

Une approche

La PNL se présente alors comme une approche permettant :

- De mieux se connaître et d'augmenter ses propres performances
- D'atteindre ses objectifs
- D'améliorer la communication avec les autres et avec soi-même
- De favoriser l'épanouissement.

La PNL est un modèle, pas une théorie. Voulez-vous savoir « pourquoi ça marche » ou « comment ça marche » ?