

MIEUX-ÊTRE

BREF HISTORIQUE DE LA PROGRAMMATION NEUROLINGUISTIQUE

Laurent Gajac nous conte cette histoire de rencontres et d'initiatives personnelles qui a donné le jour à la PNL dont la méthodologie va bien au-delà d'un simple ensemble de techniques.

Par Laurent Gajac (*) - contact@conseiletservices.fr

Richard Bandler est étudiant en psychologie. Il travaille à mi-temps, pour financer ses études, pour le docteur Spitzer, propriétaire d'une maison d'édition, « *Sciences et Comportements* », lorsqu'il se voit missionné pour apprendre la Gestalt. Il rencontre alors Fritz Perls, le père de la Gestalt, psychanalyste et neuropsychiatre. Perls vient d'arriver d'Allemagne et donne des cours à l'institut Esalem, dirigé par Virginia Satir. Richard Bandler découvre alors que Perls est un excellent thérapeute mais un médiocre enseignant. De plus, il n'est plus très jeune et n'a personne pour reprendre sa thérapie. Bandler se forme aux techniques de l'enseignement et décrypte alors la méthode de Perls. Puis, il rencontre John Grinder, reconnu comme un grand linguiste de son époque et l'intéresse à la modélisation linguistique de Perls. Les prémisses de la PNL voient le jour, ainsi que leur premier ouvrage sur leurs travaux.

LA « GRAMMAIRE TRANSFORMATIONNELLE » DE NOAM CHOMSKY

Richard Bandler avait la capacité de « répliquer » le comportement et la communication de ces thérapeutes et John Grinder, linguiste, avait la capacité de « décoder », ce que faisait alors Bandler grâce à

la « *grammaire transformationnelle* » de Noam Chomsky, entre autres. De ces recherches sont nées les premières techniques et les premiers modèles de la PNL. Ces techniques et modèles étaient essentiellement des outils de communication et d'utilisation du langage et du questionnement. Par exemple, le premier ouvrage en PNL de Bandler et Grinder, « *The Structure of Magic* », est très axé sur la linguistique et les modèles de questionnement. Le développement de la modélisation ne s'arrête pas là. Spitzer demande à Bandler, par la suite, de modéliser Virginia Satir, experte de la thérapie familiale, lors de ses interventions. Le deuxième ouvrage sur leurs travaux voit le jour. Intéressé, Gregory Bateson apporte sa contribution en tant que professeur d'anthropologie à l'université de Santa Cruz avec ses travaux sur les niveaux d'apprentissage. Il les met en relation avec un intervenant à l'institut Esalem : Milton Erickson, psychiatre et père de l'hypnose ericksonienne. La PNL était ainsi créée.

LA PNL CONTINUE DE S'ENRICHIR

L'équipe originelle était constituée de John Grinder, professeur de linguistique générative, Richard Bandler, ancien étudiant en mathématiques et en informatique qui validait ses études en psychologie, Leslie Cameron, étudiante qui se spécialisera sur les patterns des « *métaprogrammes* », Robert Dilts, étudiant qui obtiendra un diplôme en « *Behavioral Technology* » et David Gordon, étudiant qui se spécialisera en modélisation et en épistémologie. L'ensemble de l'équipe était proche de Gregory Bateson, de Milton H. Erickson et de Virginia Satir. Aujourd'hui, on peut dire que la PNL est dans la continuité du travail de recherche de l'École de Palo Alto (constituée autour de Gregory Bateson, des travaux du Mental Research Institute, de l'Institut d'Esalen). Plusieurs disciplines ont influencé la PNL : la cybernétique, l'anthropologie, la systémique, le constructivisme dans divers domaines dont la sémantique générale (Korzybski), la grammaire transformationnelle (Chomsky) etc. Depuis sa naissance, la PNL a beaucoup évolué et continue à s'enrichir des centres d'investigations tels que les thérapies brèves, les neurosciences, la santé, le développement personnel, le coaching, le management, la formation, l'éducation, etc. ■

À suivre dans notre prochain numéro : l'esprit de la PNL...

(*) Laurent Gajac

Fondateur et directeur de CONSEIL & services, premier centre de formation en développement personnel de l'océan Indien, basé à La Réunion, Laurent Gajac intervient comme consultant, médiateur, coach certifié et formateur. Il conçoit et anime des sessions innovantes destinées aux entreprises, essentiellement sur les thèmes de la santé, du développement personnel, de la communication professionnelle et sur l'accompagnement humain au changement. E-mail : contact@conseiletservices.fr - blog : <http://conseiletservices.fr>

