

Une formation PNL pour quoi faire ?

Des repères pour donner une meilleure visibilité au contenu des formations en PNL

Jean Luc Monsempès

Quels sont les mots les plus souvent utilisés pour décrire le contenu d'une formation en PNL ? : « outils, techniques, cartes, modèles, aptitudes, présupposés...etc. » reviennent le plus souvent. Ces mots peuvent-ils refléter le contenu d'une formation PNL ? Et puis mettez-vous à la place de celui ou celle qui n'a jamais entendu parler de programmation neuro-linguistique ou PNL, comment voulez-vous qu'à partir d'une série de mots non spécifiques, cette personne puisse se faire une représentation du contenu d'une formation PNL et savoir quels sont les apprentissages les plus importants ? Ceux qui financent la formation professionnelle ou qui vérifient que les dispositions réglementaires soient respectées peuvent avoir de bonnes raisons de parler d'un manque de visibilité concernant des formations PNL et leur inadéquation avec le développement de compétences professionnelles. C'est donc l'occasion de pratiquer la PNL pour décrire le contenu des formations en PNL, c'est-à-dire faire des distinctions, « dénominaliser », et hiérarchiser le contenu des Praticiens PNL et Maître Praticien PNL.

Le besoin de faire des distinctions

Il convient donc de faire des distinctions claires dans le vocabulaire utilisé en PNL : outils PNL, cartes PNL, modèles PNL et techniques PNL, et présupposés de la PNL

La PNL n'existe pas car elle n'a pas de forme, ne produit pas de bruits, ni odeur, ni goût, ni sensation, et il est difficile de la tenir au creux de votre main. Ou comme dit Richard Bandler, vous ne pouvez pas faire des petits tas avec la PNL. Ce qui existe et qui peut être appréhendé par les cinq sens, ce sont des processus de communication, d'apprentissage ou de changement dont les individus ont besoin pour atteindre des buts court terme ou long terme.

Un processus est un ensemble d'actions, d'opérations ou d'événements ayant un but précis. Un processus PNL décrit comment les individus organisent leur subjectivité pour atteindre un résultat. Un mouvement qui sollicite nos pensées, nos ressentis et nos comportements. Et comme pour tout déplacement, ce mouvement est d'autant plus efficace qu'il s'appuie sur des aptitudes/capacités, qu'il se prépare avec des modèles permettant des simulations, qu'il est guidé par de bonnes cartes, qu'il est facilité par un équipement approprié en termes d'outils et techniques, et qu'il est encouragé par un certain nombre de croyances et de présupposés.

Pour mieux savoir le contenu d'une formation PNL, le premier pas est de définir les termes que nous venons d'utiliser.

Les présupposés de la PNL

Ce sont les croyances ou règles inconscientes qui prédisent que le suivi des instructions d'un plan (la carte) concernant la mise en œuvre de certaines capacités/aptitudes et comportements et l'usage des instruments (outils) d'une certaine manière (technique) aboutiront ou pas au résultat souhaité.

Les aptitudes et capacités

L'aptitude est la disposition inconsciente ou « naturelle » d'un individu et servant à faciliter l'exécution de différentes tâches. D'un point de vue PNL, cela signifie que la personne a déjà « incorporé » les croyances ou présupposés nécessaires à l'exécution de la tâche. La capacité est la manifestation concrète des aptitudes développées. D'un point de vue PNL, nous sommes au niveau des cartes mentales (plan de coordination) et des comportements (Action). Les aptitudes et capacités préexistent, à des degrés divers et à différents niveaux de conscience, à un apprentissage de la PNL.

C'est ce que les stagiaires commentent en disant « Je faisais cela sans m'en rendre compte que je savais le faire ou sans savoir que cela se

dénomme ainsi ; je faisais de la PNL sans le savoir ». La PNL apporte des repères précis permettant d'accroître la conscience des processus de communication, d'apprentissage et de changement. Ce gain de conscience facilite la modélisation de soi et des autres, donc l'apprentissage.

Mais la PNL n'invente pas les processus qu'elle décrit, même si elle lui attribue une étiquette verbale (calibration, rapport....etc.) qui lui est propre.

Exemples : de nombreuses personnes savent établir la relation (rapport), observer finement (calibration), questionner un manque de rigueur de la pensée (méta-modèle), bien avant de suivre une formation en PNL.

Les cartes de la PNL

Une carte est une représentation en deux dimensions des caractéristiques d'un terrain ou d'un territoire. La *carte du monde* d'un individu est l'ensemble de ses représentations internes et cette carte résulte d'un processus individuel de modélisation et d'interprétation de la réalité perçue. La carte mentale d'une personne pour une activité donnée rassemble les informations nécessaires à la mise en œuvre d'une compétence.

Une carte PNL est une représentation graphique ou schématique en deux dimensions d'une situation afin d'en faciliter l'orientation, la compréhension et l'analyse (Comme un plan ou une carte routière)

Exemples : la carte de l'expérience subjective (Index de computation), la carte des niveaux logique, et tout dessin ou schéma illustrant un concept PNL

Les modèles PNL

Un modèle est ce qui possède certaines qualités « idéales » et qui peut servir comme base à l'imitation, ce qu'on appelle la « modélisation » en PNL. Le modèle est également une représentation simplifiée et en trois dimensions d'un processus facilitant non pas la compréhension mais l'expérimentation ou la simulation d'action. (Les modèles réduits d'une voiture ou d'un bateau permettent de simuler des embouteillages ou la navigation lors d'une tempête)

Exemples : Modèle TOTE, SCORE, SOAR, modèle des parties, Méta-modèle, Milton Modèle.

Les outils PNL

Ce sont des objets ou instruments finalisés, extérieurs à l'individu et utilisés par ce dernier pour accroître l'efficacité de son action. Les outils de la PNL sont avant tout des modes de pensée qui servent à élaborer des modes d'intervention (par exemple des techniques). Comme ceux de ma caisse à outil, les marteaux et pinces de la PNL peuvent avoir de multiples usages, par exemple réparer, démonter ou construire.

Exemples : Analyse contrastée, les recadrages, les ancrages, les métaphores, les niveaux logiques

Les techniques PNL

Ce sont les procédés mis en oeuvre dans un métier, un art, une science...C'est donc la manière d'utiliser les outils dans un contexte donné afin d'obtenir un résultat tangible. Par exemple, la manière d'utiliser un ciseau à bois (l'outil) pour sculpter est une technique ; Les techniques PNL sont les procédures ou séquences d'action permettant d'identifier, d'accéder et d'appliquer les ressources nécessaires à l'atteinte d'un résultat. Une technique PNL permet donc de passer du savoir/représentation à l'expérience/réalisation.

La même technique ne sera pas utilisée de façon identique selon les contextes. Une technique fait appel à des aptitudes, des cartes, des modèles et des outils. Une technique peut être représentée sous forme de cartes.

Exemples : Swish visuel, recadrages en six étapes, changement d'histoire personnelle, négociation entre parties.

Remarques : certains éléments sont, selon les contextes, des cartes, des outils ou des techniques, par exemple :

- L'ancrage de ressource (l'aptitude) ou la désactivation d'ancrage négatif (Technique)
- La représentation des niveaux logiques (la carte) ou alignement des niveaux logiques (la technique)

Une fois les distinctions faites au sein de « l'équipement de la PNL » il nous reste à voir comment elles prennent place dans un praticien PNL ou un Maître Praticien PNL

Le contenu des formations en PNL

Un praticien PNL est celui qui, du fait de sa pratique, possède un niveau de compétence « suffisant » pour démontrer un savoir-faire concernant la communication interpersonnelle, l'apprentissage et le changement. Ces compétences sont d'abord conscientes avant de devenir inconscientes (un nouveau programme). Un maître praticien PNL est celui qui possède un niveau de compétence « suffisant » pour démontrer un savoir-faire, et un niveau de conscience suffisant pour expliquer quelle « structure subjective » (les mécanismes cognitifs, émotionnels et comportementaux) a été utilisée pour mettre en oeuvre un savoir-faire particulier.

	Praticien PNL	Maître praticien PNL
Compétences	Inconscientes (Démontrer un savoir-faire)	Conscientes (Démontrer un savoir-faire et l'expliquer)
Niveau d'expérience	L'action « visible » et les cartes mentales qui organisent cette action. (Comportements, capacités)	Les règles « invisibles » qui soutiennent ou pas la mise en oeuvre des actions. (Croyances, valeurs, identité)
Présupposés PNL	Compréhension des présupposés	Intégration de quelques présupposés

Qu'est-ce qu'un praticien PNL ?

Principaux objectifs du praticien PNL

Acquérir les compétences inconscientes en matière de communication interpersonnelle, d'apprentissage et le changement permettant d'atteindre un objectif ou réaliser un projet.

Comprendre les règles inconscientes (présupposés PNL, respect de l'écologie...etc.) qui autorisent ou pas la mise en oeuvre de ces processus.

Les aptitudes développées

Repérer les caractéristiques sensorielles du langage (système de représentation et les sous-modalités)

S'exprimer sur le registre sensoriel (prédicats sensoriels)

Repérer les modalités cognitives (clés d'accès oculaires et comportementales)

Acquérir une lecture du langage non verbal (acuité sensorielle, calibration externe)

Repérer les désaccords entre l'expression verbale et non verbale (congruences/Incongruence)

Etablir une relation (synchronisation) **et l'influencer** (rapport)

Repérer et questionner les imprécisions du langage (méta modèle 1 et 2)

Formuler un objectif (Conditions de bonne formulation d'un objectif)

Déclencher la motivation par le langage (satisfaire les valeurs)

Stabiliser un état interne et installer un déclencheur de cet état (Ancrage)

Prendre en compte des points de vue multiples (Positions de perception)

Gérer ou manager son énergie et ses états internes (auto-calibration, auto-modélisation, et auto-ancrage)

Les cartes et modèles du praticien PNL

Les cartes : Index de computation (Structure de l'expérience subjective), la ligne du temps, les niveaux logiques

Les modèles : TOTE, ROLE (R. Dilts), Stratégies, Changement (EP+R= ED)

Les outils PNL du praticien PNL

Analyse contrastée, recadrages, ancrages, métaphores, niveaux logiques

Les techniques PNL pour développer des compétences

Ancrage de ressource et désactivation d'ancre : gérer son énergie

Swish visuel : Faire les liens entre différents modalités visuelles de représentation

Cercle d'excellence : rendre disponibles différentes ressources

Recadrages en une phrase et 6 étapes : Donner une signification différente à un événement

Alignement des niveaux logiques : Renforcer la cohérence d'un système de pensée

Générateur de comportements nouveaux : Acquérir une plus grande flexibilité comportementale

Changement d'histoire : Donner une signification nouvelle aux événements du passé

Négociation entre parties : Négocier entre parties en conflit

Dissociation simple et double : Se distancier d'un événement inconfortable

New Code : Acquérir un état interne facilitant l'apprentissage

Qu'est-ce qu'un Maître Praticien PNL ?

Principaux objectifs du maître praticien PNL

Acquérir des compétences inconscientes et conscientes concernant les processus de communication, d'apprentissage et de changement dont un individu peut avoir besoin pour réaliser un projet, Intégrer et « incorporer » les règles inconscientes (présupposés PNL.) qui autorisent ou pas la mise en œuvre de ces processus.

Les aptitudes

Donner de multiples significations à un même événement

(Recadrages du Sleight of Mouth)

Réfléchir et s'exprimer en utilisant différents niveaux d'abstraction ou signification (Tailles de découpages)

Identifier et faciliter la motivation (valeurs)

Montrer une flexibilité cognitive en sachant déplacer son attention (Méta-programmes)

Identifier les processus cognitifs qui régissent nos talents (John Grinder et Judith DeLozier)

Créer une représentation spatiale d'une expérience (Psychogéographie)

Relier les schémas du langage à ceux du corps et du mental (Méta-modèle 3)

Analyser les fonctionnements et dysfonctionnements d'un système (SCORE)

Distinguer les composantes verbales et non verbales de la communication (méta messages)

Modifier le vécu d'une expérience en agissant sur la physiologie (Syntaxe somatique)

Acquérir une méthode pour « Apprendre à apprendre » (Modélisation)

Les cartes et modèles PNL

Carte : TOTE, Structure de surface et structure, Méta structure d'une croyance

Modèles : SCORE et SOAR

Les outils PNL

Ligne du temps, Niveaux d'organisation ou logiques, Tris spatiaux, Cadre de contraste

Les techniques PNL

Elles sont exprimées sous forme de compétences :

Intégrer les présupposés de la PNL : avec le modèle de Tim Hallbom ou celui Robert Dilts

SCORE multi dimensionnel : analyser un problème dans un système complexe

SOAR ou PNLt : solliciter les multiples ressources potentielles d'un système

Les mentors : renforcer la confiance pour répondre à un défi

Alignement et co-alignement des niveaux logiques : Renforcer la cohérence d'un système

Les méta-programmes : identifier et faciliter la motivation

Méta modèle 3 : repérer les liens entre le langage, la pensée et les comportements

La structure des émotions (Leslie Caméron Bandler) : Comprendre la fonction des émotions

Stratégies de Walt Disney : Développer la créativité

Audit des croyances : évaluer les convictions/croyances limitantes d'un système

Cycle de changement des croyances : comprendre les étapes d'un processus de changement de croyance

Sleight of Mouth : ajuster des croyances par des recadrages linguistiques

Méta structure des croyances : comprendre les composantes d'un système de conviction/croyance

Ré empreinte : intervenir sur les causes des limitations d'un système

Intégration des croyances en conflit : créer un espace dans lequel des polarités peuvent coexister

Matrice de l'identité : savoir actualiser le concept de soi

Processus du pardon, du renoncement et des dépendances : intervenir sur les limitations au niveau de l'identité.

Hierarchiser le contenu des formations PNL

Une fois les distinctions faites au sein de « l'équipement PNL », il apparaît important d'en hiérarchiser les éléments (Présupposés, cartes, modèles, aptitudes, outils, techniques) en répondant aux questions suivantes : qu'est-ce qui est vraiment important dans une formation PNL ? Quelle est l'objet, la raison d'être ou la finalité d'une formation en PNL ? Au fait, qu'en disent les concepteurs ou développeurs de la PNL ?

Qu'est-ce que la PNL selon ses créateurs ?

Pour John Grinder, La PNL est « une modélisation de l'excellence » La PNL cherche à décoder et formaliser l'expérience de personnes expertes dans un domaine spécifique, ou l'expérience de personnes qui ont découvert des moyens inhabituels et efficaces de gérer leurs difficultés

Pour John Grinder et Richard Bandler, la PNL est l'étude de la structure de l'expérience subjective

Pour Richard Bandler, la PNL est une « attitude qui donne lieu à une méthodologie, d'où découle une série de techniques d'intervention ». L'attitude, c'est celle d'une ouverture d'esprit, ancrée dans la croyance que chacun est unique, que la manière de communiquer détermine ce que nous obtenons dans la vie et que chacun possède toutes les ressources pour effectuer des changements dont il a besoin pour se réaliser et développer ses potentialités. La méthodologie, c'est celle de la modélisation de soi et des autres. Les techniques d'intervention sont issues de la modélisation, et elles permettent d'intégrer dans nos comportements les éléments qui produisent une communication, un apprentissage ou un changement efficace.

Pour Robert Dilts, la PNL est une science comportementale qui propose : une épistémologie, c'est-à-dire un système de connaissance et de valeurs (les présupposés de la PNL) ; une méthodologie, c'est-à-dire des processus (de modélisation) et des procédures (les protocoles PNL) pour mettre en application la connaissance et les valeurs ; une technologie, c'est-à-dire des outils analytiques et interactifs pour faciliter l'application de la connaissance et des valeurs.

La principale valeur ajoutée de la PNL ?

De outils peu spécifiques à la PNL

Ces outils cognitifs sont peu nombreux (Analyse contrastée, recadrages, ancrages, métaphores, niveaux d'abstraction, ligne du temps, tris spatiaux...etc.) et très peu sont spécifiques à la PNL.

L'important n'est pas l'outil en lui-même mais ce qu'il permet de faire. Les outils sont importants si on ne s'y identifie pas et si on est prêt à les remplacer quand on trouve mieux pour réaliser ce que l'on souhaite. Si savoir écrire est important pour la réalisation de mon projet littéraire, j'ai bien sûr le choix des outils : utiliser un ordinateur, ou par nostalgie continuer à me servir de ma vieille machine à écrire, ou même d'un bon vieux stylo à plume. A moi d'apprécier les conséquences de mes choix sur ceux de mon éditeur.

L'efficacité des techniques PNL

L'originalité des techniques PNL est leur efficacité. Plusieurs explications à cela :

- ces techniques ne sont pas issues d'une théorie mais d'une reproduction/modélisation de ce qui marche chez des experts (par exemple l'ancrage de ressource avec Erickson comme modèle) ;
- ces techniques font une association inhabituelle d'un certain nombre de processus (par exemple amener des ressources dans des expériences du passé lors d'un « changement d'histoire »).

La ré-empreinte est une technique PNL de Robert Dilts qui rassemble le savoir de plusieurs génies de la psychologie (S. Freud, W. James, M. Erickson, C. Lorentz, T. Leary....etc.)

Suivre une formation PNL pour tester le catalogue des techniques de communication, d'apprentissage et de changement, et vérifier que ces techniques sont bien efficaces n'a cependant pas de sens. Dans ce cas, c'est comme vouloir tester plein de nouveaux médicaments pour vérifier simplement leur efficacité. Si je recherche avant tout un résultat thérapeutique, il est plus rapide et moins cher d'aller voir un thérapeute PNL. Expérimenter une technique PNL dans le cadre d'une formation permet des prises de conscience, par exemple :

- découvrir dans son corps et pas seulement dans sa tête les prérequis à la modélisation, c'est-à-dire ce qu'est la « structure d'une expérience subjective » dont parlent Grinder et Bandler comme définition de la PNL
- apprendre à faire des distinctions majeures, c'est-à-dire
- Structure versus Contenu et Subjectivité versus Objectivité ;
- apprendre que tout état interne (assurance, stress, joie, confiance, sécurité...etc.) et résulte d'un processus souvent inconscient et qu'il est possible de modifier
- commencer à ajuster et actualiser mes représentations et cartes mentales d'une situation actuelle ou future.

Accepter l'idée qu'une subjectivité si différente de ma pseudo « objectivité » puisse générer les résultats recherchés est déjà une révolution de la pensée. Pour citer Vahinger, il y a dans les têtes des individus des fictions ou même des idées folles susceptibles de produire d'excellents résultats. Puis apprendre à se focaliser sur la structure d'une expérience (ce qui est nécessairement présent et important pour créer et maintenir cette expérience) plutôt qu'à son contenu (les commentaires à propos de l'expérience), est une autre forme de révolution ! Il n'est donc pas nécessaire d'analyser tout le contenu d'une carte mentale pour obtenir un changement, et on peut obtenir ce dernier parfois sans se parler (mais pas sans communiquer !) Les jeunes enfants apprennent non pas de ce que disent leurs parents, mais par l'imitation de ce que font leurs parents.

La spécificité des cartes et modèles de la PNL

Les cartes de la PNL : parmi les cartes de la PNL (Index de computation, ligne du temps, niveaux logiques...etc.), bien peu sont la « propriété » de la PNL. Les cartes PNL, comme tout schéma, diagramme, dessin, facilitent la représentation d'un événement chez des personnes à dominante visuelle.

Les modèles de la PNL : les modèles ROLE, TOTE, SCORE et SOAR, Méta modèle, sont plus spécifiques à la PNL. Ils permettent : a) de faire des simulations (une suite d'essais erreurs jusqu'au moment où je trouve la combinaison qui me convient),

b) de comprendre comment nous construisons nos propres cartes mentales et comment nous pouvons les actualiser. Un des bénéfices évident d'une formation en PNL est de savoir réfléchir avec plus d'efficacité (structurer ses cartes mentales, installer plus de rigueur dans nos modes de pensée, élaborer des stratégies efficaces...etc.). Cette « Structure de l'efficacité » pour décider, motiver, mémoriser, apprendre, créer résoudre des conflits...etc., est transférable à de nombreux domaines ou contextes de vie.

La carte de la modélisation : une des cartes les plus originales de la PNL est celle de la modélisation. Une carte pour apprendre à apprendre. La modélisation est la méthode la plus naturelle, la plus pragmatique, la plus simple et la plus efficace qui soit pour acquérir un savoir-faire, que l'on nommera tantôt aptitude, tantôt capacité, tantôt compétences (voir définitions en fin d'article). Une modélisation qui nous aide également à comprendre notre propre épistémologie en répondant à la question « Comment savons-nous ce que nous savons ? », et qui nous sert à élaborer de nouvelles techniques.

La modélisation est une méthodologie d'auto-apprentissage, qui ne repose pas sur un savoir théorique mais sur l'identification et la formalisation de la « structure d'une expérience subjective » et son utilisation dans différents contextes. Et à ma connaissance aucune autre méthode psychologique ne propose ceci. La PNL propose des techniques de communication, d'apprentissage et de changement, issues de la modélisation et nous apprend aussi à modéliser pour devenir autonomes dans nos apprentissages donc à progresser et évoluer.

Apprendre sans cesse est devenu un des facteurs clé de la réussite des individus et des organisations. Dans le domaine de la technique, les savoirs ont une durée de vie limitée et il s'agit de savoir les renouveler rapidement. L'enjeu de l'apprentissage est de pouvoir offrir aux humains les moyens de s'adapter aux mutations du monde, quelque-soit les domaines de vie. Dans le monde professionnel, l'enjeu est celui de la performance et de l'employabilité actuelle ou future. Sans un mode d'actualisation rapide de nos apprentissages, il n'y a pas d'adaptation aux nouvelles exigences professionnelles, il n'y a pas de changement possible de métier ou de fonction. Sans cette actualisation des apprentissages, il n'y a pas pour les plus ambitieux la possibilité de créer le monde auquel ils veulent appartenir.

L'année 2012 sera l'année de la formation des personnes en recherche d'emploi, vient de dire notre président ! Et un candidat centriste déclare que la nécessaire réforme de l'éducation nationale passera par l'amplification des processus pédagogiques qui déjà donnent des résultats élogieux : plutôt qu'une nouvelle théorie, allons voir comment font certains enseignants pour élever le niveau de réussite scolaire et tachons de faire pareil !

Les présupposés humanistes de la PNL

Ce sont les postulats ou axiomes (une dizaine selon J. Grinder ou R. Bandler ou le double selon Robert Dilts) qui imprègnent toutes les techniques PNL. Des présupposés concernant la communication, l'apprentissage et le changement, et qui n'ont pas à être démontrés ; Il ne s'agit pas de savoir si ces présupposés sont justes ou faux, mais de les mettre à l'épreuve de la pratique pour juger de leur efficacité et de leur utilité. Le but ultime d'une formation en PNL est que ces présupposés finissent par s'organiser en systèmes de croyances.

Ce qui signifie alors que cette personne n'a plus besoin « d'expériences PNL » pour intégrer de nouveaux présupposés, et qu'elle devient complètement autonome dans les apprentissages dont elle a besoin pour atteindre ses objectifs. Il est important d'envisager l'intégration des présupposés de la PNL comme un chemin ou un idéal à suivre, et non pas comme un objectif à atteindre.

L'humain qui aurait intégré l'ensemble des présupposés de la PNL n'existe pas, ou alors je ne l'ai pas encore rencontré, même chez les créateurs et développeurs de la PNL, ou les enseignants de la PNL. Chaque expérience de vie constitue une occasion d'actualiser nos présupposés ou croyances et la vie est suffisamment longue pour nous offrir l'opportunité d'en changer quelques-uns, ce qui suffit souvent à faire une différence considérable dans la vie d'une personne. Ceux qui proclament « la PNL a changé ma vie » veulent dire plus modestement que la PNL leur a apporté des expériences suffisamment significatives pour faire bouger quelques présupposés. Changer un présupposé est une différence qui peut faire une grosse différence dans la vie d'une personne.

Ceux qui ont suivi une formation PNL se souviennent certainement de la relation qu'ils ont pu avoir au cours du temps avec ces présupposés PNL. Certains de ces présupposés sont rejetés lors des premières formations (par exemple ceux sur l'intention positive et sur l'existence des ressources...etc.) et finissent pas être admis quelques mois plus tard comme évidents, ce qui ne signifie pas pour autant qu'ils ont été intégrés. Je peux admettre l'idée que fumer est mauvais pour la santé sans m'arrêter pour cela ; ou admettre que la formation est un bon moyen de développer mon employabilité sans pour autant me former. Alors que peu-t-on espérer d'une formation PNL en termes d'intégration de ses présupposés ?

Un technicien PNL permet de découvrir l'existence des présupposés PNL et parfois de s'y opposer avec violence. Il est donc préférable de commencer par avoir l'expérience qui valide le présupposé, avant de prendre conscience de son existence.

Un praticien PNL permet de me confronter aux présupposés de la PNL. Si j'applique la technique avec aisance, c'est probablement que les présupposés sont déjà en place chez moi. Un inconfort à suivre les étapes d'un protocole PNL, témoigne probablement de mon rejet des présupposés qui organisent l'efficacité de la technique. Et pour éviter cet inconfort, je vais préférer faire un peu plus de ce que je fais déjà. A la fin d'un praticien, quelques présupposés PNL sont intégrés, au moins dans le contexte précis de la certification.

Ou peut-être que certains font « comme si » ces présupposés avaient été intégrés. Ce qui est une excellente manière d'apprendre.

Par exemple les présupposés concernant la séparation des modèles du monde, la présence des ressources ou l'intention positive sont souvent observés dans le contexte de la formation.

C'est peu me direz-vous ? Non c'est déjà considérable, et d'autant plus qu'ils ont été généralisés à des contextes plus larges.

Un maître praticien PNL permet d'aller beaucoup plus loin dans l'intégration des présupposés de la PNL. Car si les enseignements de la PNL du praticien PNL sont centrés sur le niveau des comportements et capacités, ceux du maître praticien PNL sont axés sur le monde des croyances. Faire évoluer une croyance consiste à modifier les présupposés (d'existence, de possibilité ou de relation de cause à effet entre deux événements) qui servent de socle à la croyance. Des croyances qui autorisent ou limitent la réalisation d'un but, la manière de l'atteindre, qui je veux être comme personne et le monde auquel je veux appartenir.

L'intégration neuro-musculaire des présupposés de la PNL contribue grandement à acquérir une vision plus positive et constructive des rapports humains, une vision dans laquelle chacun a sa place, a de la valeur, contribue à apporter quelque chose à sa communauté. Ou une philosophie de la vie dans laquelle les individus savent se rencontrer réellement pour mettre en place l'intelligence collective dont ils ont tant besoin pour faire face aux immenses défis du monde actuel.

Le langage de la formation professionnelle

Si vous voulez vous synchroniser avec les exigences de la formation professionnelle continue, il apparaît important d'être en mesure de parler leur langage, et décrire les aptitudes révélées, les capacités démontrées ou les compétences acquises au cours d'une formation en PNL (Source : [VAE Guide Pratique](#))

L'aptitude ou le potentiel d'une personne

C'est une disposition innée ou acquise qui désigne le potentiel d'une personne par rapport à une tâche ou une activité. C'est une organisation émotionnelle, motivationnelle, perceptuelle et cognitive durable de croyances relatives à un ensemble de référents, qui prédisposent un individu à réagir positivement ou négativement aux objets ou référents. Les aptitudes sont physiques (aptitudes sensorielles ou psychomotrices comme la dextérité manuelle, la résistance physique) ; intellectuelles (cognitive, intelligence abstraite, concrète, créative), ou relationnelles (affectivité, autonomie, stabilité émotionnelle).

La capacité ou la carte mentale

C'est une aptitude en acte, la manifestation concrète des aptitudes développées. Les capacités sont « les dispositions ou facultés constatées permettant à une personne d'accomplir les activités et les tâches physiques, manuelles, intellectuelles, méthodologiques, artistiques, d'adaptation, d'initiatives »...qui composent une fonction. C'est aussi le degré d'aisance (performance) démontré, naturel ou acquis par l'expérience, dans un champ d'activité donné. Les capacités sont relatives à la personne et aussi à l'organisation : capacité financière, de production, logistique, collective...

Elles ne sont pas mesurables, mais induisent des compétences qui, elles, se subdivisent en composantes évaluables.

Les capacités s'énoncent généralement par des verbes, par exemple capacité à...être et à vivre en contact avec soi-même, autrui et l'environnement ; capacité à analyser, à critiquer et à évaluer sa propre expérience ; capacité à identifier et à mobiliser les ressources utiles à son développement personnel ; capacité à s'investir dans un projet professionnel, dans des relations avec les parties prenantes ; capacité à recevoir, ressentir et comprendre avec intérêt et respect ce que les parties prenantes communiquent ; capacité à faire évoluer ses comportements en fonction de l'autre, des circonstances et du milieu ; capacité à clarifier ses objectifs, à donner du sens et de la valeur en milieu professionnel ; capacité à respecter des comportements éthiques en situation professionnelle.

Les compétences ou un savoir-faire contextualisé

C'est la capacité à mettre en œuvre des connaissances, des savoir-faire et comportements selon certains standards de performance, définis et évalués dans des conditions spécifiées. Les compétences se décomposent en éléments évaluables. La compétence est une qualification professionnelle. Elle se décline en savoirs (connaissances), en savoir-faire (pratique) et en savoir-être (comportements relationnels) ainsi qu'en des aptitudes physiques. Une compétence est acquise, mise en œuvre ou non sur le poste pour remplir les tâches qui sont attendues. Elle se distingue en cela du potentiel qui serait une "compétence en devenir".

Pour conclure

J'espère que ce texte contribuera à clarifier le contenu des formations en PNL ainsi que les bénéfices qui peuvent en être attendus. Comme nous l'avons vu, les formations PNL développent de nombreuses capacités cognitives, comportementales, relationnelles. Les témoignages parlent souvent d'une pensée plus rigoureuse ou plus structurée facilitant l'atteinte des résultats.

Les capacités développées concernent le champ du personnel (capacité à identifier et mobiliser ses ressources, à se motiver...etc.) ; le relationnel (capacité à comprendre les autres, à faire évoluer ses comportements en fonction de l'autre...etc.), le stratégique (capacité à clarifier ses objectifs et les moyens de les atteindre) ; et le systémique (capacité à créer une vision et imaginer comment les éléments d'un système peuvent se relier).

Le défi des organismes de formation en PNL est de savoir définir un contexte professionnel à ces capacités pour les transformer en compétences évaluables. Autrement dit il conviendrait d'appliquer les conditions de bonne formulation d'un objectif aux apprentissages de la PNL. Une démarche indispensable pour pouvoir utiliser « l'équipement de la PNL » dans le champ de la formation professionnelle continue.

Et n'oubliez pas qu'aucune lecture, et même ce texte, ne peut vous donner une explication suffisante de ce qu'est la pratique des processus PNL. C'est comme pour le vélo, si vous voulez vraiment savoir ce que c'est, le seul moyen est d'en avoir une expérience.

Jean Luc Monsempès