

# Les Trois Positions Perceptuelles

L'idée de multiples points de vue d'une même situation est un des concepts clés en PNL.

## 1) Première position :

C'est la situation telle que je la perçois ( l'ai perçue) de mon point de vue uniquement. J'évalue et je juge la situation de mon point de vue, avec mes références, critères et équivalences concrètes de critères. C'est une position associée par excellence.

## 2) Deuxième position :

C'est le point de vue de l'autre personne (partie), telle qu'elle la vit. Ce qu'elle perçoit de moi et de notre interaction. Il s'agit d'une position dissociée de notre point de vue et associée au point de vue de l'autre. Nous essayons de comprendre, d'évaluer et de juger notre interaction à partir du modèle du monde de l'autre personne, de ses critères, croyances et équivalences.

## 3) Troisième position :

C'est un point de vue en dehors du système formé par moi et l'autre où :

- ☞ nous observons avec curiosité le système d'interaction entre notre modèle du monde et celui de notre interlocuteur : *En quoi ce que je fais déclenche-t-il la réponse de l'autre (la plus logique dans son modèle du monde) et en quoi en retour sa réponse déclenche-t-elle notre action suivante ?*
- ☞ nous découvrons comment nous pourrions avoir un impact positif sur le système d'interaction entre nous et l'autre en agissant sur la part de l'interaction sur laquelle nous avons le contrôle : *" Que pourrais-je faire de différent, tenant compte de ce que j'ai découvert en 2ième et 3ième position pour modifier notre interaction dans un sens plus positif ? "*

**Nous pouvons recycler dans ces 3 positions perceptuelles autant de fois que nécessaire pour trouver une solution à un problème , qui respecte et combine la satisfaction de nos deux modèles du monde.**

