

Plongée dans la PNL



💡 Vous êtes plutôt du genre à voir ce qui ressemble... ou ce qui diffère ?

👉 Imaginez :

Vous comparez votre situation actuelle à celle d'il y a un an. Vous insistez sur les points communs ? Ou au contraire sur tout ce qui a changé ?

Au boulot, vous remarquez en premier ce qui marche comme avant... ou ce qui cloche et doit être modifié ?

Bonne nouvelle : Ce n'est pas un hasard ! C'est le métaprogramme "Match / Mismatch" qui entre en jeu.

Définition



✓ Match :

La personne repère en priorité ce qui est similaire, ce qui est conforme à ses critères. Elle mettra l'accent sur les points communs, la continuité.

✗ Mismatch :

La personne voit d'abord les différences, ce qui manque ou ce qui déroge à ses critères. Elle pointera surtout ce qui a changé, ce qui ne correspond pas.

✓ ✗ Et certaines personnes voient les deux (match et mismatch) et font spontanément des comparaisons équilibrées.

Comment les repérer ?



💡 Posez cette question :

"Quelle est la relation entre votre situation aujourd'hui et celle d'il y a un an ?"

🔑 Exemples concrets - Vie privée :

- Match: « Cette année, comme l'an dernier, je fais toujours du sport régulièrement et j'ai gardé mes bonnes habitudes alimentaires. »
- Mismatch : « L'année dernière je courais, maintenant je me suis mis(e) au yoga, c'est totalement différent ! »
- Mix (les deux) : « J'ai toujours mon entraînement sportif, mais j'ai changé mes horaires. Au travail, on a conservé nos rituels d'équipe, mais on a adopté un nouveau logiciel. »

Comment les repérer ?



💡 Posez cette question :

"Quelle est la relation entre votre situation aujourd'hui et celle d'il y a un an ?"

🔑 Exemples concrets - Vie professionnelle :

- Match: « Notre équipe utilise les mêmes outils qu'avant, la dynamique reste la même, on avance dans la même direction. »
- Mismatch : « On a changé de projet, de manager et de méthodes de travail, rien n'est comme avant. »
- Mix (les deux) : « J'ai toujours mon entraînement sportif, mais j'ai changé mes horaires. Au travail, on a conservé nos rituels d'équipe, mais on a adopté un nouveau logiciel. »

Les + et les -



✓ Points Positifs

- Match : Favorise la stabilité, le repérage de ce qui fonctionne déjà, rassure et consolide..
- Mismatch : Encourage l'innovation, l'amélioration, la remise en question, évite la stagnation.

✗ Points d'attention :

- Match : Peut ignorer les signaux de changement nécessaires, négliger l'évolution.
- Mismatch : Peut devenir trop critique, insatisfait, difficile à contenter.

Collaboration efficace



Avec un profil "Match" :

- Soulignez ce qui demeure stable, ce qui marche bien.
- Montrez comment les projets s'inscrivent dans la continuité.

Avec un profil "Mismatch" :

- Insistez sur ce qui a changé pour le mieux, ce qui peut être amélioré.
- Mettez en avant les nouvelles opportunités et transformations en cours.

Motivation



🤝 Avec un profil "Match" :

Motivé par la stabilité, le maintien des bonnes pratiques, la cohérence.

🤝 Avec un profil "Mismatch" :

Stimulé par la nouveauté, les améliorations, le sentiment de progrès via le changement.

Conclusion



🔥 Et vous, plutôt "Match" ou "Mismatch" ?

💡 Comprendre ce métaprogramme vous aide à mieux communiquer, motiver et collaborer, que ce soit chez vous ou au bureau.

👉 Rejoignez notre formation pour explorer les métaprogrammes en détail et développer des relations professionnelles et privées plus fluides !

10 métaprogrammes fréquents



Les 10 métaprogrammes à découvrir ! 

1. Cadre de référence (interne/externe)
2. Motivation (aller vers/ s'éloigner de)
3. Filtre de changement (match/mismatch)
4. Orientation (global/détail)
5. Cadre de relation (indépendant/associatif)
6. Raison (possibilité/nécessité)
7. Style décisionnel (direct/consultatif)
8. Cadre temporel (court/long terme)
9. Interaction sociale (introverti/extraverti)
10. Réactivité (actif/réceptif)

Stay tuned !



Curieux ? 🚀 Restez connectés pour découvrir votre métaprogramme préféré ! Et pourquoi pas vous inscrire à une de nos formations ? 😊

Vous voulez en savoir plus sur vos filtres mentaux ? Suivez notre série et plongez dans les mystères de la PNL. Formation, révélations, et bonnes vibes garanties ! ✨