

La reformulation

J'entends souvent décrire la reformulation comme une technique qui consiste à résumer le propos de l'autre avec nos propres mots. En PNL, l'approche est assez différente, puisque la reformulation consiste effectivement à reprendre ce que l'autre vient de dire, mais avec SES mots. En effet, comme chacun a sa propre vision du monde et le décrit avec ses mots, mes mots ne vont pas forcément avoir la même signification pour mon interlocuteur. Dès lors, si mon objectif est de créer un climat de confiance, favorable à une communication de qualité, il semble plus efficace d'utiliser son référentiel que le mien.