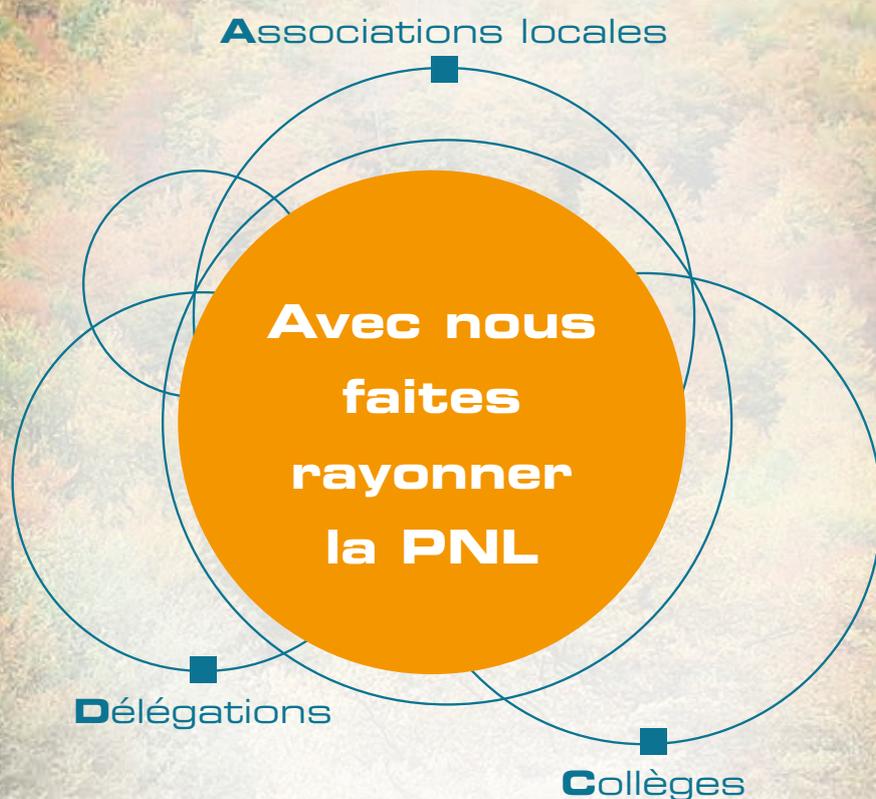


# métaphore

SEPTEMBRE 2017 - n° 86

Journal de NLPNL, Fédération des associations francophones des certifiés en programmation neurolinguistique



Fédération NLPNL des associations  
francophones des certifiés en  
Programmation Neuro-Linguistique

# som- maire

**Les apports de la PNL à la santé**  
*par Jean-Luc Monsempes — 4*

**Leadership et followership**  
**Aborder le coaching, le management et la relation**  
**d'équipe grâce à la métaphore du tango**  
*par Marielle Bezy — 6*

**Penser simplement la complexité ?**  
*par François Balta — 8*

**L'Université d'été du Collège des Enseignants des**  
**8 et 9 juillet 2017**  
*par Dora Pannoza — 11*

**Université d'été NLPNL:**  
**ce qu'il faut retenir de l'atelier du dimanche matin**  
*par Caroline Diguët — 14*

**Congrès mondial de psychothérapie à Paris,**  
**juillet 2017**  
*par France Doutriaux — 16*

**N'oublie pas l'éternité**  
*par Jacques Salomé — 19*

**Un, deux, trois: fermez les guili-guili**  
*par Eugène Mpundu — 20*

**Chittesh et Dhanesh**  
**(de l'importance de l'écoute dans le conseil)**  
*proposé par Evelyne Lerner — 21*

**Hommage à Bernadette Lecerf-Thomas**  
*par Brigitte Dubreucq — 22*



## LE MOT du bureau

**T**out d'abord un grand merci à Évelyne et à Eugène d'avoir repris si vite et avec autant de professionnalisme la responsabilité de notre revue ! Les activités de la Fédération ont été clôturées par la 1<sup>re</sup> Université d'été du Collège des Enseignants, et reprennent en septembre avec les conférences de NLPNL Paris-IDF : Andrée Zerah a fait paraître les trois prochaines soirées en ligne. Pour les régions et la Belgique, vous trouverez les liens utiles sous l'onglet « Associations ».



## LE MOT des responsables de la publication

**L'**automne commence à s'installer, tout doucement, et avec lui les couleurs chaudes de la nature.

Les « feuillages jaunissant sur les gazons épars » sont là pour nous le rappeler. L'été est derrière nous avec sa cohorte d'autorisations de toutes sortes. Comme par exemple celle de ne pas lire une seule page des trois gros bouquins super-intéressants qu'on a trimballés partout pendant toute la durée des vacances.

La saison est déjà bien entamée avec des formations, des conférences et des ateliers de toutes sortes, offerts à ceux qui viennent d'entrer dans la danse de la PNL ou aux danseurs expérimentés qui cherchent tout simplement à améliorer leur déhanché ou à apprendre des nouveaux pas. Quel que soit votre niveau, vous trouverez votre bonheur dans ce numéro de Métaphore.

Entrons ensemble dans la danse, en lisant Marielle BEZY qui nous invite à expérimenter Leadership et Followership en dansant le tango.

Mais au fait, sur quelle musique ont bien pu danser les participants de l'Université d'été organisée par le collège des enseignants au mois de juillet ? Dora vous en parle dans ce numéro et Caroline vous livre les notes prises à la suite de l'atelier qu'elle a animé au cours de la deuxième journée.

Le nouveau site est opérationnel pour le grand public, vous pouvez y consulter les informations essentielles. Nous sommes à votre écoute pour tout renseignement que vous n'y trouveriez pas encore.

Bientôt notre réunion de CD : nous y ferons entre autres le point sur les travaux en cours sous la responsabilité des commissions, et grâce à votre participation : Maison de la PNL, Statuts, Titre Pro PNL, Wikipnl.

L'équipe responsable du Congrès – Dominique et Anne-Brigitte – est déjà prête à vous accueillir le 27 janvier 2018 à la MAS\*. Il a pour thème cette année « La PNL, un art de... », et la conférence plénière sera consacrée à ceux qui « pensent trop » : les surefficients adultes. Nous vous en dirons plus au prochain numéro.

C'est avec une grande tristesse que nous avons appris le décès de notre consœur Bernadette Lecerf-Thomas survenu au mois de juillet. Nous pensons à elle avec de très vifs regrets et beaucoup d'affection. ■

Bonne rentrée à tous !

ANNE-BRIGITTE, MARIE-CHRISTINE, MARINA

\*Maison des Associations de Solidarité

Vous vous demandez ce que la PNL peut apporter à un processus de guérison ? Tournez-vous vers Jean-Luc Monsempès et dévorez son article... qui reprend son intervention à l'Université d'été.

Il s'est passé beaucoup d'autres événements en juillet, comme par exemple le Congrès Mondial de la Psychothérapie auquel France Doutriaux a assisté au double titre de participante et intervenante. Elle partage avec nous ses impressions dans ce numéro. La vie est parfois compliquée, n'est-ce pas ? Oui, parfois. François Balta nous explique comment « penser simplement la complexité » dans un article captivant et riche en enseignements.

Bernadette Lecerf-Thomas, une grande dame de la PNL, nous a quittés. Brigitte Dubreucq lui rend hommage dans ce numéro.

Vous retrouverez également dans ce numéro des articles un peu moins « académiques » qui sont là pour nous rappeler que la PNL fait partie de la vie, tout simplement.

Bonne Lecture !

Nous vous souhaitons un automne calme et studieux avec la PNL et vous retrouverons avec plaisir en décembre, dans le prochain numéro. ■

EVELYNE LERNER ET EUGÈNE MPUNDU



# Les apports de la PNL à la santé



PAR JEAN-LUC MONSEMPE

## Qu'est-ce que la PNL peut apporter à un processus de guérison ?

De façon linguistique, la guérison est une abstraction, et pour la PNL c'est une nominalisation. La guérison est une expérience très subjective, ce qui explique qu'il peut y avoir désaccord entre le ressenti du patient et le point de vue médical. La programmation neuro-linguistique (PNL) s'intéresse à la manière dont un sujet organise et structure sa subjectivité pour se sentir « malade » ou « en bonne santé ». Une subjectivité qui fait interagir la Neurologie (les aspects cognitifs), la Linguistique (le langage) et les programmations du sujet (les habitudes de vie). Ces trois composantes de l'expérience subjective représentent également trois portes d'entrée du changement humain : changer notre manière de percevoir les événements, modifier notre manière de les décrire, ou modifier nos habitudes comportementales.

## Qu'est-ce qu'un symptôme ?

Un symptôme est une expression comportementale du corps, qui résulte des habitudes de vie, et ces dernières résultant des cartes mentales ou processus cognitifs, notre attitude face à la vie. Une approche globale de la santé devrait prendre en compte ces trois aspects : le symptôme, les habitudes de vie et les cartes mentales.

La médecine curative et préventive s'occupe à merveille des deux pre-

miers aspects mais bien moins du dernier, celui qui concerne notre manière de penser notre vie. Si la guérison est un processus qui vise à rétablir un déséquilibre considéré comme momentanément modifié, les trois aspects décrits plus haut sont concernés par l'équilibre recherché. Ces trois aspects sont les éléments indissociables d'un système vivant auto-organisé, et en recherche de sens. Les symptômes sont comme des signaux nous alarmant sur le fait que la personne s'éloigne ou se déconnecte de ce qui est important pour elle, par exemple ses buts de vie, son environnement, etc.

## L'approche multidisciplinaire de la guérison

Une guérison est donc idéalement une approche multidisciplinaire, avec la participation de la médecine curative, des hygiénistes et des psychologues. Si le médecin soigne, c'est le patient qui décide de guérir en se prenant en charge au niveau de ses habitudes de vie et de ses modes de pensée. Si le sujet accepte une part de responsabilité dans la survenue de sa maladie, il accepte également une part de responsabilité dans sa guérison. Je me souviens avoir entendu à la radio les propos d'un éminent cancérologue de l'hôpital de Villejuif disant que les plus grands progrès en matière de traitement du cancer, ne viendront pas de la mise sur le marché de nouvelles molécules mais d'une meilleure compréhension du psychisme humain.

## Une approche systémique de la santé

Un accompagnement basé sur une approche PNL peut aider un individu (et sur sa demande), à acquérir des habitudes de vie plus saines. Si la PNL peut apporter une contribution à un processus de santé, ce sera avant tout au niveau des cartes mentales de la personne (capacités, valeurs et croyances, identité et spiritualité). Et pour aborder ces cartes mentales, il est utile d'adopter une approche systémique (et non mécaniste) propre aux systèmes vivants auto-organisés. Ces systèmes vivants sont en recherche permanente d'un équilibre (physique, mental, émotionnel, économique, spirituel, etc.). Un système vivant est ouvert sur le monde qui l'entoure, et un système vivant humain va impliquer les multiples dimensions du psychisme (dont la subjectivité de la carte du monde d'un individu).

Sur la base de ces principes systémiques, un symptôme est le témoin d'une déconnexion à notre source d'équilibre, et un processus de guérison est un processus d'adaptation en quête d'un nouvel équilibre. Ce processus d'adaptation nécessite des ressources, disponibles dans le monde externe (le traitement médical et la stimulation des processus naturels de guérison, les relations de soutien, la qualité de l'environnement, etc.), et également dans le monde interne (nos valeurs, raison d'être, mission, connexions spirituelles...) en sachant puiser dans notre réservoir



inconscient de ressources et surtout en se donnant l'autorisation d'y accéder.

## Les étapes d'un processus de guérison

Dans la première étape du processus PNL, on considère le symptôme comme ayant une fonction positive, celle de nous alerter sur une perte de connexion interne ou externe qui fragilise l'équilibre, celle de nous aider à en retrouver les causes (les événements du passé qui ont déclenché et maintenu le symptôme), et celle de définir les ressources appropriées. L'apport de ressources donne un nouvel éclairage aux événements du passé, et permet de retrouver un nouvel équilibre (homéostasie). La disparition des symptômes sans interventions sur les causes initiales peut donner au patient le sentiment de non-guérison, même si les médecins vous affirment le contraire. Tout dépend sur quoi on porte son attention. On parle alors de récidives ou de rechutes.

Dans une deuxième étape le processus vise à installer cet « Espoir qui guérit », à adopter des croyances qui vont faciliter la guérison. Même si le patient peut témoigner d'un mieux-être mental et émotionnel, il peut avoir des doutes sur le devenir d'un symptôme physique qui est toujours là et qui peut nécessiter un délai avant de disparaître. Le corps humain est pourvu de nombreux processus d'autoréparation et il convient de lui laisser le temps de faire son travail naturel. Quand ils sont présents, les doutes peuvent être en rapport avec les buts (c'est impossible de guérir), les moyens à mettre en œuvre (je n'ai

pas la capacité de guérir, ou ce que je dois faire ne semble pas écologique), ou l'individu lui-même (ce n'est pas de ma responsabilité, je n'ai pas le droit de guérir et je ne le mérite pas.)

Dans une troisième étape, le processus favorise l'installation des ressources internes et externes dont le sujet a besoin, tout au long de son « chemin de guérison », pour soutenir, motiver les changements à réaliser dans sa vie ou son style de vie (par exemple un environnement humain et physique plus favorable, un changement des habitudes alimentaires, physiques, émotionnelles, un lien avec les valeurs fondamentales de l'individu, une dépendance émotionnelle, une clarification du sens du soi et de l'identité du sujet). Les ressources d'ordre « spirituel » jouent souvent un rôle important.

## La juste place de l'approche PNL dans une démarche de santé

Il reste à situer la place réelle de la PNL et de ses outils dans un processus de guérison. Toute maladie nécessite un accompagnement médical, et dans le traitement des maladies aiguës, la médecine moderne fait des miracles. Pour les maladies fonctionnelles et chroniques, la guérison implique également un accompagnement médical (un diagnostic précis et des soins appropriés), un changement souvent profond des habitudes de vie (alimentation, environnement, activité physique, etc.), et un accompagnement

psychologique pour agir sur ce qui est à la source du déséquilibre. C'est sur cette composante psychologique que la PNL trouve son domaine d'excellence, à côté ou en complément d'autres approches (EMDR, EFT, TAT, Hypnose, etc.). Et n'oublions pas que ce n'est pas la PNL qui soigne ou guérit. La PNL va aider le sujet à s'impliquer dans sa guérison.

Quels seraient donc les vrais apports de la PNL dans la guérison ?

En premier la capacité de la PNL à vérifier la congruence de la demande de santé du sujet, à vérifier avec lui ce que signifie un nouvel équilibre de santé dans la vie du sujet, et à vérifier la décision du sujet à contribuer à sa propre guérison.

En second, la guérison est un processus de changement qui nécessite un profond niveau de rapport, car seul un cadre relationnel de protection et de bienveillance peut favoriser les conditions du changement humain. Et enfin un rituel de changement performant et respectueux de l'individu, par exemple l'utilisation de techniques PNL ou de changement d'habitudes de vie.

Sur ces trois points, la PNL a beaucoup à apporter. ■

**Jean-Luc Monsempès** donnera une conférence sur le thème « Les outils et méthodes de la PNL systémique pour contribuer à un meilleur équilibre personnel », dans le cadre des soirées de NLPNL-Paris-Ile-de-France, **le lundi 2 octobre 2017**, à l'Institut REPÈRE, 78 Av Michel Bizot, 75012 PARIS  
Réservation sur [www.weezevent.com/jean-luc-monsempes-pnl-et-sante](http://www.weezevent.com/jean-luc-monsempes-pnl-et-sante)  
Prix: 10 euros pour les adhérents NLPNL, 20 euros pour les non-adhérents



# Leadership et followership

## Aborder le coaching, le management et la relation d'équipe grâce à la métaphore du tango



PAR MARIELE BEZY

### Les enjeux pour les entreprises

Avec l'évolution récente de la société et l'arrivée de nouvelles générations ayant des valeurs différentes, les relations au sein des entreprises se transforment. Ce qui fonde à présent l'autorité n'est plus seulement la fonction, c'est plutôt la compétence, la qualité de la communication, la capacité d'écoute des managers et des membres de l'équipe.

Le leadership contemporain est donc une combinaison intégrant la capacité à insuffler un mouvement et à motiver (leadership) et celle de recevoir, transformer, inspirer... (followership). Comme en tango, les coachs et les membres des équipes contribuent chacun à leur manière à la réussite de l'objectif.



Lorsque les participants échangent ensuite leurs impressions sur ces quelques pas, l'effet peut être assez puissant. Il fait effectivement souvent écho

à ce qu'ils vivent ou entendent au quotidien, ou bien la récurrence des retours de leurs partenaires leur permet de prendre conscience de certains modes de fonctionnement.

À l'issue du processus, il est proposé un temps de réflexion sur la mise en œuvre concrète de ces éléments dans la vie professionnelle. Les participants se prennent au jeu, car ils en mesurent la portée et l'intérêt immédiat dans leur pratique. Cela se passe avec

un but, explicite et partagé, d'identifier dans la bienveillance ce rapport aux autres et de travailler dessus. C'est pourquoi ce processus nécessite un cadre très clair, avec un accompagnement pour maîtriser ce qui se passe en séance.

### Un processus simple favorisant la prise de conscience, la transposition et le changement

Ici, il ne s'agit pas de savoir danser. Le tango est utilisé de manière ludique et concrète : on prend contact avec l'autre et on se déplace ensemble selon des consignes très simples. Ces seuls gestes s'avèrent révélateurs de tout un rapport à l'autre et à soi : confiance ou fermeture, clarté ou indécision, accompagnement, maternage ou forçage...

### Quels liens avec la PNL ?

Comme un certain nombre de techniques de la PNL, le tango utilise le corps comme révélateur et outil de changement. La qualité de la relation de tango revêt nombre de points communs avec celle d'une intervention de coach ou de manager : on y aborde des notions telles que l'alliance, le calibrage, la carte du monde, la croyance que l'autre peut se réaliser seul, la synchronisation...



## Exemples d'interventions

- comme « briseur de glace » (de 15 à 30 minutes selon les objectifs) : permet de rentrer très rapidement en contact avec une trentaine de personnes autour de valeurs fondamentales
- une journée ou une demi-journée en intervention ponctuelle pour sensibiliser sur les questions de management et d'équipe ou de l'alliance
- pour un accompagnement à long terme permettant une véritable prise en compte de la fonction de management et du travail d'équipe.

Marielle Bezy est économiste de formation. En parallèle de son activité professionnelle en commercial et événementiel, elle est intervenue pendant une quinzaine d'années dans une structure qui accueillait des étudiants et jeunes professionnels étrangers. Elle montait des projets permettant leur intégration sociale, culturelle et économique. C'est pour avoir des outils plus précis pour ce type d'accompagnement qu'elle a obtenu un DESU en « Pratiques du Coaching » à Paris VIII.

Dansant le tango argentin depuis 21 ans et l'enseignant depuis 13 ans, elle s'est rapidement questionnée sur la notion de leadership : qu'est-ce qui fait que certaines expériences de danse se font en toute fluidité contrairement à d'autres ? C'est pour aller plus loin dans cette réflexion qu'elle a rédigé un mémoire

sur le thème : « Le tango, métaphore des notions de leadership et de followership dans un coaching sur l'assertivité ».

Avec la PNL, l'Analyse transactionnelle, le MBTI... elle utilise le tango comme outil en coaching individuel, de groupe et d'équipe.

Elle est intervenue lors de conférences internationales ou d'ateliers en anglais et en français (Prague, Dublin, Bratislava, Birmingham, Paris, Londres, Toulouse, Lille...) pour des fédérations de coachs ou des conférences de managers (AEC, AfC, Cako, EMCC, ICF, NHS, NLPLN, Sako...) afin de faire expérimenter ce parallèle entre le coaching, le management et le tango argentin.  
marielle@gmx.fr  
competences-en-mouvement.blogspot.com  
06 300 83 500

## Témoignages

- « Merveilleuse présentation ! Tellement d'apprentissages en si peu de temps ! »
- « ... J'ai appris beaucoup sur moi-même en tant que guideur et que guidé... »
- « Des explications très claires. Très amusant, créatif et beaucoup de plaisir ! »
- « Présentation impliquante et bénéfique... une grande expérience pour trouver des outils pour le leadership, pour une bonne communication et pour la prise de conscience.
- « ... humour et professionnalisme. » ■



**Marielle Bezy** donnera une conférence sur le thème « Leadership et Followership. La pratique du coach et du manager : Expérimenter la relation à soi et à l'autre par la gestuelle et le tango » dans le cadre des soirées de NLPNL-Paris-Ile-de-France, **le mardi 17 octobre 2017**, Chez IFPNL, 21 rue Sébastien Mercier, 75015 PARIS  
Réservation : [www.weezevent.com/marielle-bezy-leadership-et-followership](http://www.weezevent.com/marielle-bezy-leadership-et-followership)  
Prix : 10 euros pour les adhérents NLPNL, 20 euros pour les non-adhérents



# Penser simplement la complexité ?



PAR FRANÇOIS BALTA

Il semble devenu évident pour toutes et tous que nous vivons dans un monde complexe fait d'interdépendances multiples. Est-il encore possible, dans ce monde-là, de maintenir l'idée d'un individu totalement autonome, maître de son destin et de ses choix ? Probablement pas. Mais on s'accroche d'autant plus à l'idée d'autonomie qu'elle est menacée. C'est sans doute pourquoi tant d'ouvrages se consacrent à tenter de la sauver, et insistent sur l'affirmation que le bonheur de chacun repose sur ses choix, ses représentations, et qu'ils proposent tous des stratégies de réussite et d'excellence pour aboutir au bien-être individuel dans un environnement difficile. Et cette offre rencontre, reconnaissons-le, un franc succès, renforçant au passage implicitement l'idée que si on est malheureux, c'est de sa faute...

Après quelques siècles de mise en avant de l'individu, revenir à des idées plus collectives, sans tomber dans les excès d'un collectivisme dont on a pu historiquement constater l'échec, semble difficile.

Le modèle américain du *self-made man/woman*, *poor lonesome cow-boy*, a tendance à infiltrer nos représentations le plus inconsciemment du monde. Et il n'est pas inexact que quels que soient les déterminismes qui pèsent sur nous, en fin de compte, il nous faut bien assumer nos responsabilités, c'est-à-dire le résultat souvent imprévu de nos actions. Celles-ci ne se réalisent-elles pas toujours dans des contextes qui à la fois leur donnent leur sens et en même temps en déforment les intentions ?

Qu'est-ce qui fait l'essentiel d'une pensée complexe ? C'est ce que j'ai voulu aborder dans un livre récemment paru chez Erès : « *La complexité à la portée de tous* », et que je vais traiter différemment maintenant.

## Sciences dures et sciences molles

Les sciences dites « humaines » ont depuis le début été handicapées par la comparaison avec les sciences physiques et mathématiques.

Ces dernières, qui explorent notre environnement et tentent d'en comprendre le fonctionnement, utilisent des outils de validation et des méthodologies reproductibles d'analyse. À partir d'hypothèses, elles inventent des protocoles expérimentaux qui permettent de les valider, ou de les invalider, et, dans ce dernier cas, de changer les hypothèses elles-mêmes. Elles visent à une vérité partageable, née de la possibilité pour chacun de vérifier/contester les affirmations, de reproduire/questionner les résultats et d'obtenir une efficacité qui en prouve la consistance.

Les sciences humaines tentent de s'approcher de ce modèle à coups de statistiques, de protocoles et de quantifications compliqués.

Elles renoncent ainsi à leur spécificité qui est... de n'être pas des sciences ! Et de n'avoir aucun intérêt à en adopter le modèle. Elles devraient au contraire revendiquer hautement leur spécificité, qui est d'être des connaissances à partir de la particularité humaine. Quelle est cette particularité : c'est que nous fonctionnons par rapport à une vision du monde qui, en même temps qu'elle le décrit, le construit, l'invente, le réalise. L'Humain crée sa vérité. Il ne la découvre qu'après-coup. Il l'invente subjectivement ; bien sûr, cette subjectivité s'appuie, qu'elle le veuille ou non, sur un monde physique (celui que les sciences explorent) qui vient contrarier plus ou moins fortement ses représentations. Mais l'esprit humain est ainsi fait que, même ce qui le contrarie, il peut s'en servir pour penser qu'il a raison !



Si les animaux ont eux aussi un projet existentiel, celui-ci semble n'être « que » la soumission à un programme de survie qui ne se modifie que lentement, et sous la pression des contraintes environnementales et génétiques, mais sans qu'il y ait semble-t-il volonté de le modifier activement, volontairement. Les animaux, en ce sens, ont davantage de respect que nous de leur « niche écologique » : ils l'aménagent et la ménagent aussi. Mais nous, nous l'aménageons sans la ménager.

En un mot, la spécificité de l'Homme, c'est sa **subjectivité**, dans les deux sens du mot : il est  *sujet*  actif, voulant imposer au monde sa volonté en première personne, et  *assujetti*  à ses perceptions et représentations, à ses contextes de vie et d'éducation, et à des modes de fonctionnement qui lui sont particuliers, en grande partie inconscients, et pourtant liés à la conscience, c'est-à-dire au langage car il n'y a pas de conscience sans langage. Chacun de nous est donc, à chaque instant, influençant et influencé, actif ET passif<sup>1</sup>.

## Conscience, langage et narration

Depuis les temps les plus anciens, le pouvoir et la singularité du langage ont été reconnus. De Dieu qui, paraît-il,  *a dit*  « que la lumière soit », et la lumière fut... aux lacaniens pour lesquels « tout est langage », en passant par la querelle médiévale du nominalisme, la question du rapport entre le langage et le réel a depuis toujours été posée. Elle n'est que renouvelée par l'actualité qui insiste tant sur les aspects « narratifs » de nos existences et sur la nécessité et l'importance des « récits ». Ce n'est là, me semble-t-il, que le dernier avatar de cet éternel questionnement à propos du langage, écran qui à la fois nous donne accès au monde et nous en sépare radicalement.

Mais il y a sans doute quelque excès à croire que nous ne vivons « que » dans un bain de langage, et que ce dernier est donc tout puissant. S'il l'est, c'est sur nos états émotionnels, mais pas sur le monde lui-même. Tout récit est à la fois projet et histoire, et tout projet impose un récit. Et le grand avantage du langage, c'est

qu'il peut rendre l'absent présent. Qu'est-ce que le futur, sinon la représentation au présent de quelque chose qui n'existe pas (encore ou peut-être jamais) ?

Mais il ne suffit pas de se dire que... pour que... Le réel, en permanence, vient imposer un peu d'humilité à ces descriptions-croyances qui pensent en épuiser la richesse, ou s'y substituer impunément.

## Complexité et complication

La complexité qui m'intéresse, c'est celle de chacun d'entre nous, obligés que nous sommes de vivre dans un monde complexe que nous ne pouvons que simplifier sans cesse à la mesure de nos besoins et de nos possibilités, que nous réduisons à notre échelle. Mais comment simplifier sans mutiler, telle est la question.

Il y a, le temps y est favorable, de plus en plus de spécialistes  *ès*  complexité, qui se servent de ce thème pour imposer leur pouvoir, et faire taire l'inculte que chacun de nous est nécessairement face à quelqu'un qui consacre sa vie à approfondir un petit domaine bien défini et limité du savoir.

Faire de la complexité une spécialisation, c'est confondre « complexe » et « compliqué ».

Le complexe que j'aborde, c'est celui auquel chacun de nous est confronté, celui qui nous met face à nos propres contradictions, à nos ignorances, aux surprises bonnes et mauvaises de la vie, et qui, en permanence, nous confronte aux problèmes de l'altérité, du différent, et à ceux du choix, de la décision, et de la responsabilité.

Le compliqué, c'est le monde des « comment ? », celui des mécanismes physiologiques, biologiques, physiques, énergétiques... que cherchent à comprendre et à expliciter les savants, ceux qui nous disent que « tout ça est trop complexe pour vous... »

Pour ne pas s'en laisser (trop) conter par ces savants en complexité, il est essentiel que chacun puisse repérer la différence entre  *complication*  et  *complexité* , et puisse repérer les grandes caractéristiques de cette dernière, qui est simple, malgré tous les problèmes théoriques et pratiques que pose la notion même de

1 cf. F. BALTA, G. SZYMANSKI «  *Moi, toi, nous... Petit traité des influences réciproques*  ». InterEditions, 2013



complexité. Il y a la complexité du monde, et il y a la complexité pour les humains que nous sommes.

Cette dernière repose sur une vision en termes de contradictions: de forces qui à la fois s'opposent et se soutiennent en s'opposant. La vie est cette tension même entre une multitude de forces (certains diraient « énergies », d'autres parleraient de « désirs », de « besoins » ou de « logiques ») qui sont autant de paramètres produisant un résultat qui est, à chaque instant, ce qu'il est, c'est-à-dire la somme de toutes ces dimensions innombrables.

Penser la complexité exige de développer une vision profondément systémique, qui tient compte, pour autant qu'elle le peut et qu'il est nécessaire, de la multitude des influences hétérogènes qui s'exercent dans le déroulement d'un temps dont l'évolution est imprévisible, ou plutôt qui n'est prévisible que statistiquement, ce qui ne nous aide guère. Ce qui arrive transforme toute probabilité en certitude et remanie la donne pour le pas suivant. Et ce n'est certes pas la même chose de savoir qu'on a, en fumant, un risque multiplié par x de développer un cancer du poumon, et d'apprendre qu'on a un cancer du poumon!

Cette double incertitude, sur la multiplicité des causes et sur l'évolution des situations, impose le respect et la prise en compte de l'ignorance puisque, quelle que soit l'étendue de nos connaissances, elles ne peuvent qu'être partielles, incomplètes, fragiles même si les phénomènes de croyance tendent à les transformer en certitudes rassurantes.

Mais, en tant qu'êtres humains, il ne s'agit pas de considérer cela seulement comme un rapport de forces, qui trouverait « naturel » que le plus fort abuse du plus faible et que l'efficacité soit le seul critère valable. Ce qui caractérise l'Humain, c'est le souci éthique, celui de construire un monde plus juste, qui répare justement les inégalités de la « nature ». Ce souci ne peut être que questionnement, toujours ouvert, auquel la morale donne la fermeture de sa réponse sociale, selon les temps et les mœurs. Penser la complexité, c'est comprendre que nous avons

tout à la fois besoin de réponses à ces questions, et qu'en même temps, toute réponse est fragile et doit être provoquée, déstabilisée, re-réfléchie. C'est réintroduire la question du *pour quoi?* dans l'immensité de nos *comment?*

## Qu'est-ce que ça change de « penser complexe » ?

La conclusion principale que l'on peut tirer de cette vision simple de la complexité, c'est que nous avons tout intérêt à penser ensemble, à plusieurs. Déjà, la langue nous l'imposait, puisqu'elle est un objet collectif. Et avec tous les malentendus inévitables, et tous les faux-amis des traductions-trahisons. Mais, si nous ne voulons pas tomber dans des affrontements de plus en plus dommageables, il est nécessaire de se parler les uns les autres, surtout là où il semble que nous soyons en désaccord. Quels intérêts s'expriment derrière chaque vision du monde? Quelles représentations de la justice, du bien et du mal? Comment reconnaître et favoriser l'humanité chez chacun, au-delà de nos désaccords, par-delà le bien et le mal? Nos points de vue, inévitablement divers, fruits de nos parcours de vie, de nos expériences, sont autant de fenêtres sur la richesse du monde. Les partager ne peut être qu'enrichissement, au prix d'une certaine fragilité de nos convictions.

Cela suppose que chacun puisse accepter la tension interne issue de la reconnaissance de ses propres contradictions et se risque dans le dialogue avec différent de soi.

Sinon, nous continuerons à les jouer en inventant des camps qui s'opposent, et qui, sûrs de détenir La Vérité, se massacreront mutuellement avec enthousiasme... ■

**François Balta** donnera une conférence sur ce thème dans le cadre des soirées de NLPNL-Paris-Ile-de-France, **le jeudi 21 septembre 2017**, de 19 h à 21h30 chez IFPNL, 21, rue Sébastien Mercier, 75015 PARIS

Réservation sur [www.weezevent.com/francois-balta-cest-complexe-donc-cest-simple](http://www.weezevent.com/francois-balta-cest-complexe-donc-cest-simple)

Prix: 10 euros pour les adhérents NLPNL, 20 euros pour les non-adhérents

# L'Université d'été du Collège des Enseignants des 8 et 9 juillet 2017



PAR DORA PANNOLZZO\*



Nos hôtesse  
Chantalle et  
Véronique

**C**ette première Université d'été est considérée comme une réussite sur 2 critères : le public enchanté et nos intervenants de qualité.

Il y a eu moins de participants que le nombre d'inscrits... et plus d'inscriptions de dernière minute. Je remercie avec joie et enthousiasme :

- Les membres du C.D. et sa Présidente Anne-Brigitte Lubrez : tous de manière unanime ont soutenu ce projet et nous ont encouragés à le mener à bien.
- Notre Trésorière Marina Gannat qui a débloqué rapidement les fonds de réservation de salle

- Marie-Christine Clerc qui a géré avec brio l'intendance organisationnelle : réservation et organisation de salle
- Chantalle Servais et Véronique Olivier qui ont tenu l'accueil avec efficacité
- Nos Intervenants : Jane Turner, Jean-Luc Monsempes, Valérie Mounier, Caroline Diguët et Loïc Pennequin qui ont donné une vision intelligente et pragmatique de la PNL... Permettant à notre Fédération de gagner encore en crédibilité.
- Les Enseignants du Collège qui se sont déplacés pour y participer.
- Les Enseignants du Collège qui n'ont pas pu se déplacer et nous ont envoyés des mots de soutien.
- Loïc qui a assuré l'enregistrement vidéo et audio et nous concoctera un montage à visionner sur YouTube.

Ce fut la réalisation d'un collectif : les membres du Comité Directeur et notre Commission du Collège des Enseignants. Vous trouverez ci-après les intervenants à notre université ainsi que le sujet de leur intervention.



\* Présidente de la Commission du Collège des Enseignants Certifiés NLPNL



## Jane Turner

### *Le D.R.E.A.M. : un modèle d'interprétation et de travail des rêves*

« Assez souvent mes clients demandent un éclairage quant à la signification de leurs rêves afin de mettre au jour un éventuel message caché ou de mieux saisir le trouble que telle expérience onirique a causé dans leur esprit.

Comment les aider à explorer, appréhender, saisir et apprécier leurs rêves pour qu'ils bénéficient de ce que peut leur apporter leur séjour dans ce pays spécifique et si particulier entre le monde de veille et celui du sommeil ?

Une réponse à cette interrogation est offerte au travers du modèle D.R.E.A.M. que j'ai élaboré grâce à mes expériences professionnelles étayées par les recherches récentes sur le travail de rêves dans le cadre thérapeutique.

Parmi les idées de force : c'est le rêveur seul qui soit véritablement habilité à interpréter son rêve et à en faire sens ; le rêve propose un message au rêveur ; la prise de conscience visée par l'interprétation du rêve valide la transmission du message et invite le sujet à agir. »

Pendant cet atelier, Jane a présenté les étapes du modèle D.R.E.A.M. et a proposé des exercices pratiques permettant aux participants de mieux l'appréhender.

**JANE TURNER**, enseignante certifiée par Richard Bandler depuis 1988, co-fondatrice du DÔJÔ, centre de formation, membre fondateur de la NLPNL, auteur de plusieurs ouvrages sur la PNL, la Ligne du Temps, le coaching. Psychologue clinicienne, psychothérapeute, hypnothérapeute, formatrice, superviseur, ses dernières recherches portent sur l'interprétation et le travail de rêve en thérapie brève.



## Jean-Luc Monsempès

### *« Qu'est-ce que la PNL peut apporter à un processus de guérison ? »*

De façon linguistique, la guérison est une abstraction, et pour la PNL c'est une nominalisation. La guérison est une expérience très subjective, ce qui explique qu'il peut y avoir désaccord entre le ressenti du patient et le point de vue médical. La programmation neuro-linguistique (PNL) s'intéresse à la manière dont un sujet organise et structure sa subjectivité pour se sentir « malade » ou « en bonne santé ».

L'intervention de Jean-Luc est publiée dans ce numéro de Métaphore.

**JEAN LUC MONSEMPÈS**, médecin et enseignant PNL. Docteur en médecine, a exercé en France et à l'étranger avec Médecins Sans Frontières et a acquis pendant 15 ans une expérience de l'entreprise en dirigeant une activité d'exportation dans l'industrie pharmaceutique. Enseignant certifié en PNL, PCM et LAB Profile©, titulaire d'un DU de coaching.





## Caroline Diguët

*Comment avons-nous rencontré la PNL ? Qu'est-ce que cela a changé dans notre façon de travailler...*

Ce sont des thèmes abordés par Caroline dans l'atelier qu'elle a animé.

Quelques éléments de cet atelier sont repris dans ce numéro de Métaphore.

**CAROLINE DIGUËT**, coach, formateur et maître praticien en PNL. Travail assisté par le cheval, Equicoach/ Equithérapeute. Caroline Diguët, accompagne et forme les personnes et les entreprises depuis 9 ans à l'aide de la PNL, des chevaux, des profils de personnalité et d'autres approches. Formée en France et aux états unis, Elle a parcouru de nombreux pays et s'est enrichie de rencontres et de cultures différentes.



## Loïc Pannequin

Il a procédé à l'enregistrement audio et vidéo des différentes interventions. Nous le remercions

pour sa contribution et son sourire qui nous ont accompagnés tout au long de cette Université.

**LOÏC PANNEQUIN** est Maître praticien certifié NLPNL à l'institut Ressources. Membre du bureau NLPNL Belgique. Membre du comité de direction à la Fédération NLPNL, représentant de la commission des relations extérieures. Webmaster de profession, coach individuel, assistant et animateur de formation PNL. Loïc anime la communauté francophone PNListe en Belgique et en France au travers des sites internet et réseaux sociaux, pour contribuer à la vulgarisation, la promotion et la pratique de la PNL selon les critères de qualité et d'éthique de NLPNL.



## Valérie Mounier

*La PNL pour enfants et adolescents :*

Les enfants ont fait irruption dans ma vie professionnelle, avec leurs soucis familiaux, scolaires, relationnels et leurs peurs. Orientée vers les solutions, j'ai adapté et développé des techniques de PNL que j'ai mises à leur portée. À partir de l'âge de 4 ans, l'enfant peut facilement s'exprimer grâce à des méthodes spécifiques comprenant des mises en scène de situations vécues et des histoires métaphoriques. Les figurines d'animaux, les photos de héros, princesses, magiciens... l'accompagnent dans ce travail.

Le rôle des parents est aussi primordial. Ma démarche est aujourd'hui recommandée par de nombreux pédiatres et enseignants. Pendant cet atelier, j'ai eu plaisir à partager mon expérience en présentant cette approche vivante et ludique, avec illustrations et cas pratiques.

**VALÉRIE MOUNIER** : Maître praticienne et formatrice en PNL (IFPNL), praticienne en hypnose éricksonienne (S.Gilligan, A.Linden), certifiée en Thérapie familiale systémique (C.Gammer), exerce auprès des familles depuis 12 ans. Elle enseigne ce travail dans le cadre d'ateliers proposés en France et à l'étranger. Elle a publié deux livres : « Aider l'enfant avec la PNL » et « La PNL pour les adolescents et leurs parents », traduits en espagnol et en anglais. Elle a participé à plusieurs émissions à la radio. Site : [www.lapnlpourlesenfants.com](http://www.lapnlpourlesenfants.com) Chaîne YouTube : Valérie Mounier PNL.

**À NOTER : La date de la seconde Université est fixée au week-end des 7 et 8 JUILLET 2018**

Les pistes d'amélioration et les nouvelles idées pour la prochaine session 2018 seront évoquées lors de nos prochaines réunions tant au CD qu'au Collège. Pour permettre à nos lecteurs de se faire une idée de la qualité et du niveau des ateliers animés pendant cette journée et demie, je laisse la plume aux intervenants. Ils partagent ainsi les thèmes qu'ils ont présentés avec celles et ceux qui n'ont pu se déplacer. Je vous dis à l'année prochaine !



PAR CAROLINE  
DIGUËT\*

# Université d'été NLPNL

## Le mémo : Atelier sur l'entreprise

### Questions abordées

- 1 Comment a-t-on rencontré la PNL ?
- 2 Qu'est-ce que cela a changé dans notre façon de travailler, d'être... ?
- 3 Qu'est-ce qu'une entreprise pour vous ?
- 4 Pour quelles raisons apporter la PNL dans l'entreprise ?
- 5 Quels sont les outils « phare » que nous employons en entreprise ?
- 6 Quelques outils créatifs partagés...

### 1. Comment a-t-on rencontré la PNL ?

Au départ ;

- Une rencontre, des amis, des collègues, en entendant quelqu'un en parler, une formation, un travail personnel, souvent une recherche d'évolution ou de solution...
- Un point commun : l'envie d'évoluer personnellement et/ou de faire évoluer, l'envie d'apporter sa contribution à l'environnement...

### 2. Qu'est-ce que cela a changé dans notre façon de travailler, d'être... ?

Il est ressorti, des parcours des uns et des autres, que la PNL nous a permis de :

- Mettre plus de conscience dans notre vie professionnelle et privée,
- D'avoir une posture plus adaptée et une meilleure compréhension des situations que nous rencontrons,
- D'être plus tolérant et humble,
- D'avoir une meilleure qualité d'accueil et d'empathie.

Cela tant vis-à-vis des gens que nous accompagnons, formons, rencontrons que pour nous même et notre environnement personnel.

### 3. Qu'est-ce qu'une entreprise pour vous ?

- Un projet animé par des valeurs au service de...
- Une personne morale à part entière, qui fonctionne comme un organisme vivant, destinée à des actions,
- Un collectif, travaillant en intelligence collective à partir de valeurs communes et allant vers une mission définie,
- Un outil, une organisation professionnelle.
- Une entité qui répond au besoin du marché et assure sa pérennité.
- Une notion de responsabilité et de bien-être, Une famille.
- Quel que soit la forme, aller vers, faire quelque chose pour...
- Un endroit où l'on passe beaucoup de temps !
- Un ensemble d'individus ayant un but commun, des fonctions spécifiques et complémentaires, produisant des services et des produits à destination des individus et collectivités.

### 4. Pour quelles raisons apporter la PNL dans l'entreprise ?

- Créer de la tolérance,
- Amener de l'intelligence émotionnelle et cognitive,
- Amener du plaisir dans l'entreprise, ça fait du bien,
- Développer les compétences relationnelles et/ou opérationnelles,
- Participer au résultat via le climat social,
- Passer d'une hiérarchie de personnes à une hiérarchie de compétences,
- Révéler les talents de tout un chacun,
- Modéliser l'excellence,
- Clarifier le sens, aligner la mission, les valeurs, les individus,
- Passer de la cohérence à la congruence,
- Comprendre et diagnostiquer le dysfonctionnement comme l'excellence sans jugement,
- Créer de la tolérance.

### 5. Quels sont les outils « phare » que nous employons en entreprise ?

- Calibrage et Synchronisation,
- Score,
- Niveaux logiques,
- Méta model (éviter les conflits, comprendre...),
- Feed back sandwich, Et si... (suggestion),
- Comme si... (motivation, changement),
- Positions de perception,
- Walt Disney,
- Créer le rapport (état de sécurité),
- Stratégie du rêve (autoriser l'utopie),
- Utilisation du spatial.

### Quelques outils créatifs partagés...

- Comme les niveaux de cohérences, la croix, mandala et harmonie des visions...

De riches échanges sur nos pratiques, que je vous invite à venir découvrir lors des réunions et ateliers de partage du collègue des facilitateurs ou du collègue des enseignants et de la prochaine université NLPNL organisée par le collègue des enseignants.





# Congrès mondial de psychothérapie à Paris, juillet 2017



PAR FRANCE DOUTRIAUX\*

## Un congrès riche en partage, ouverture et passion... avec si peu de PNListes !

J'ai eu le plaisir d'assister à ce congrès comme intervenante et participante et je partage avec vous mes impressions.

- Parmi les participants, énormément de Gestaltistes, sophrologues, hypnothérapeutes, représentants d'approches centrées sur la personne ou sur la méditation, énergéticiens, psychiatres, psychologues, psychanalystes.
- Des Pnlistes ? En dehors de Sandrine CALINAUD, secrétaire générale de la FF2P (co-organisatrice du congrès), psychopraticienne Pnliste et de Catalin ZAHARIA, Pnliste roumain membre actif de EANLPt et de moi-même, je n'ai rencontré personne qui se définisse comme thérapeute pnliste ! Ceci dit, nous avons fait au mieux pour la PNL puisque Sandrine et moi-même avons animé 4 conférences, atelier et table ronde ! (Voir ci-après nos ateliers et interventions).

8<sup>E</sup> CONGRES MONDIAL  
DE PSYCHOTHERAPIE

LA VIE ET L'AMOUR  
AU 21<sup>E</sup> SIECLE

DE LA RENCONTRE INTIME  
À L'OUVERTURE AU MONDE

24-28 Juillet 2017  
Maison de l'UNESCO - Paris - France

www.wcp2017.org - administration@wcp2017.org

\* Co-présidente du collège des psys, Enseignante PNL, coach et psychopraticienne



## Le sentiment de beaucoup de points communs

- **L'idée maîtresse: la qualité de la posture,** l'accueil inconditionnel de nos clients, une position basse facilitant l'émergence des réponses et solutions par nos clients, même si j'ai pu entendre certains préférer les interprétations psychanalytiques et symboliques.
- **Beaucoup affirmaient même que la technique ne joue que si peu** par rapport à cette qualité relationnelle. Je me suis permis de nuancer: oui la qualité de notre accueil est essentielle, mais elle ne suffit pas à elle seule à clarifier ce que souhaite vraiment la personne, l'accompagner à résoudre ses conflits, neutraliser ses ancrages anciens, la connecter à ses valeurs les plus profondes, ce que les techniques PNL nous permettent avec tant d'efficacité.
- **L'importance accordée aux ressentis,** émotions, langage du corps, respiration.
- Certains ont aussi levé le tabou **d'oser « aimer et soutenir » son client** (Jenny LOCATELLI et Edmond MARC) **ou de montrer nos émotions** (Christina MOSCHRAKIS). Par exemple, à l'écoute d'un récit d'une grande violence subie par le client que celui-ci minimise: oser montrer notre colère. Je m'y suis retrouvée quand, dans l'apaisement de souvenirs douloureux, j'ose dire que des violences sexuelles sont des actes criminels ou que ce que la personne a subi est proprement abominable (je me souviens d'une cliente qui me racontait combien elle s'est répété ces mots: « oui ce que j'ai subi était abominable » alors qu'à l'époque elle s'était dévalorisée comme si elle méritait la maltraitance de sa mère).
- J'ai retrouvé, chez certains, la possibilité de **s'apporter à soi-même ce qui a manqué dans le passé** (Sophie de Puybaudet, psychosynthèse et méditation), totalement en phase alors avec le principe de la neutralisation en PNL où nous

nous apportons les ressources qui nous ont manqué ou qui ont manqué à notre entourage (changement d'histoire et réempreinte).

- **L'enjeu de découvrir les besoins profonds sous-jacents des plaintes** (par exemple dans l'accompagnement des couples Mony Elkaïm) là aussi nous retrouvons la notion d'Intention Positive.
- Une volonté **d'appuyer nos démarches pragmatiques sur des recherches scientifiques** (plusieurs présentations).
- **Le besoin de défendre et revendiquer l'enjeu social du métier de psychopraticien (voir ci-après).**
- Et puis une anecdote sidérante: la dernière après-midi, nous étions nombreux à vouloir assister au Symposium de Paris 7 sur leurs travaux (l'adolescence et l'amour aujourd'hui, les troubles bipolaires...) et les intervenants psychanalystes de l'université de Paris 7 Diderot ont subi de telles pressions de leur entourage qu'ils ont renoncé à intervenir à ce congrès qui accueillait tant de professionnels non académiques! Voilà une attitude qui détonnait vraiment par rapport au climat général du congrès qui était à l'ouverture, au partage, et à la passion commune d'accompagner nos clients/patients vers le mieux et le bien-être.

### Quatre interventions autour de la PNL

- Un atelier: L'apport de la PNL en psychothérapie par France DOUTRIAUX, l'occasion d'expliquer la démarche PNL et de faire vivre la clarification d'objectif, l'ancrage et la notion d'Intention Positive
- Une présentation: Psychothérapie Neurolinguistique: une expérience sensorielle, par Sandrine CALINAUD (vidéo à venir)
- Une présentation: Apaiser les Souvenirs Douloureux par France DOUTRIAUX (vidéo à venir)
- Une table ronde animée par Sandrine CALINAUD avec la participation de France DOUTRIAUX.



## Le psychopraticien, acteur de la santé mentale et du lien social, table ronde

Cet enjeu a été évoqué dès l'introduction du congrès, suite aux si nombreux débats qui avaient eu lieu en France lors de l'élaboration de la loi sur le statut de psychothérapeute excluant les non-médecins et non-psychologues. Les psychopraticiens manquent de reconnaissance alors que des études montrent l'efficacité de nos méthodes et que les chiffres de l'OMS (organisation mondiale de la santé) indiquent que 50 % des dépressions aiguës dans le monde ne sont pas soignées, occasionnant des coûts énormes (absentéisme, consommation de psychotropes, troubles familiaux et sociaux).

Sandrine Calinaud, secrétaire générale de la FF2P et pnliste a organisé avec Myriam Goffard présidente du syndicat SNPPSY une table ronde : nous étions 4 à témoigner sur l'impact de nos actions sur ces 2 champs : la santé mentale et le lien social.

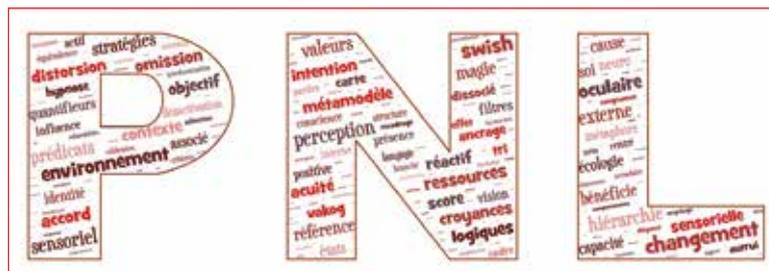
J'ai pu montrer combien les compétences psychosociales définies par l'OMS comme faisant partie intégrante de la définition de la santé depuis 1993 correspondent totalement aux axes de la PNL :

### Compétences psychosociales définies par l'OMS

1. Savoir résoudre les problèmes, savoir prendre des décisions
2. Avoir une pensée créative, avoir une pensée critique
3. Savoir communiquer efficacement, être habile dans ses relations interpersonnelles
4. Avoir conscience de soi, avoir de l'empathie pour les autres
5. Savoir gérer son stress, savoir gérer ses émotions.

C'est à ce titre que je suis intervenue dans un collège du Calvados sur un financement de l'ARS (agence régionale de santé) pour initier un groupe d'élèves volontaires à ces compétences. En quelques mois, la principale a remarqué un profond changement d'ambiance dans la cour de récréation ! De même, j'ai illustré d'exemples combien les techniques de changement de la PNL (neutralisation de souvenirs douloureux et négociation entre nos parties en prenant en compte l'intention positive) permettent à nos clients de sortir de mal-être, de burn-out, d'addictions et de dépressions.

Nous avons donc encore beaucoup de travail à faire pour propager la PNL, y compris dans son champ d'application initial, la thérapie ! ■





PROPOSÉE PAR  
MARIE-CHRISTINE  
CLERC

## N'oublie pas l'éternité



*« J'aurais voulu être professeur de vie.  
J'aurais appris aux enfants, aux adultes aussi,  
tout ce qui n'est pas dit dans les livres.  
Je leur aurais appris les choses délicates  
de la vie... Qu'un amour entretenu ne s'use pas,  
que la seule liberté qui vaille est la liberté d'être,  
qu'il est important de prendre le temps  
de regarder un nuage, de suivre  
le vol d'un oiseau, de se laisser surprendre  
par l'infime des choses de la vie.  
Qu'il est important d'apprendre à s'aimer,  
à se respecter, à se définir.  
Qu'il est encore plus important  
de ne pas se laisser enfermer dans les jugements,  
de résister aux rumeurs, aux idées toutes faites,  
aux modes. J'aurais essayé de leur apprendre  
à remettre en cause leurs croyances  
quand elles sont devenues des certitudes,  
pour laisser plus de place à l'imprévisible  
de la vie. »*

JACQUES SALOMÉ



PAR EUGÈNE MPUNDU

# Un, deux, trois : fermez les guili-guili

**C**et été, j'ai passé trois semaines dans un endroit magnifique, un petit golfe au nord d'Ajaccio. Un endroit paradisiaque, encore préservé du tourisme de masse mais pour combien de temps encore ? Dieu seul le sait. Tous les matins, j'allais méditer au bord de la mer, sur un rocher, dans un coin pas très fréquenté. Perché sur ce promontoire, je me sentais bien. J'adorais la sensation des vagues qui venaient me lécher les pieds tout en me caressant les oreilles avec leurs grondements d'intensité variable. Et la vue de la mer induisait en moi une transe qui me permettait de m'évader.

Parmi les personnes qui ont partagé avec moi ces quelques jours, il y avait ma filleule de 6 ans et demi. Comme tous ceux qui ont eu des enfants peuvent l'imaginer, elle était à fond dans sa période des « pourquoi », « c'est quoi » etc. Ma filleule est très chatouilleuse et les séances d'application de crème solaire se transformaient très vite en parties de rire. « Tu me chatouilles ! » répétait-elle à sa mère. Et bien entendu, sa mère réagissait en lui faisant des guili-guili. Et pendant ce temps-là tout le monde attendait pour aller à la plage. « Tout le monde » c'était en fait ma femme et moi. Un jour, impatiente de partir à la plage, ma femme lança à ma filleule : « tu n'as qu'à demander à ton parrain comment on ferme les guili-guili ». Et la gamine se tourna vers moi : « Tonton, c'est vrai que tu peux fermer les guili-guili ? ».

C'est ainsi que j'ai dû faire la démonstration de ce talent qui étonnait tant mes enfants quand ils étaient

jeunes. Étant très chatouilleux, généralement, je ris avant même que l'on ne me touche. Dès que je décide de « fermer les guili-guili », je ne ris plus. Ma filleule était épatée. En fait, le jeu consistait à annoncer la couleur : « attention je ferme les guili-guili » ou « c'est bon, c'est ouvert ». Quand je relâchais les guili-guili, je riais à ne plus pouvoir m'arrêter. « Tonton, est-ce que tu peux m'apprendre à fermer les guili-guili ? ». Comment ne pas satisfaire une telle demande, faite avec cette voix mielleuse et dégoulinante que savent prendre les petites filles de six ans et demi quand elles veulent obtenir quelque chose ?

Pour fermer les guili-guili, il faut se concentrer, prendre une très profonde inspiration, expirer et penser très fort : « je ferme les guili-guili ». Après plusieurs tentatives infructueuses, ma filleule a réussi à le faire. Elle était très fière d'elle et en faisait la démonstration aux nouvelles copines qu'elle s'était faites à la plage. Bien entendu, quand les guili-guili étaient ouverts, elle théâtralisait un peu son rire.

Je pense que mes lecteurs PNListes invétérés ont déjà trouvé ce qui se cache derrière ce phénomène. S'agirait-il d'une dissociation entre le toucher et la réaction qu'il est censé produire ? Personnellement, je l'assimile à de l'autohypnose. Je coupe le lien entre la perception du guili-guili et le rire qui en découle généralement.

Une chose est sûre : si vous jouez à ce jeu avec vos enfants ou vos petits-enfants, le succès est garanti ! Qui a dit que la PNL devait être triste ? ■



# Chittesh et Dhanesh

## (de l'importance de l'écoute dans le conseil)



PROPOSÉE PAR EVELYNE LERNER

**S**ur la grande île de Do Taaj, il y avait deux royaumes. Le premier, à l'est, était gouverné par Dhanesh. Chittesh régnait sur le deuxième, à l'ouest.

Dhanesh et Chittesh étaient jumeaux. Or, s'ils possédaient le même visage aux traits élégants et fins, s'ils partageaient la même bienveillance dans le difficile exercice de leur pouvoir, l'un, Dhanesh, aimait l'or et les fastes, tandis que l'autre, Chittesh, n'appréciait rien tant que la discrétion et la modestie. Ces différences n'altéraient nullement l'estime et l'amour qu'ils se vouaient mutuellement.



Aussi, chaque année, au premier mois du printemps, l'un rendait visite à l'autre et, l'année suivante, l'autre lui rendait la pareille.

Cette année, c'était au tour de Dhanesh de venir voir son frère. Comme toujours, il fut reçu avec grande affection, mais sans appareil luxueux ni pompe ostentatoire. Pas de routes couvertes de pétales de fleurs, pas de parements somptueux pour la ville, pas d'éclats de pierres précieuses sur la vaisselle du banquet.

Dhanesh connaissait son frère et respectait sa simplicité. Il ne s'offusqua pas. La journée se déroula fort bien, entre visites protocolaires aux dignitaires, défilés et revues.

Au crépuscule, alors qu'une jolie brise chargée de senteurs délicates s'était levée, les deux frères descendirent dans les jardins du palais pour profiter de la douceur du soir. Ils marchèrent côte à côte, en silence, jusqu'au bassin des Sept Pierres. Là, Dhanesh prit un caillou et, tout en le jetant distraitemment dans l'eau, il demanda à Chittesh :

*« Mon frère, ma moitié aimée, je suis soucieux. J'ai congédié mes trente conseillers. Ils me coûtaient les yeux de la tête et les cheveux du crâne. Une ruine pour le Trésor. Mais un roi ne peut se passer de conseillers. Et je me suis dit en moi-même : « Mon frère Chittesh pourra peut-être mettre à ma disposition l'un des siens. »*

*Mon frère, mon sang-pareil, répondit Chittesh, il n'est de service que je ne puisse te rendre. Je vais te présenter mon seul et unique conseiller. La perle parmi les perles. Tu le*

*jaugeras et, s'il te convient, nous nous le partagerons.*

*– Comment ! s'esclaffa Dhanesh. Tu n'as qu'un seul et unique conseiller ! Je te savais économe et simple, mais tu me surprends encore !*

*– Suis-moi, répondit Chittesh, une lueur malicieuse dans les yeux. »*

Ils remontèrent au palais. Arrivés dans la salle du trône, Chittesh pria son frère de l'attendre. Il sortit par une porte dérobée. Quelques instants plus tard, il réapparut, flanqué d'un homme ni grand ni petit, le cheveu rare, vêtu d'un sari bleu nuit. Chittesh fit signe à l'homme de prendre place

et s'adressa à Dhanesh :

*« Mon frère, mon sang-pareil, voici Shantee, mon seul et unique conseiller. Non seulement j'ai toute confiance en lui, mais, plus encore, je le tiens pour le meilleur des conseillers. »* Dhanesh se leva et, s'approchant de Shantee, il lui demanda : *« Mon frère vient de faire ton éloge. Mais toi, qu'as-tu à dire ? Seras-tu capable d'être d'aussi bon conseil pour moi que pour lui ? Parle ! »*

Shantee fixa Dhanesh de ses grands yeux noirs et ne répondit pas.

*Je t'ai posé une question, reprit Dhanesh.*

*Tu peux répondre sans crainte. »*

Les yeux de Shantee ne quittèrent pas ceux du souverain. Il ne répondit pas.

Dhanesh s'emporta : *« Eh bien ! Parle ! Que t'arrive-t-il ? T'aurait-on coupé la langue ? »*

À ces mots, un grand sourire illumina le visage de Shantee.

Alors Chittesh dit à Dhanesh : *« Tu ne peux mieux dire, mon frère, mon sang-pareil. Shantee n'a pas de langue. »*

Éberlué, Dhanesh regarda son frère. *« Muet ? Ton seul et unique conseiller est muet ? Celui dont tu me dis qu'il est la perle parmi les perles, le meilleur des conseillers, celui-là est muet ?*

*– Et alors ? dit Chittesh en souriant. Ce n'est pas sa langue qui est précieuse, mais son oreille. » ■*



## Hommage à Bernadette Lecerf-Thomas



Bernadette Lecerf-Thomas nous a quittés,  
et sans elle, la rentrée est triste

PAR BRIGITTE DUBREUCQ\*



J'ai rencontré Bernadette il y a sept ans, elle s'était inscrite à une conférence que j'organisais pour HEC « Posture managériale : les apports de l'athlétisme de haut niveau et des neurosciences. » Au moment du traditionnel pot convivial, elle m'a proposé d'approfondir le sujet et c'est dans un petit restaurant de Neuilly que nous avons vraiment fait connaissance. Depuis nous ne nous sommes plus quittés.

Au même moment, je réfléchissais à mon parcours professionnel « post DRH », et cette belle rencontre a largement contribué au choix que j'ai fait autour des transformations organisationnelles et personnelles.

C'est avec elle que je me suis formée au coaching d'organisation et à la systémique, dans le même temps j'entamais mon parcours PNL. Puis nous avons travaillé ensemble sur la conception et l'animation d'ateliers pour faire connaître et transmettre toute cette matière qui lui semblait essentielle pour renouveler l'art de la transformation. Ces derniers mois, elle voyait avec bonheur les apports des neurosciences se révéler au grand public.

Dotée d'une intelligence dynamique et d'une curiosité insatiable, elle dévorait tout ce qui était publié, annotait, synthétisait, rassemblait des idées éparses pour créer de nouveaux

modèles d'action. « J'ai un nouveau schéma » ... et nous voilà parties dans des explications, incompréhensions, précisions, révisions... jusqu'à ce que le modèle « tourne » bien. Car ce qui lui tenait le plus à cœur, c'est que ce qu'elle produisait soit utile pour transformer la vie, celle des organisations et de leurs leaders, la nôtre. Et elle n'hésitait pas à partager avec générosité, dans une logique d'essaimage.

Ce qui m'a frappée en travaillant avec Bernadette c'est son énergie pour transmettre ce qu'elle considérait comme un apport majeur pour le coaching et le coaching d'organisation, et cette impatience qui l'habitait. C'est aussi la justesse de ses analyses et propositions notamment lors des séances de travail ou de supervision : elle voyait très vite ce que d'autres ne voyaient pas et savait le dire et emmener sur de nouvelles voies.

Depuis quelques mois elle rencontrait différents soucis de santé qui se sont révélés être les symptômes d'une grave maladie. Lucide et toujours dynamique, elle s'est vite adaptée à ce qui était prévisible, mais la maladie est allée encore plus vite et l'a emportée en quelques semaines.

Sa dernière chronique « Conjuguer engagement intellectuel et engagement émotionnel » était consacrée à la version francophone du livre de Richard Barrett « l'entreprise inspirée par les valeurs ». C'est elle aussi qui m'avait incitée à venir le 28 mai dernier vous présenter « L'entreprise inspirée par les valeurs, culte ou culture ». ■

Merci Bernadette.

\* Président COHeRenS



**PAUL PYRONNET INSTITUT**  
(Paul PYRONNET)  
76, rue Masséna – 69006 Lyon  
+33 4 37 24 33 78  
contact@paul-pyronnet-institut.fr  
www.formation-coaching-pnl.com



**FRANCE PNL**  
(Robert LARSONNEUR)  
73 Bd De Magenta  
75010 Paris  
Tél: 09 52 04 95 14  
contact@france-pnl.com  
www.france-pnl.com



**LE DÔJO**  
(Jane TURNER)  
3 rue des Patriarches 75005 PARIS  
Tél: 01 43 36 51 32  
contact@ledojo.fr  
www.ledojo.fr



**RESSOURCES & STRATÉGIES**  
(Gérard SZYMANSKI)  
2 allée René Fonck  
BP 312 51 688  
51 100 REIMS cedex 51 688  
Tél: 03 26 49 06 89 et 03 26 50 10 42  
ressources.strategies@wanadoo.fr  
www.ressourcesetstrategies.fr



**INSTITUT LE CHÊNE**  
(Jacqueline COVO)  
138 Av. Ledru-Rollin  
75011 PARIS FRANCE  
Tél: 01 43 79 25 41 et 06 61 56 77 33  
jacqueline.covo@orange.fr  
www.institut-le-chene.com



**EFPNL (ECOLE DE FORMATION PNL)**  
(Jean-Jacques VERGER)  
9, rue Montorge – 38000 Grenoble  
1770, ch. de la Blaque  
13090 Aix en Provence  
Tél: 06 34 48 11 91  
jjverger@efpnl.fr  
www.efpnl.fr



**PROGRESS:**  
(Geneviève HAIZE)  
02 35 07 70 89  
71 bd Charles de Gaulle  
76140 Le Petit Quevilly  
www.pnl-communication.fr



**INSTITUT FRANÇAIS DE PNL**  
(Françoise DUCREUX)  
21 rue Sébastien Mercier – 75015 Paris  
Tél: 01 45 75 30 15  
Fax: 01 40 58 11 60  
info@ifpnl.fr  
www.ifpnl.fr



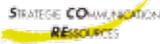
**ACTIV'PNL**  
(Jordi TURC)  
à Arthameprod, 7 Place des Terreaux,  
69001 Lyon  
Tél.: 06 64 97 97 64 et 04 26 01 23 88  
infos@activpnl.com  
www.activpnl.com



**ANDANTE**  
(Marie et Richard OUVRARD)  
04 92 87 31 61 et 06 87 78 46 35  
3 place de l'Hôtel de Ville  
04100 Manosque  
www.coachingandante.com



**INSTITUT REPERÈ**  
(Jean-Luc MONSEMPES)  
78 Av. du Gal. Michel Bizot – 75012 Paris  
Tél: 01 43 46 00 16  
formation@institut-repere.com  
www.institut-repere.com



**S.CO.RE**  
La Colline – St-Etienne  
81310 Lisle-sur-Tarn  
Tél. 05 67 11 29 86  
- 06 77 13 58 43  
score-pnl@wanadoo.fr  
www.score-pnl.fr



**COMMUNICATION ACTIVE**  
(France DOUTRIAUX)  
27 rue aux coqs  
14400 Bayeux  
Tel/fax 02 31 21 47 53 et 06 81 97 64 29  
francedoutriaux@gmail.com  
www.communication-active-normandie.fr



**GROUPE MHD-EFC**  
(Marie-Hélène DINI)  
266, avenue Daumesnil – 75012 Paris – (Métro 8: Michel Bizot)  
Tél.: 01 80 49 04 16  
contact@mhd-efc.com  
www.mhd-efc.com



**NAM COMMUNICATION PRÉSENCE PNL**  
(Nadine AMOUR-METAYER)  
18, rue Massiou  
17000 La Rochelle  
Tél.: 05 46 00 65 24 – 06 12 83 80 04  
namour@namcom.com



**ALTREYA-FORMATION**  
(Mireille CHESSEBEUF)  
La Bichetière  
49 220 Vern D'Anjou (Angers)  
Tél: 02 41 92 29 79  
cabinet.chessebeuf@wanadoo.fr  
www.altreya-formation.com



**AGAPÉ & CO**  
(Brigitte GICQUEL-KRAMER)  
2, Rue Odette Jasse  
13015 Marseille  
Tél. 06 98 27 45 88  
gd@agapeandco.fr  
www.agapeandco.fr



**HEXAFOR**  
(Bertrand HENOT)  
« Les Dorides »  
1 rue Eugène VARLIN  
44100 Nantes  
Tél.: 02 40 200 200  
Immeuble situé face à la CCI de Nantes  
(Ligne 1: François Mitterrand)  
Arrêt de tram: Gare Maritime  
bertrand@hexafor.fr  
www.hexafor.fr



**ECPNL**  
(Maryse CHABROL)  
226 quai P. de Bayard  
73000 Chambéry  
Tél 06 20 83 32 77  
www.communiqer-pnl.com  
contact@communiqer-pnl.com



**INSTITUT DE FORMATION PNL**  
(Olivier ZENOUDA)  
159 avenue du Maréchal Leclerc  
33 130 Bègles  
Tél: 05 56 85 22 33 – Fax: 05 56 85 44 11  
contact@pnl.fr  
www.pnl.fr



**FORMATION ÉVOLUTION ET SYNERGIE**  
(Gilles ROY)  
3 av. de la Synagogue  
84000 Avignon  
Tél: 04 90 16 04 16 – Fax: 04 32 76 24 23  
gilles.roy2@orange.fr  
www.coaching-pnl.com



**APIFORM**  
(Brigitte PENOT)  
1005 C Chemin des Signols  
83149 Bras  
Tél: 09 77 92 31 52 et 06 80 87 82 61  
contact@apiform.net  
www.apiform.net



**INTERACTIF**  
(Alain THIRY)  
200, rue de Lonzie 5030  
Gembloux [Belgique]  
Tél.: +32 (0) 81 61 60 63  
alainthiry@interactif.be  
www.interactif.be



**ÉCOLE DE PNL HUMANISTE**  
(Hélène ROUBEIX)  
5 bis rue Maurice Desvallières  
77240 Seine-Port  
Tél: 01 64 41 95 98  
www.pnl-humaniste.fr



**INSTITUT RESSOURCES PNL**  
(Anne PIERARD)  
54 Grand Chemin – B-1380 Lasne  
Tél: +32.2.633.37.82  
mail@ressources.be  
www.ressources.be



**FAC PNL**  
28 rue Henri Charlet  
62840 Fleurbaix  
Tél: 03 21 62 17 40



**IDCR**  
46, rue Léon Gambetta  
31 000 Toulouse  
Tél: 05 61 48 96 73



**PAFEPI.COM**  
(France POGGIO-ROSSET)  
1 Impasse des cyprès  
11200 Escalles  
Tél.: 06 81 09 84 21  
contact@pafepi.com  
www.pafepi.com



**ÉCOLE DE PNL Ouest Atlantique**  
Marie-Christine Clerc  
Contact: 06 32 66 39 62  
pnlformations@gmail.com  
pnl-formations.fr



**CQPNL**  
4848 Papineau, H2H  
1V6 Montréal  
Québec – Canada  
Tél. 514.281.7553



**ÉCOLE DE PNL de Lausanne**  
Avenue Louis-Ruchonnet 2  
1003 Lausanne – Tél.  
+41 (0) 21 552 0800



**ANVISAGE**  
(Angélique GIMENEZ)  
270 chemin du PUISS  
83720 TRANS-EN-PROVENCE – FRANCE  
Tél: 06 23 85 87 09  
Email: contact@anvisage.fr  
Site: www.anvisage.fr

## CONTACTS NLPNL

Département Adhérents Individuels (DAI): [dai@nlpnl.eu](mailto:dai@nlpnl.eu)  
Pour contacter les membres du bureau fédéral: [federation@nlpnl.eu](mailto:federation@nlpnl.eu)  
Pour contacter votre association locale  
Méditerranée: [mediterranee@nlpnl.eu](mailto:mediterranee@nlpnl.eu)  
Paris – Île de France: [parisidf@nlpnl.eu](mailto:parisidf@nlpnl.eu)  
Poitou-Charentes: [nlpnlpoitoucharentes@nlpnl.eu](mailto:nlpnlpoitoucharentes@nlpnl.eu)  
Pour envoyer un article:  
[elysine.lerner@free.fr](mailto:elysine.lerner@free.fr) et [eugene.mpundu@yahoo.fr](mailto:eugene.mpundu@yahoo.fr)

## SIÈGE SOCIAL ET CORRESPONDANCE

Fédération NLPNL  
14 rue de l'Opéra, Paris, France  
DIRECTEUR DE LA PUBLICATION:  
Anne Brigitte LUBREZ  
COMMISSION PUBLICATION:  
ÉVELYNE LERNER ET EUGÈNE MPUNDU  
[metaphore@nlpnl.eu](mailto:metaphore@nlpnl.eu)

## métaphore

Journal de NLPNL,  
Fédération des associations  
francophones des certifiés  
en programmation  
neurolinguistique.  
Association Loi de 1901



# CONGRÈS NLPNL

SAMEDI 27 JANVIER 2018

## LA PNL UN ART...

**...de  
communiquer  
sans parole.**  
CAROLINE DIGUET

**... du  
bonheur.**  
DOMINIQUE ROBERT

**... d'accompagner  
les hauts potentiels.**  
CHRISTEL PETITCOLLIN  
ANNE-CLAUDE BENHAMICHE

**...de  
la liberté  
intérieure.**  
ANNE PIERARD

MAS Paris  
10, 18 rue des terres  
au Curé - 75013 Paris

Renseignements et inscriptions  
[www.nlpnl.eu](http://www.nlpnl.eu)

