

# INTENTIONS COGNITIVES

Une brève introduction à vos raccourcis de réflexion

INDIVIDUALISTE

PROCÉDURES

RÉF. EXTERNES

FAIRE

TOUCHER

INFLUENCE

PROPRE

PERSONNES

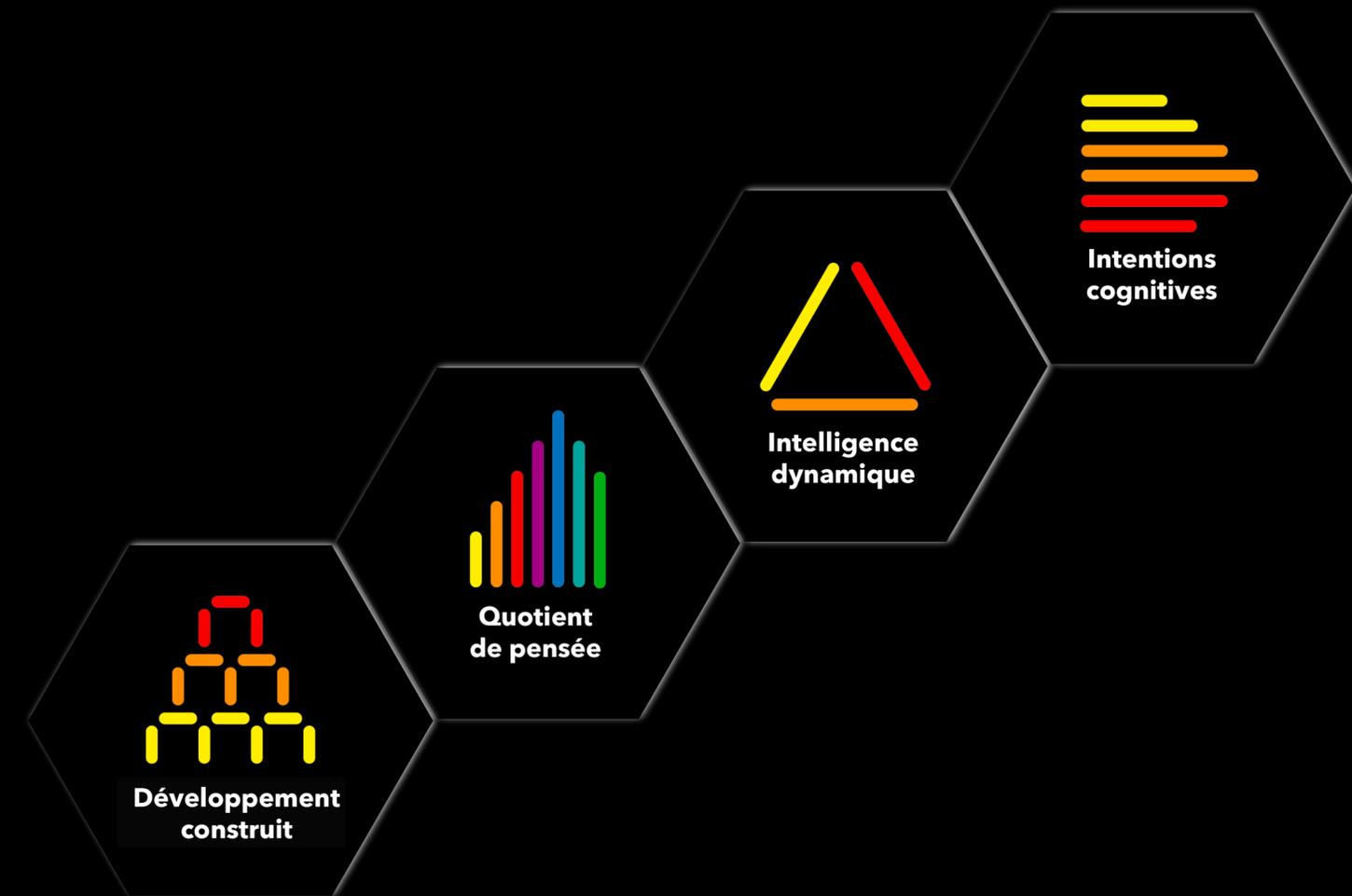
PASSÉ

PRÉSENT

LIEUX

RÉ-ACTIF

RELATIONS



Dr Darren Stevens & Patrick Stam



INDIVIDUALISTE

PROCÉDURES

RÉF. EXTERNES

FAIRE

TOUCHER

INFLUENCE

PROPRE

PERSONNES

PASSÉ

PRÉSENT

LIEUX

RÉ-ACTIF

RELATIONS

# D'OU VIENNENT-ELLES ?

Les méta-programmes ont été trouvés à l'origine dans le domaine de la programmation neuro-linguistique (PNL), qui est un modèle d'être au monde développé à partir de la psychologie cognitive et de la linguistique.

La PNL a été développée au début des années 1970 par un informaticien et un linguiste.

Bandler et Grinder (1975) ont respectivement défini la PNL comme :

"L'étude de ce qui fonctionne dans la pensée, le langage et le comportement".

La PNL a fait l'objet de nombreux examens au cours des deux dernières décennies et a été rejetée comme une pseudo-science par beaucoup, en raison du manque de preuves évaluées par des pairs de l'efficacité des techniques utilisées et de l'absence d'une définition généralement acceptée.

Dans une revue systématique, il a été constaté que :

« Le fait même qu'il n'y ait pas de définition convenue de la PNL indique à quel point nous avons peu de preuves de ses avantages. La conclusion de l'étude reflète la quantité et la qualité limitées de la recherche en PNL ».

À la suite de son examen, Sturt n'a pu utiliser que 10 citations sur 1459 de la PNL.

La faible qualité de la publication de la PNL était également une observation de Witkowski dans sa revue de 2010 sur la PNL. Un sondage Delphi est privilégié lorsque l'avis d'experts est requis, lorsque le sujet est complexe et qu'une structure hiérarchique d'opinion est nécessaire. La PNL a été incluse dans un sondage Delphi en 2006, évaluant les opinions des psychologues sur ce qu'ils considéraient comme des méthodes psychologiques discréditées, la PNL obtenant un score de 3,87 où 4 = probablement discrédité.

Il était donc important de séparer suffisamment les méta-programmes de la PNL pour justifier une attention individuelle.



INDIVIDUALISTE

PROCÉDURES

RÉF. EXTERNES

FAIRE

TOUCHER

INFLUENCE

PROPRE

PERSONNES

PASSÉ

PRÉSENT

LIEUX

RÉ-ACTIF

RELATIONS

Bien que de nombreuses personnes prétendent avoir développé des méta-programmes en premier, cela ne peut pas être fermement établi dans la littérature, et en tant que tel, on pense que les méta-programmes sont apparus lorsque Cameron-Bandler a découvert au début des années 1980 que parfois, les techniques de PNL qu'elle démontrait ne fonctionnaient pas, et les raisons pour lesquelles elles n'ont pas fonctionné (basées sur la façon dont le public a reçu et trié les données) ont formé la liste originale des méta-programmes.

Hall et Bodenhamer ont identifié environ 60 méta-programmes dans cinq grandes catégories dans leur livre « Figuring Out People », soit « Comprendre les gens ».

Arne Maus dans son livre 'Oubliez la Motivation', a renommé les méta-programmes en 'préférences de pensée' et les a définis ainsi :

1. Chaque préférence doit, au moins potentiellement, être trouvée chez toutes les personnes.
2. Chacun doit avoir un modèle qui se répète constamment.
3. Chacun doit couvrir toutes les possibilités.
4. Chacun doit être pertinent par rapport au contexte choisi.

Selon la littérature, il existe des traits communs entre la définition de ce que sont les méta-programmes et ce qu'ils font :

Presque tous les chercheurs se réfèrent à une Préférence de Pensée comme un méta-programme, cependant la différence est claire quand on considère Réf. Interne et Réf. Externe comme des Préférences de Pensée, et leur combinaison comme un Méta-Programme appelé « Référence ».

Il y a 50 préférences de pensée individuelles

Il y a 20 groupes de méta-programmes

Chaque chercheur les appelle des choix binaires.

Par exemple, « Aller vers » est toujours opposé à « S'éloigner de ».



INDIVIDUALISTE

# S'ÉLOIGNER DE L'ARÈNE DE LA PNL

PROCÉDURES

Lorsqu'ils sont enseignés dans le cadre du système PNL, les méta-programmes déterminent la forme ou la structure de notre pensée, le "comment nous pensons" et non le quoi, et ils existent à un niveau supérieur, ou "méta", à notre pensée.

RÉF. EXTERNES

Certains praticiens ont qualifié les méta-programmes de « styles de pensée », mais cela ne les définit pas correctement.

FAIRE

L'intention était claire dans la mesure où chaque méta-programme était considéré comme un style de pensée, cependant, individuellement, ce ne sont pas des styles en soi.

TOUCHER

Au lieu de cela, ce sont des modèles habitués de tri et de hiérarchisation des données sensorielles par rapport à la réponse aux stimuli, et en tant que tels, n'offrent aucun « style » jusqu'à ce qu'ils soient combinés d'une myriade de façons.

INFLUENCE

Les façons dont les 50 méta-programmes se combinent produisent des résultats de pensée et de comportement très différents pour chaque personne, et en tant que tel, une combinaison spécifique pourrait être considérée comme un « style de pensée », tel que régi par l'intention inconsciente de la personne sur le moment.

PROPRE

Les méta-programmes ont été liés à divers éléments de la psychologie au fil du temps et ne sont pas sans fondement psychologique. Les gens utilisent un langage et des comportements spécifiques lorsqu'ils communiquent, et quand on sait ce qu'il faut rechercher, des méta-programmes peuvent être identifiés. Si les méta-programmes de deux individus ne correspondent pas au cours d'une conversation, il y aura un certain malentendu ou un désaccord.

PERSONNES

PASSÉ

Lorsque la communication est altérée, elle altère également les interactions sociales, en particulier dans un contexte social tel que le milieu universitaire. Une idée est qu'une personne qui est principalement « visuelle » utilisera un langage « visuel », tel que : « Je vois ce que vous dites », mais une personne qui est principalement « auditive » utiliserait un langage tel que : « Ça sonne tel une cloche'.

PRÉSENT

LIEUX

L'inadéquation de ce méta-programme peut entraîner une inadéquation de la langue, ce qui peut constituer un obstacle à la communication.

RÉ-ACTIF

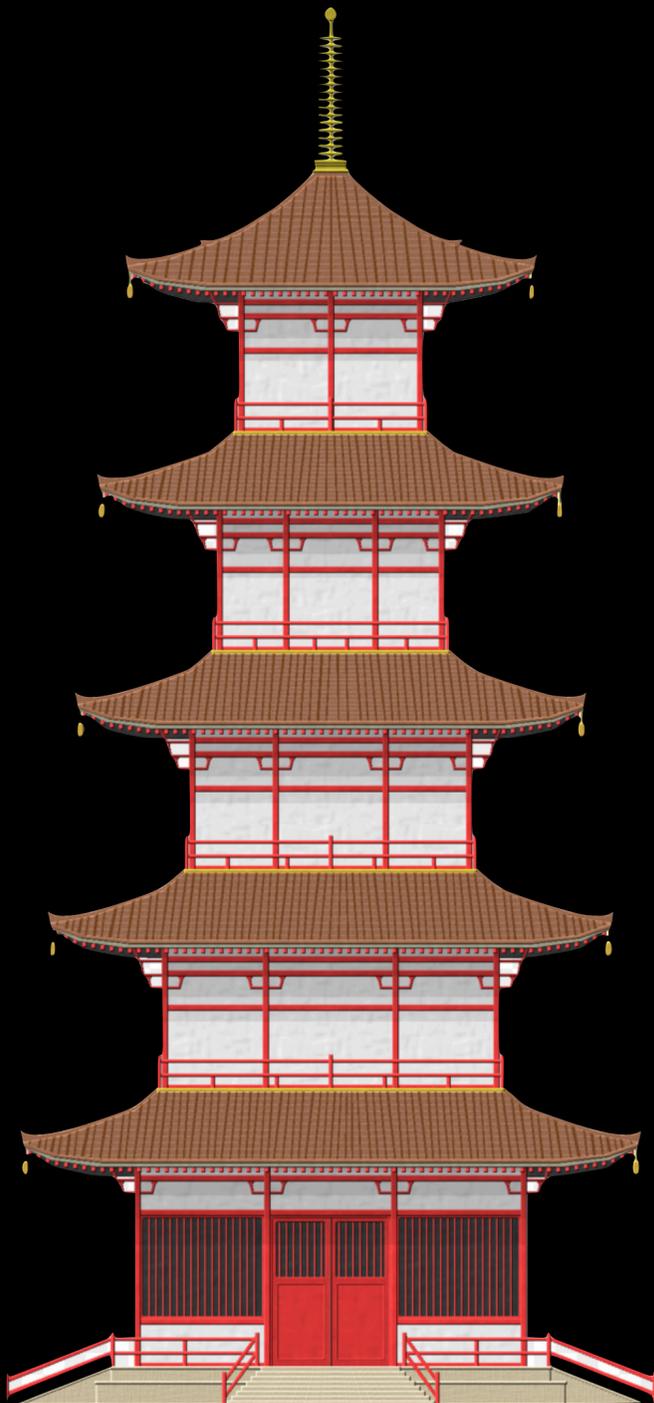
RELATIONS

Cependant, Stevens suggère qu'il ne s'agit pas simplement d'un décalage dans la communication, mais d'un décalage dans notre sens. Dans cette nouvelle perspective, il ne s'agit plus d'un problème de PNL, mais d'un problème de développement car nous examinons le sens derrière l'utilisation de chaque méta-programme. Nous avons maintenant une carte des méta-programmes aux niveaux de développement des adultes par des chercheurs tels que Robert Kegan et Otto Laske.





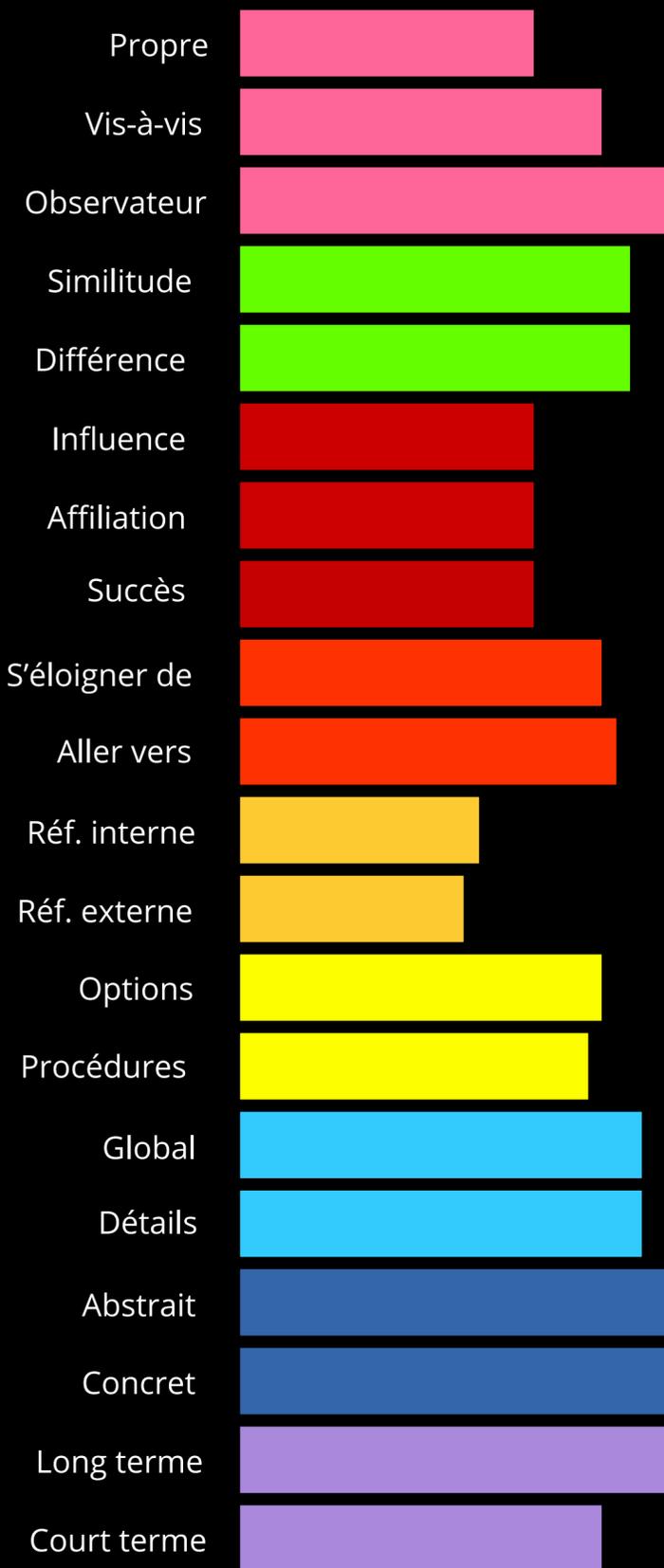
# ALIGNEMENT SUR LE DÉVELOPPEMENT DES ADULTES



Une autre perspective sur les méta-programmes a été notée par Scott Pochron en 2014 qui a suggéré que les méta-programmes pourraient s'aligner sur les étapes de Robert Kegan au moyen d'états physiologiques habitués. Une fois habitués, ces états s'installent en tant que méta-programmes, bien qu'à un niveau inconscient. En utilisant des méta-programmes spécifiques décrits dans ses recherches de maîtrise, Pochron les a cartographiés individuellement aux stades de Kegan, en supposant que les méta-programmes en tant que filtres perceptuels se déplacent à mesure que les individus se développent vers des stades plus élevés. Cependant, bien que Pochron ait qualifié un certain nombre de ces députés de "développementaux", il n'a pas abordé l'intention et la conscience du méta-état (sous-entendu aux stades supérieurs de Kegan) à partir d'une position de choix par l'individu, et a donc omis le plein potentiel de combiner des méta-programmes pour former des styles de pensée uniques qui correspondent aux niveaux de développement des adultes. La recherche sur le développement des adultes nous indique que le niveau de conscience de soi d'un individu est bien inférieur à sa propre perception de celui-ci, et que le besoin de rétroaction externe est primordial si nous voulons grandir. Là où cela correspond aux stades de développement de l'adulte, c'est dans le point de départ de l'auto-réflexion de la personne. Une personne au stade 4 de Kegan (pensée auto-écrite) aura une compréhension plus profonde de sa relation avec sa propre pensée qu'une personne au stade 2. Cependant, ces positions ne sont pas innées et doivent être montrées à la personne sous la direction externe d'un autre plus complexe. Dr. Stevens a montré qu'une mesure de la conscience de soi dans une perspective de méta-programme serait avantageuse comme voie de croissance à travers les niveaux de développement verticaux.



# UNE PERSPECTIVE ALTERNATIVE



D'après la littérature sur les méta-programmes, il ressort qu'ils ont une multitude d'applications et qu'il y a eu de nombreuses études par des universitaires tels que Brown et Daniels, qui les ont utilisés comme méthodes individuelles et collectives pour déterminer comment ils sont utilisés dans le contexte.

Cependant, Dr. Stevens a démontré un potentiel pour les utiliser pour plus que ce qui était couvert dans la littérature, et une compréhension de la façon dont ils interagissent les uns avec les autres, ainsi que la conscience d'une personne de cette interaction.

Jusqu'à présent, aucun de ceux-ci n'a été mesuré dans aucune étude.

Du point de vue de la conscience de soi, Dr. Stevens a montré que l'exposition à notre utilisation inconsciente de méta-programmes avait une influence positive sur notre conscience de soi.

Une autre perspective sur les intentions cognitives est leur potentiel de conformité à la définition d'un ensemble perceptif. Un ensemble perceptif fait référence à une prédisposition à percevoir les choses d'une certaine manière. Nous avons souvent tendance à ne remarquer que certains aspects d'un objet ou d'une situation tout en ignorant d'autres détails.

Cette remarque s'aligne directement sur les méta-programmes de « Similitude » et « Différence », par lesquels un individu filtre initialement pour la Différence en général.

Ce qui n'a pas été défini, c'est si un individu est capable d'effectuer cette « observation » avec une intention consciente, ce qui soutient davantage la nécessité d'une redéfinition avec une compréhension plus profonde de ce qu'une paire de méta-programmes réalise du point de vue de la conscience.



# UNE PLONGÉE PLUS PROFONDE

L'expérience perceptive concerne nos croyances sur notre environnement, en ce sens qu'elle aide à les justifier et à représenter le monde qui nous entoure dans ce que nous voyons & entendons. Trois questions ont motivé l'étude de l'expérience perceptive qui nous aide à la déconstruire:



1. La question épistémologique demande comment notre expérience perceptive justifie nos croyances et donne une connaissance de notre environnement étant donné que l'expérience perceptive peut être trompeuse ?
2. La question de l'esprit demande si l'expérience perceptive provoque des états mentaux conscients dans lesquels notre environnement nous apparaît d'une certaine manière : "la carte n'est pas le territoire".
3. Enfin, la question Information demande comment un système sensoriel convertit-il une myriade d'entrées informationnelles en représentations mentales que nous attribuons ensuite au monde ?

Avec ces trois questions à l'esprit, Dr. Stevens a démontré que l'utilisation d'une heuristique cognitive basée sur notre expérience passée de notre environnement est la clé de notre conscience de soi en contexte. Restait à mesurer cette conscience de soi pour une croissance future. Afin de comprendre cette nouvelle sortie, nous avons besoin d'un outil de profil capable de le mesurer.

Dr. Stevens a choisi l'Identity Compass, car il est capable de mesurer plus que les méta-programmes de définition standard.

Il a montré qu'il mesurait également l'intention et la conscience d'une personne, ce qui conduit au choix et à la réponse.

Par conséquent, Dr. Stevens a fait valoir - via la TDC\* - que l'étiquette de « méta-programme » est un terme impropre,

et une étiquette plus fonctionnelle pour les cinquante méta-programmes découverts par l'Identity Compass est : **Intentions Cognitives !**

\*TDC en abrégé, Théorie du Développement Construit / En anglais: CDT en abrégé, Constructed Development Theory (Stevens, 2020)

Niveau QC
10,0
9,8
9,6
9,4
9,2
9,0
8,8
8,6
8,4
8,2
8,0
7,8
7,6
7,4
7,2
7,0



# ENFIN, UNE MESURE

En rassemblant toutes les facettes de sa réflexion concernant ce qu'il appelle maintenant les intentions cognitives, Dr. Stevens a pu déterminer que chaque sortie de profil du système Identity Compass était le style de pensée unique d'un client.

Et sur la base des scores pour chaque paire d'intentions cognitives, il pourrait déterminer un niveau de conscience de l'intention du client, ce qui conduit à un choix dans ses réponses.

Il les a convertis en nombres sur une échelle et le Quotient de Conscience (**QC**) est né.

Ainsi, le score atteint par chaque client Identity Compass (par exemple 6,6) est une mesure graduée de sa conscience de soi et de sa conscience de son utilisation des cinquante intentions cognitives.

Cette prise de conscience est ensuite introduite dans la conscience du client, généralement dans le processus de rétroaction.

Enfin, comme le suggèrent les données du Dr. Stevens, il existe une possibilité de changement dans les schémas de pensée habituels d'un client (ou style de pensée) avec le changement de la conscience de l'intention cognitive comme guide de cette dé-construction.



INDIVIDUALISTE

# RASSEMBLER LE TOUT

PROCÉDURES

En utilisant les travaux de Laske et Kegan sur les niveaux de pensée développementale des adultes, Dr. Stevens a séparé les 50 intentions cognitives en celles ayant des fondements socio-émotionnels ou cognitifs.

RÉF. EXTERNES

FAIRE

Par exemple : si une personne est principalement « procédurale », cela indique comment elle donne un sens à ses actions, et comme la création de sens est un attribut cognitif selon le cadre de développement cognitif (CDC) de Laske. C'était une hypothèse naturelle d'aligner la procédure avec la complexité cognitive.

TOUCHER

INFLUENCE

Selon la littérature, la direction «opposée» de l'intention est «Options» et serait considérée comme une réponse émotionnelle à une tâche, et qui concerne la création de sens.

PROPRE

PERSONNES

Le même principe peut être appliqué aux 48 autres intentions cognitives afin de donner une clé sur la façon dont nous déverrouillons notre pensée de trois manières potentielles :

PASSÉ

la création de sens ; le sens, et une position épistémique globale.

PRÉSENT

L'échelle QC est donc une mesure de notre position épistémique (ou conscience de notre conscience de soi).

LIEUX

RÉ-ACTIF

Une notion de base du quotient de conscience, basée sur les niveaux de développement, est qu'il existe certaines capacités de réflexion (dans le contexte) qui sont disponibles pour les personnes aux niveaux supérieurs de la pensée complexe qui ne sont pas disponibles pour les penseurs de niveau inférieur. Cela a été mis en évidence dans l'analyse factorielle des études du Dr. Stevens, et donc les fondements du quotient de conscience sont soutenus.

RELATIONS

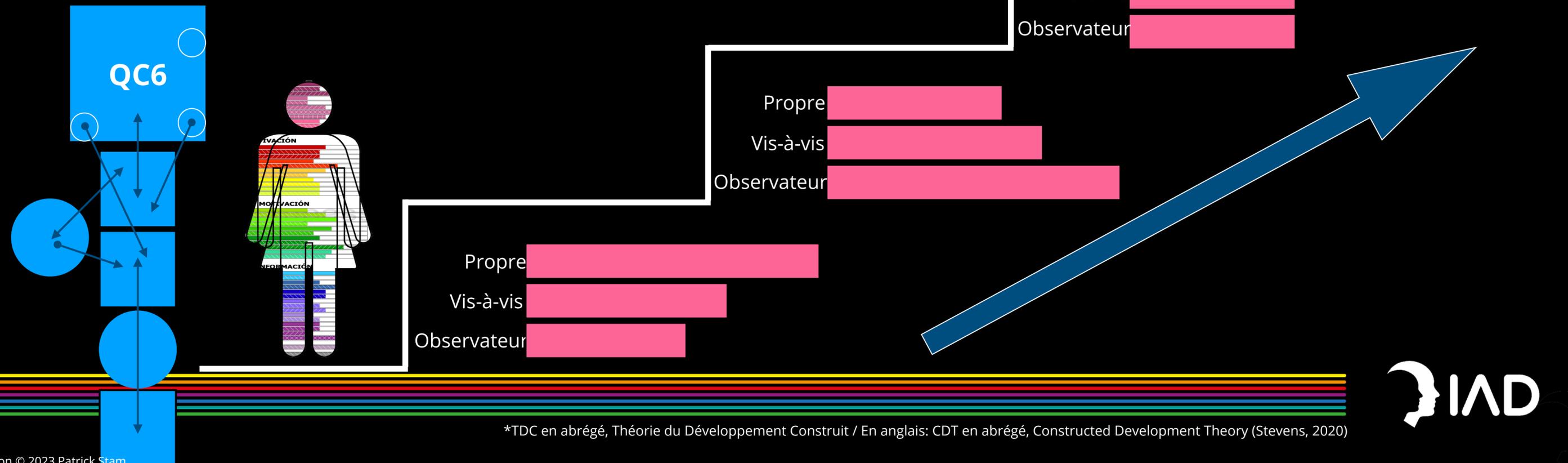


# LE RÉSULTAT

Les intentions cognitives dans le domaine de la **TDC\*** offrent bien plus que ce que la sagesse conventionnelle suggère, donc via le quotient de conscience (**QC**), nous savons non seulement ce dont votre complexité de pensée a besoin pour se développer, mais aussi COMMENT nous la développons spécifiquement.

Ceci est unique pour vous.

Aucun autre système sur le marché n'offre ce degré de spécificité et de croissance verticale, et tout dépend de la façon dont nous comprenons les intentions cognitives.



\*TDC en abrégé, Théorie du Développement Construit / En anglais: CDT en abrégé, Constructed Development Theory (Stevens, 2020)

INDIVIDUALISTE

PROCÉDURES

RÉF. EXTERNES

FAIRE

TOUCHER

INFLUENCE

PROPRE

PERSONNES

PASSÉ

PRÉSENT

LIEUX

RÉ-ACTIF

RELATIONS

# M E R C I



Contactez l'IAD dès aujourd'hui pour discuter  
de votre parcours professionnel CNS

+41 79 124 75 22

patrick@AdultDevelopment.Institute

fr.AdultDevelopment.Institute



\*CNS en abrégé, Coaching de Niveau Supérieur / En anglais: NLC en abrégé, Next Level Coaching (Stevens, 2020)