

## Le langage

Pour nous aider à entrer dans le monde de l'autre, la PNL met à notre disposition un outil très puissant. On l'appelle le META-MODELE. Le META-MODELE est un outil linguistique imaginé par John GRINDER et Richard BANDLER pour obtenir des informations précises à partir du langage utilisé par notre interlocuteur. Cet outil est précieux pour retrouver des informations et mieux connaître la représentation du monde que se fait notre interlocuteur. Lorsque nous communiquons, nous mettons en œuvre des mécanismes de Sélection, de Distorsion et de Généralisation. Face à ces manifestations, le META-MODELE permet d'obtenir les précisions indispensables pour entrer dans l'univers de notre interlocuteur et mieux le comprendre. La sélection se traduit par l'usage d'informations vagues ou manquantes. La distorsion se manifeste par l'usage de présupposés, l'affirmation de liens de cause à effet. Les généralisations se remarquent lorsque notre interlocuteur énonce des dogmes et fait de sa propre expérience une règle absolue.

**Sélection** Je suis irrité. A propos de quoi ? Il faut tout changer. Changer quoi ? Il n'en veulent. Qui t'en veut ? Distorsion Il ne m'a pas dit bonjour, il n'en veut. En quoi le fait qu'il ne t'ait pas salué prouve qu'il n'en veuille ? Est-ce qu'il te salue tous les jours ? Son arrogance va me rendre fou. En quoi son arrogance va-t-elle te rendre fou ? Es-tu mal à l'aise chaque fois qu'il est arrogant ? Généralisation On a toujours fait comme ça. Toujours, vraiment toujours ? Que se passerait-t-il si on faisait autrement ? A la comptabilité, ils ne donnent jamais les informations... Jamais ? Y a-t-il un cas où ils ont donné les informations ? T'en souviens-tu ? Que s'est-il passé ? On ne peut pas lui dire ça. Pourquoi ne peut-on pas lui dire ? Que se passerait-il si on lui disait ? Nous avons bien tous notre modèle du monde, nos croyances et nos visions. Aucune de ces visions du monde n'est meilleure et personne ne détient la vérité. C'est bien pour toutes ces raisons que la conduite de projets sera si riche et passionnante.