

CONGRUENCE ET INCONGRUENCE

Une personne est congruente lorsqu'il y a accord parfait entre ce qu'elle pense et ressent d'une part et ce qu'elle dit et montre d'autre part.

Cet état est observable au fait que les messages verbaux (*what I say*), et non verbaux (*what I mean*) qu'elle communique vont dans la même direction.

Une personne est incongruente lorsqu'il y a un écart entre ce qu'elle pense et ce qu'elle dit.

Dans ce cas on peut remarquer une divergence entre certains des messages verbaux et non verbaux observables.



Attention ! Il ne s'agit pas, ici, de penser à une quelconque hypocrisie de la part de notre interlocuteur.

L'incongruence est souvent inconsciente, elle est souvent due à un conflit interne, conscient ou pas.

En PNL, inconscient = Ce qui n'est pas encore conscient.

POUR REPERER LES INCONGRUENCES, ETRE ATTENTIF A :

1. Position du corps (asymétrie par ex.)
2. Gestes.
3. Ton de la voix.
4. Rythme (hésitations).
5. Changement de volume.
6. Intonations (certaines intonations sont des équivalents non verbaux de « *oui, mais...* »)
7. Langage (être attentif à des mots comme : « *mais* », « *excepté* », « *d'un autre côté* », « *honnêtement* », « *sincèrement* », « *vraiment* », « *essayer* », qui dans un certain contexte sont révélateurs d'une probable incongruence.)
8. Propos sarcastiques.

RAPPEL DES ELEMENTS OBSERVABLES DANS LES SYSTEMES VISUELS ET AUDITIFS :

VISUEL

Gestes

Expressions du visage

Postures

Mouvements

AUDITIF

Ton

Rythme

Volume

Intonation

Mots

EVIDENCE COMMUNICATION

Ancienne école du haut 26230 VALAURIE

Tel et Fax 04 75 98 54 51

Site : <http://perso.wanadoo.fr/evidence.com>