

# Outil PNL 1 : Définition

Science de la communication, la PNL est modélisée par John Grinder et Richard Bandler, respectivement linguiste et mathématicien et tous deux docteurs en psychologie.

La PNL propose des techniques qui permettent de développer l'habileté relationnelle à travers une meilleure écoute et une meilleure observation de l'interlocuteur.

**Programmation** : ce terme fait référence à l'informatique. Nous apprenons et nous mémorisons : nous nous programmons.

**Neuro** : concerne le traitement par le système nerveux des données issues de la perception sensorielle

**Linguistique** : le langage structure et reflète la manière dont nous pensons, il véhicule nos expériences, nos perceptions, nos représentations.

Retrouvez nous gratuitement sur  
[www.qualinnov.eu](http://www.qualinnov.eu)

## à retenir

Les schémas de base de la P.N.L. sont au nombre de trois :

- |                           |                    |
|---------------------------|--------------------|
| * Les processus internes  | Ce que pense       |
| * L'état interne          | Ce que ressent     |
| * Le comportement externe | Ce que dit et fait |