avec l'esprit de la PNL : c'est la magie du langage avec son pouvoir de création et de transformation. C'est l'art et la science du langage qui fait tout l'accompagnement, par-delà la technique ou la méthode, nous le savions !

Le « parler narrative » met au cœur de ses interventions des métaphores et des présuppositions spécifiques qui guident la conversation et nous donnent une boussole pour naviguer. Grâce aux histoires alternatives que la personne redécouvre sur elle-même, elle peut aisément s'éloigner de celle du problème et revivifier son pouvoir d'honorer la vie.

Marie-Christine CLERC, Enseignante-formatrice-experte en PNL : m.c.clerc@wanadoo.fr

10h30-11h20 – Atelier/Conférence 2

La Méthode Gordon pour apprendre à écouter, s'affirmer avec assertivité et résoudre les conflits de manière constructive

Marie-Eve LAVRUT

La méthode de Thomas Gordon, développée dans les années 1950, est une approche de communication interpersonnelle fondée sur la satisfaction mutuelle des besoins. Permettant d'améliorer les relations humaines et résoudre les conflits de manière gagnant-gagnant, elle s'applique dans divers contextes tels que : l'éducation des enfants, le leadership, la communication interpersonnelle.

Les composantes essentielles de cette méthode sont :

1. Le « message je ». L'invitation à utiliser « je » plutôt que « tu » souligne la responsabilité du locuteur de sa communication et l'invite à s'exprimer en parlant en son propre nom.
2. L'écoute active. Se servir de l'écoute active pour reconnaître et reformuler les sentiments et besoins de l'autre.
3. La résolution de conflits « gagnant-gagnant ». Rechercher conjointement des solutions qui respectent les besoins de chacun.

L'association de ces deux modèles dans ma pratique quotidienne de la PNL et en séance de thérapie brève, me permet de prendre conscience quelle partie de moi parle en disant « je ». Elle facilite l'émergence de mon leader intérieur naturel, l'alignement et la congruence. L'alliance entre la PNL et la méthode Gordon permet, avec un nouveau regard, de se poser une des questions centrales de cette approche : « À qui appartient le problème ? »

Marie-Eve LAVRUT, Enseignante-formatrice-experte en PNL : marielavrut@gmail.com

11h20-11h50 – Pause-Café

11h55-12h45 – Atelier/Conférence 3

PNL et TCC (Thérapies Cognitivo-Comportementales) : les similitudes et différences dans le cadre d'un accompagnement

Véronique DESCHAMPS

Peut-être pensez-vous que les TCC ont copié des techniques PNL ? Je l'ai pensé.

J'ai suivi une formation aux TCC – Thérapies Comportementales et Cognitives – dans le but d'obtenir le titre de psychothérapeute reconnu par l'ARS (Agence Régionale de Santé) : c'était un moyen plutôt qu'un objectif. Un discours interne m'accompagnait pendant cette formation qui disait : « en fait c'est de la PNL », comme si ces deux approches ne pourraient pas co-exister dans ma pratique. Cependant, avec le temps et les expériences, je constate que les TCC ont coloré ma pratique psychothérapeutique. Leur champ, la psychopathologie, n'est pas celui de la PNL, l'excellence humaine et leur combinaison me permet de mieux accompagner une personne en souffrance mentale.

Les TCC ont pris leurs racines dans le champ de la psychologie scientifique expérimentale avec l'objectif d'uniformiser une méthodologie de prise en charge psychothérapeutique. Par exemple, l'évolution de la recherche en TCC souligne l'importance du rôle des pensées automatiques et du dialogue interne dans les états dépressifs.

Cet atelier explorera l'état présent problématique où TTC et PNL peuvent se potentialiser pour définir les objectifs thérapeutiques. En outre, au-delà des techniques utilisées, je mettrai en lumière les différences entre les postures d'accompagnement TCCiste et PNListe.

Véronique DESCHAMPS Enseignante-formatrice-experte en PNL :
veroniquedeschamps58@gmail.com

12h45-14h30 Pause-Déjeuner

14h30-15h20 – Atelier/Conférence 4

TIPI : Technique d'identification sensorielle des peurs inconscientes

Chantalle SERVAIS

TIPI, technique d'identification sensorielle des peurs inconscientes, est une démarche naturelle et efficace qui peut être mise en œuvre par toute personne, en complète autonomie. Il s'agit d'un apprentissage très simple pour accéder à sa mémoire sensorielle.

L'objectif de TIPI est d'activer la capacité naturelle à se libérer des souffrances en passant par un revécu corporel léger.

Dans cet atelier, vous expérimentez l'accès à votre mémoire sensorielle, à partir de l'une de vos difficultés émotionnelles, et ensuite, les différentes étapes du déroulement d'une séance TIPI pour acquérir le savoir-faire suffisant pour réaliser, par vous-même, une séance complète.

Chantalle SERVAIS, Enseignante-formatrice-experte en PNL : c.servais62@gmail.com

15h20-15h50 – Pause-Café

15h55-16h45 Présentation 5

Architecture de choix : quand plus de choix est trop de choix, que faire ?

Jane TURNER

Plus on a de choix, mieux c'est, propose la PNL. Est-ce vraiment vrai ?

Non, en fait. La fatigue de la décision existe et décrit la façon dont notre capacité à prendre des décisions se dégrade au fur et à mesure que nous devons faire des choix supplémentaires en mettant nos capacités cognitives à rude épreuve jusqu'à ce que celles-ci s'épuisent.

Que faire ? Plutôt que forcer une prise de décision que l'on risque de regretter à terme, mieux vaut créer un « nudge » qui oriente un choix et ouvre des pistes de réflexion et d'action.

« Nudge » qui signifie littéralement « coup de coude » en anglais, fonctionne comme un coup de pouce pour aider les personnes à prendre de meilleures décisions, tout en leur laissant la liberté de choisir ou pas.

Nudge est aussi le titre de l'ouvrage aussi fondamental que remarquable de Richard Thaler et Cass Sunstein, économistes comportementaux, qui soulignent les principes de l'architecture de choix.

L'architecture de choix met en relief des « biais » ou préférences cognitives qui impactent les choix que nous faisons. Certains de ces biais seront expliqués dans cette présentation et appuyés par des exemples de « nudges » possibles visant à orienter les personnes vers de nouvelles options.

Jane TURNER, Enseignante-formatrice-experte en PNL : jane.turner1@orange.fr

16h50-17h15 – Pot-Pourri : Tous les animateurs sur l'estrade pour un échange avec le public

17h15-17h30 REMERCIEMENTS – Clôture – Date et thème de l'Université d'Été 2026

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

DATES : le 21 juin 2025

HORAIRES : 9h15 – 17h30 (Accueil des participants – 9h00)

LIEU : ASSOCIATION ADÈLE PICOT

39 rue Notre-Dame des Champs – 75006 PARIS
Salle Bassablons Chenu

COÛT : Membre du Collège des Enseignants – Formateurs Experts – 20€ ;

Membre sympathisant et adhérent NLPNL – 30€ ;

Non-adhérent NLPNL – 40€

Le replay est réservé aux inscrits

INSCRIPTIONS : <https://my.weezevent.com/la-pnl-et-dautres-approches-en-psychologie-humaniste>