

PNL

Programation Neuro-Linguistique

Tout d'abord c'est bien plus simple que son nom le laisse entendre.

La PNL, comme un langage

Je vois la PNL comme une langue, qui permet de **mieux se comprendre**, de comprendre l'autre et se faire comprendre ; comprendre les valeurs, les croyances, les préférences neurologiques, les influences corps-mental, qui signent nos actions, ou non-actions.

La PNL, comprendre comment nous faisons

La PNL est ainsi une **modélisation de comportements**, permettant la compréhension de la structure de l'excellence pour pouvoir la transmettre ou la transformer. La capacité de comprendre comment nous fonctionnons permet d'avoir un modèle de choix, et ainsi augmenter notre liberté dans la prise de décision. La PNL s'intéresse au **comment** nous faisons ce que nous faisons, comment on a codé nos expériences, dans le but de les améliorer, transformer ou répliquer.

La PNL, une étude subjective

La PNL est une **étude subjective** à partir de l'observation et l'analyse des méthodes formelles et parfois moins conscientes de trois thérapeutes d'excellence, Virginia Satir (Thérapie Familiale), Franz Perls (Gestalt Thérapie) et Milton Erickson (Hypnothérapie moderne). A partir de ces observations début des années '70, les premiers 'PNListes', Richard Bandler et John Grinder ont identifié des clefs de communication ainsi que des outils de changement. Ils se sont aussi inspirés des études de Gregory Bateson, Margaret Mead, Karl Pribram, Noam Chomsky, Bertrand Russell, Alfred Korzybski, Konrad Lorenz, Timothy Leary. Depuis, d'autres travaux ont été effectués par Robert Dilts et David Gordon, Judith DeLozier, Steve et Conroe Andreas, Leslie Cameron, pour n'en citer que quelques uns. Les avancées neurologiques et des études cliniques permettent de valider des présuppositions de la PNL et son utilité dans l'accompagnement au changement ([Recherches Cliniques Publiées](#)).

NLP

Neuro-Linguistic Programming

A complicated name for a simple and effective tool.

NLP is like a language

I see NLP as a language that allows us to better understand each other and understand how come we do what we do, how our values, beliefs, neurological preferences, body and mind interact and sign our actions or inactions, verbal and non-verbal communication.

NLP, understanding how we function, behave

NLP studies and models behavior to understand the pattern of excellence in order to transfer the skill to another person or in another framework. Understanding also unlocks the possibility of identifying what needs to be changed in the sequence to achieve the desired goal. Understanding is the foundation to having choice and consequently increasing our response-ability.

NLP focuses on **how** we do what we do, how we have coded our experiences, to improve, replicate or transform them.

NLP is the study of the subjective human experience. It draws on the observations and analysis by Richard Bandler et John Grinder of the formal approaches and also unconscious patterns of exceptional therapists, Virginia Satir (Family Systemic Therapy), Franz Perls (Gestalt Therapy and Milton Erickson (Modern Hypnotherapy) lifting the veil on communication and transformation. Further understanding was drawn from studies led by Gregory Bateson, Margaret Mead, Karl Pribram, Noam Chomsky, Bertrand Russell, Alfred Korzybski, Konrad Lorenz, Timothy Leary. NLP has gained more insight with the studies led by Robert Dilts, David Gordon, Judith DeLozier, Steve et Conroe Andreas, Leslie Cameron, among others.

The elements NLP studies and uses are present in all communication and the keys it offers, used with integrity and profound awareness, are effective models for dialogue, leading towards positive and constructive transformation. Clinical studies can be consulted ([Recherches Cliniques Publiées](#)).