

<https://www.route-des-stages.org/spip.php?article5>



Voix et PNL

- Les témoignages -



Publication date: samedi 27 décembre 2008

Copyright © La Route des Stages - Tous droits réservés

bruitage : Brigitte

Rapport de stage de Brigitte P.

Week-end de P.N.L. (Programmation Neurolinguistique) 16 et 17 décembre 2000 à Bordeaux

Comme prévu, les 16 et 17 décembre, nous étions réunis pour un week-end de formation dans le cadre de la Route des stages. Sur les 10 stagiaires inscrits, 6 s'étaient déplacés. Passée cette petite déception, nous avons rapidement apprécié de nous retrouver en comité réduit.

[<https://www.route-des-stages.org/local/cache-vignettes/L250xH193/Bernard-be836.jpg>]

Notre formateur, Bernard FONTBUTE de Toulouse a commencé la première matinée en nous demandant de nous isoler par groupes de 2 personnes, de nous présenter à tour de rôle à notre « coéquipier » et de restituer ensuite à la totalité du groupe les éléments que nous avons découvert sur l'autre. Cela nous a permis de démarrer notre formation à la communication par une... communication ludique.

Puis, nous sommes passés par un bref historique de la P.N.L., fondateurs, contexte de découverte, raison des recherches qui ont abouti à cette technique. Toutes les explications qui ont suivi, les exercices, les tests, les discussions en groupe, en sous-groupes ou en particulier n'ont eu qu'un seul but : nous aider à mieux nous connaître, à comprendre les mécanismes qui nous font répéter toujours les mêmes erreurs, à désamorcer nos peurs ou nos croyances paralysantes, à mieux entrer en communication avec tous ceux qui nous entourent, à comprendre nos proches au delà des mots, à écouter également le non-verbal...

Nous avons pu dans chaque exercice, chaque conversation, choisir des sujets qui nous tenaient à cœur, des points sensibles pour nous. Et dans chaque évocation de ces points sensibles, il faut noter les qualités essentielles du formateur qui a su nous accompagner sur des terrains souvent douloureux, qui a su nous entraîner au delà de nos limites, nous faire progresser sans nous mettre en danger.

Ces confidences faites au groupe dans le respect et la discrétion nous ont aussi permis de nouer des relations plus étroites avec les autres participants, de mieux nous connaître et nous apprécier. Avant ce stage, je ne voyais la P.N.L. que comme une technique de communication, je comprends mieux aujourd'hui toutes ses implications psychologiques. Ces sujets sérieux et souvent douloureux ne nous ont pourtant pas empêché de rire, de nous détendre, de partager des repas copieux et bien arrosés...

[<https://www.route-des-stages.org/local/cache-vignettes/L225xH332/bernard2-a6b82.jpg>]

Sans oublier l'atelier Folk du samedi soir animé par Roland, le petit feu de cheminée soigneusement entretenu par Gabriel... En conclusion, mais vous l'aurez compris, ce stage fut très concluant et très agréable pour moi et j'attends avec impatience la session suivante... Je ne manquerai pas de vous faire signe dès qu'elle sera programmée...

Amitiés
Brigitte