

Commentaire de lecture

La Programmation Neuro-Linguistique en débat

Monique ESSER (Dir.)

2004, Editions L'Harmattan, Psychologies

Intéressant, intrigant, interpellant, unique voilà bien quelques qualificatifs qui peuvent être utilisés pour parler de « La PNL en débat », ouvrage collectif sous la direction de Monique ESSER déjà connue pour avoir commis « La PNL en perspective » sous deux éditions.

Le livre en « jette » : couverture sobre, collection « sérieuse » et style d'écriture qui en rebutera plus d'un, du moins pour ce qui concerne les derniers chapitres rédigés par les philosophes.

A l'évidence, les PNListes seront désarçonnés en feuilletant l'ouvrage. Plutôt habitués aux propos simplifiés, aux retranscriptions de séminaires à l'américaine, ils auront peut être l'envie un instant d'écartier le livre qui vient ouvrir une brèche dans leur carte du monde bon enfant. Mais je les invite à s'accrocher, à résister aux forces de frottement des effets de manche philosophisants et à l'instar de la démarche d'exploration typique PNListe de découvrir les indices d'un débat naissant : celui d'une réflexion certes inhabituelle mais combien stimulante sur une PNL qui dévoile une profondeur rarement évoquée.

Soulignons tout d'abord l'effort de Monique Esser qui nous livre un récit tout à fait intéressant de la naissance de la PNL. Le récit est débarrassé, tant que faire se peut, des aspects légendaires véhiculés au fil des années dans le monde PNL mais souffre néanmoins de la même lacune observée dans la deuxième édition de la PNL en perspective. Monique ESSER met le récit en forme pour construire sa propre argumentation visant à asseoir la PNL en tant qu'approche psychothérapeutique par opposition au point de vue de Grinder, co-créateur de la PNL, qui dans son livre « Whispering in the Wind » co-signé avec Carmen BOSTIC St Clair réaffirme sa définition de la PNL en tant que méta-discipline ayant comme processus central la modélisation. Par le choix de maintenir la PNL dans son champ d'origine, l'ensemble de l'ouvrage qui, comme son titre l'indique, vise à susciter le débat se voit ainsi amputé d'un pan entier de son espace de réflexion.

L'auteur pourra lire ces lignes comme une invitation à une suite à son livre qui serait peut-être plus orientée sur le caractère méta-disciplinaire de la PNL en s'entourant de référents issus de domaines tels que l'intelligence artificielle, les neurosciences voire l'ingénierie ou même l'informatique.



Mais revenons au livre proprement dit.

Il serait difficile d'évoquer l'ensemble des sujets abordés par les différents intervenant tant ils sont multiples et abordés de manière richement argumentée. La difficulté rencontrée en écrivant ce commentaire sera donc plus de sélectionner quelques thèmes et d'inviter le lecteur à découvrir les autres par lui-même.

Le chapitre premier est présenté sous la forme d'un débat entre Monique ESSER et Jean-François BOTERMANS.

BOTERMANS a la clairvoyance d'évaluer la PNL qu'il a découverte en 1979 avec Bandler et Grinder aux travers de prismes très stimulants. Il souligne que l'enseignement PNL prodigué par les co-créateurs présentait un côté « business » centré sur une forme de séduction nouvelle - et redoutée - dans le monde psychothérapeutique.

Une des originalités de Bandler et Grinder, selon l'intervenant, fut de joindre l'exploration scientifique de la manière de faire de thérapeutes brillants à une pratique clinique qui jusque là passait pour un art que l'on ne pouvait étudier scientifiquement.

Notons également l'intéressante réflexion sur le thème de la manipulation que BOTERMANS attribue à l'usage volontaire de la communication à multiple niveau. Si ce procédé était déjà connu, BOTERMANS souligne que Bandler et Grinder en faisaient un usage systématique ce qui, selon l'intervenant, représente un risque éthique significatif.

BOTERMANS termine son intervention en abordant la question de la légitimité et de l'image sociale de la PNL. Il souligne le paradoxe de la PNL entretenu par les co-créateurs qui positionnaient la PNL tantôt comme démarche visant à intégrer d'autres démarches tantôt comme une méthode à part entière qu'ils présentaient à grand renfort de techniques d'influence, de suggestion et d'autorité personnelle - arguant du fait que l'efficacité de la PNL repose sur la croyance que « plus on y croit plus ça marche »¹.

Le côté mercantile et paillette, le fait que les formations PNL s'adressent à un public aussi large que peu critique expliquent l'image, qu'a la PNL, d'approche peu élaborée qui n'a eu qu'un faible impact dans le champ de la psychologie.

Trait d'union entre approche scientifique et approche thérapeutique, la PNL, termine BOTERMANS, risque l'effilochement pour n'avoir pas pu prendre suffisamment en compte les codes sociaux en vigueur dans le monde scientifique (mais serait-elle devenue la PNL si elle les avait respecté ?)

Le chapitre 2 tranche de manière singulière avec le reste de cet ouvrage collectif. Il nous relate l'expérience d'un médecin généraliste en milieu semi-rural. Guy Poncelet nous décrit comment il intègre la PNL dans sa pratique de médecin. Si la portée de ce témoignage intéressera particulièrement les non-formés à la PNL, sa présence dans cet ouvrage peut lui donner une résonance qui, à mon sens, risque de dépasser ce qu'il convient pour ce genre de propos.

¹ Notons qu'hormis l'effet "gourou" généré par le show Grinder-Bandler, Botermans partage l'idée selon laquelle c'est la croyance qui justifie les techniques (Botermans, chapitre 1 p63). Emboitant le pas à Jérôme Frank il affirme que les techniques ne sont que des supports pour amener un client à faire ce qu'il ne veut pas faire. Ce qui prime c'est que croient le client et le thérapeute et qui fonde la relation thérapeutique dans sa qualité en terme de prédictibilité du résultat de la thérapie

Regrettons également que ce seul espace réservé à la présentation de quelques modèles, ne fasse pas l'objet d'une réflexion plus critique, l'ouvrage perdant ainsi l'occasion d'examiner plus rigoureusement les outils PNL². Mais n'est-ce pas là un travers propre à la PNL³ ?

Marti analyse le lien entre PNL et scientificité. Commenant par un intéressant questionnement sur ce qu'est la scientificité dans ce qu'elle génère de controverse, Marti examine deux outils de base que sont la calibration et la synchronisation.

Examinant la calibration, Marti énonce un postulat de base qui la sous-tend, à savoir, la relation entre expression et état interne généralisé. Ce postulat aurait appelé quelques commentaires supplémentaires car il ne fait qu'avaliser des schémas réducteurs de la PNL consacré dans le modèle des clés d'accès oculaires. Le postulat qui ne me paraît pas aller de soi pourrait amener à réduire la calibration à la simple « identification de caractéristiques extérieures qui, chez une personne donnée, traduirait un même état généralisé ». Mais laissons à l'auteur la liberté d'explorer cette voie qui a le mérite de faire émerger ce postulat et ouvrir ainsi le champ au débat.

Marti reconnaît pouvoir valider – de façon artisanalement scientifique – les outils de synchronisation et de calibration en soulignant l'intérêt qu'il y aurait de pousser plus loin l'investigation. Il distingue la validation d'un savoir-faire de celle d'un savoir global. La validation par la pratique reste, selon lui, grossière et a contribué à maintenir la PNL en marge de la communauté scientifique

L'intervenant souligne la démarche scientifique des débuts de la PNL mais constate que son manque de précision dans différents domaines la cantonne à être plus une technique savante qu'une science en devenir.

Le déficit de recherche de la PNL trahit l'affaiblissement de son activité intellectuelle. Si la dérive économique confirme plutôt l'existence d'un savoir, la faible attache à un cadre théorique substantiel est à la base d'une dérive parapsychologique engendrée par la quête de satisfaire un besoin fondamental de sens.

Marti conclut en se demandant s'il n'est pas temps d'intégrer le savoir de la PNL, ce qui décroiserait les apports des différentes écoles de psychothérapie mais transformerait ainsi la PNL en souvenir historique.

Le chapitre 4, rédigé par Monique ESSER, retrace l'histoire de la naissance et du développement de la PNL jusqu'à la séparation des co-créateurs au début des années 80 et s'attarde de manière intéressante à leur pratique de recherche organisée autour de la modélisation telles que Bandler et Grinder l'ont appliquée pour mettre au point les premiers modèles de ce qui allait devenir en 76 la PNL. Si le discours d'ESSER est construit pour valider sa thèse d'une PNL comme approche psychothérapeutique plutôt que comme méta-discipline, elle réussit sur base de recoupements et la mise en concordance de sources aussi variées que parfois fantaisistes à élaborer un historique convaincant de la PNL qui est non seulement unique mais deviendra rapidement incontournable.

Raphaël GELY, docteur en philosophie et chercheur au FNRS propose une réflexion phénoménologique autour du procédé de recadrage spatial.

² Les modèles présentés ici ne représentent qu'un courant de la PNL, en l'occurrence celui qui s'inscrit dans ce que l'on pourrait appeler la mouvance de Robert Dilts. S'il s'agit d'ouvrir un débat sur la PNL ne serait-il pas intéressant de se demander s'il n'y a pas plusieurs PNL ? Quels courants émergent et quels sont les présupposés qui les sous-tendent ? Autant de questions laissées

³ Comme l'évoque BOTERMANS au chapitre précédent

Le texte n'est pas aisé d'accès (existe-t-il des textes abordant la phénoménologie qui le soient ?) mais recèle des éléments de réflexion qui donnent une véritable consistance à la pratique PNL.

L'auteur souligne ainsi la « fiction transformatrice » de l'hypothèse des ressources chez le sujet comme étant bien plus qu'un moyen de réconfort ou de mise en confiance. C'est surtout selon lui une redynamisation du processus mené par le sujet dans son environnement. Le sujet est ainsi placé dans un cadre où il peut reprendre contact avec sa capacité d'être acteur et tester la réalisabilité de son projet dans son environnement.

Le recadrage spatial est vu par GELY comme un travail consistant à renouer la dimension cognitive de l'action à sa dynamique. En effet si de nombreux outils PNL permettent au sujet d'explorer et de découvrir qu'il comprend sa situation et ce qu'il faut faire. Il lui reste à agir c'est-à-dire passer du « je sais ce que je devrais faire mais je ne le fais pas » à la réalisation. Le recadrage spatial est ainsi un outil permettant au sujet de prendre conscience que son problème réside plus dans un « trop de ressources » qu'il n'arrive pas à orienter dans l'action que dans un manque.

GELY nous offre ensuite une difficile mais intéressante réflexion sur les aspects phénoménologiques de la perception et du mouvement en se basant sur Merleau-Ponty, Berthoz, Damasio et Sartre.

Le texte de Michel DUPUIS est particulièrement difficile et après plusieurs relectures, j'en suis venu à me demander le rapport qu'il entretient avec la PNL en particulier. Son écrit est dans sa plus grande partie suffisamment général pour être inséré dans un ouvrage consacré à beaucoup d'autres approches psychothérapeutiques.

DUPUIS examine le rôle du sujet en PNL et s'appuie pour ce faire (sans vraiment le citer d'ailleurs) sur le modèle des niveaux neuro-logiques de DILTS, modèle aussi répandu et populaire que contesté qui cristallise à lui seul toute la question de la rigueur de la PNL⁴.

Il poursuit en nous livrant une intéressante réflexion sur la notion d'identité qu'il voit comme un « mouvement jamais terminé et jamais acquis de personnalisation ..., radicalement 'soumis' à l'extérieur ».

« Le sujet humain ... se trouve radicalement décentré. ... (il s'agit) plutôt de décrire le processus interminable ... d'appropriation de centre défini cette fois comme point de fuite ouvrant à l'identité et non plus comme lieu commun où convergent, frileusement centripètes, les rayons du moi... »

Contrastant avec le propos de GELY, DUPUIS dénonce le caractère régressif de l'axiome des ressources de la PNL :

« ... comme s'il fallait gommer l'exposition au désir, comme si exister, c'était une petite ou moyenne entreprise au capital parfois détourné mais toujours assuré »

L'intervenant termine en dénonçant le désintérêt de la PNL pour la chose philosophique:

« En se maintenant d'une façon un peu frivole, sous l'excuse de l'efficacité ... la PNL oublie le continent qui la fonde et, peut-être la justifie. Elle frise la mauvaise foi si elle plaide, contre ses mises en cause et au nom d'une espèce d'empirisme humanitaire, l'irresponsabilité philosophique. Elle est simpliste quand elle ramène la chose à un « jeu de croyances », plus ou moins partagées et enseignées... la PNL ne perdra rien en approfondissant ce que nous nommerons, un entretien philosophique. »

⁴ J'aurai l'occasion de revenir sur cette question dans un écrit ultérieur

PIEROBON nous offre une description de sa vision de la relation praticien-patient comme l'exploration d'un corps imaginaire, le dialogue, né de la désincarnation du praticien. La désincarnation que PIEROBON évoque est à comprendre au sens d'une désingularisation et de la maîtrise d'un exercice qui consiste à oublier son propre corps tel que le praticien le vit de l'intérieur avec ses émotions, ses impressions sensorielles, sa mythologie personnelle, son roman familial.

Cette description phénoménologique de l'entretien PNL sur 12 pages à l'écriture difficile est assurément un exercice de style qui mérite le détour tant il montre dans quels méandres peut s'aventurer un esprit quand il est privé de l'indispensable prise de feedback nécessaire pour explorer un processus aussi complexe que varié que peut l'être un entretien PNL.

Son intervention me semble être une illustration exemplaire de que je pourrais qualifier le talon d'Achille de cet ouvrage.

Je ne peux que me demander combien d'entretiens PNL monsieur PIEROBON a-t-il observé ? Combien de praticiens différents a-t-il observé ?

En l'absence de réponse à ces questions, je ne peux que me contenter d'extraire quelques éléments de son discours. Son propos a ainsi le mérite de reconnaître ce que tout praticien chevronné est amené à rencontrer à savoir la nécessité dans le chef du praticien de s'absenter dans la relation :

Il est là pour ne pas être là : il ne parle pas de lui-même ni à partir de lui-même mais il fait parler autrui et parle à partir de lui. Cet autrui est le patient. (p 255)

Le praticien n'agit ... que pour mettre son patient en position d'agir-changer. (p 255)

PIEROBON rejoint là le propos de GELY quand il souligne l'effet de la pratique PNL qui est de renouer la dimension cognitive et la dimension dynamique dans l'action

PIEROBON termine en abordant la difficile question de l'éthique⁵ et avance que la PNL est foncièrement éthique en ce qu'elle vise à permettre au patient de « se sentir mieux ». Cette affirmation me paraît rapide. Elle élude la question de l'intention première de la pratique de la PNL. Est-elle de faire émerger la compétence qui consiste à gérer le changement (dans le cadre thérapeutique) et de transférer celle-ci pour permettre à d'autres de produire des effets comparables ou bien de découvrir « comment l'on soigne ... et de soigner des personnes réelles » (Pierobon chapitre 7). On voit ici que le cadre de départ – la PNL est une approche psychothérapeutique - imposé par ESSER conditionne toute la réflexion qui en découle.

En conclusion, cet ouvrage est audacieux et assurément une première dans le monde PNL. Il peut donc s'attendre à ne pas être accueilli les bras ouverts par l'ensemble de la communauté PNL, surtout celle qui privilégie une PNL suffisamment simple pour être « vendue » au plus grand nombre. Il reste à se poser la question de savoir si les regards de chaque intervenant, aussi diversifiés soient-ils, se sont vraiment posés sur la PNL dans son ensemble ou sur une PNL particulière, chère à la directrice de l'ouvrage.

Le débat est ouvert !

Christian Vanhenten

⁵ PIEROBON résume la question éthique comme étant « que faire en plus pour que ce que l'on fait soit *bien* fait et fasse le *bien* ? » et la reformule pour tenir compte de la singularité de la PNL.

