

LA PENSÉE

À quel point habile est votre pensée en ce moment?¹

Il n'y a rien de plus pratique qu'une pensée saine. Peu importe les circonstances ou les buts, peu importe où vous vous trouvez ou les problèmes que vous devez affronter, vous vous en sortirez mieux si vous êtes habiles à penser. Que vous soyez étudiant, client, employé, citoyen, amoureux, ami, parent – dans toutes les situations de votre royaume et de votre vie – bien penser rapporte. Dans le cas contraire, une piètre pensée cause inévitablement des problèmes, fait perdre temps et énergie et engendre des frustrations et douleurs.

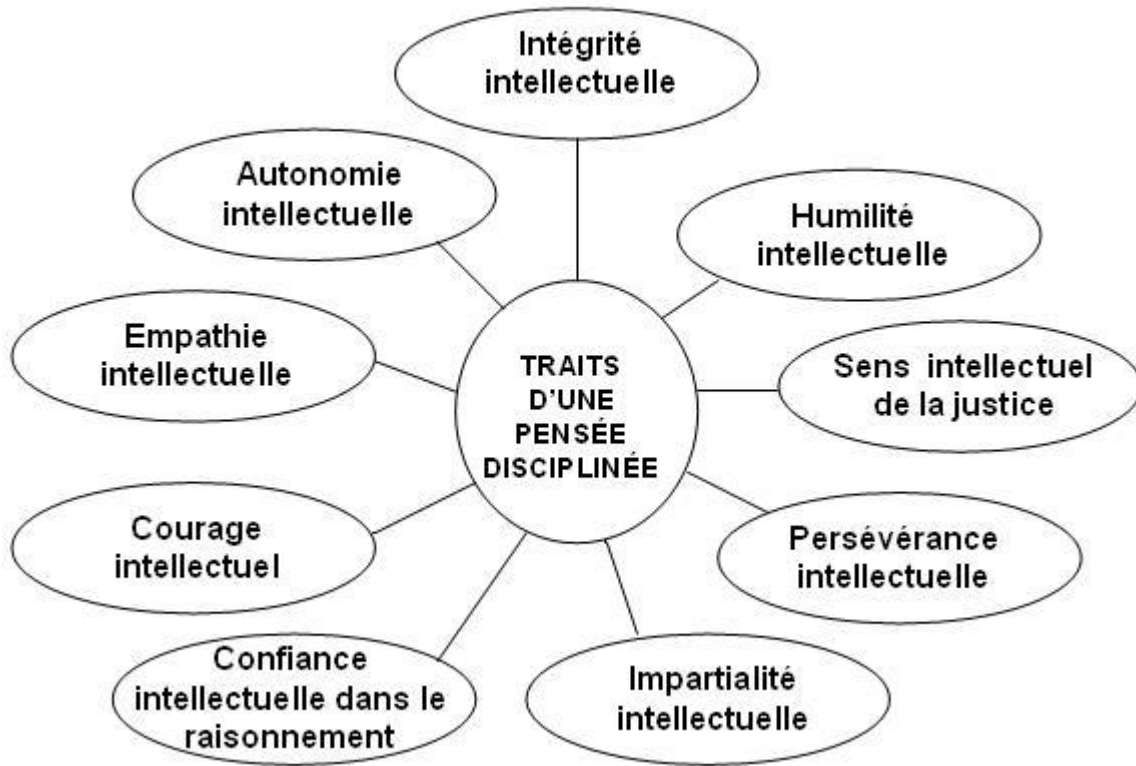
La pensée critique est la discipline qui assure que vous utilisez la meilleure pensée selon vos capacités, et ce, dans toutes les circonstances. La pensée a comme but général d'établir les prémisses pour mieux comprendre. Nous avons plusieurs choix à faire. Nous avons donc besoin de la meilleure information qui rendra possible la meilleure décision.

Qu'est-ce qui se passe vraiment dans telle ou telle situation? Est-ce que telle personne s'intéresse vraiment à moi? Est-ce que je me déçois moi-même lorsque je pense de telle façon? Quelles sont les conséquences auxquelles je risque de faire face si j'évite de faire telle chose? Si je veux faire telle chose, quelle est la meilleure façon de me préparer? Comment puis-je mieux réussir en faisant telle chose? Est-ce mon plus grand problème ou devrais-je me centrer davantage sur cette autre chose? Répondre efficacement à de telles questions fait partie du rôle de la pensée quotidiennement. C'est la raison pour laquelle nous sommes des penseurs.

Dans tout ce que vous ferez, rien ne vous garantira que vous allez trouver la « vérité » sur quoi que ce soit, mais il existe une façon pour vous améliorer. L'excellence de la pensée et l'habileté à penser sont des possibilités réelles. Toutefois, pour maximiser la qualité de votre pensée, vous devez apprendre à devenir un critique efficace de votre pensée, vous devez faire de votre pensée un apprentissage prioritaire.

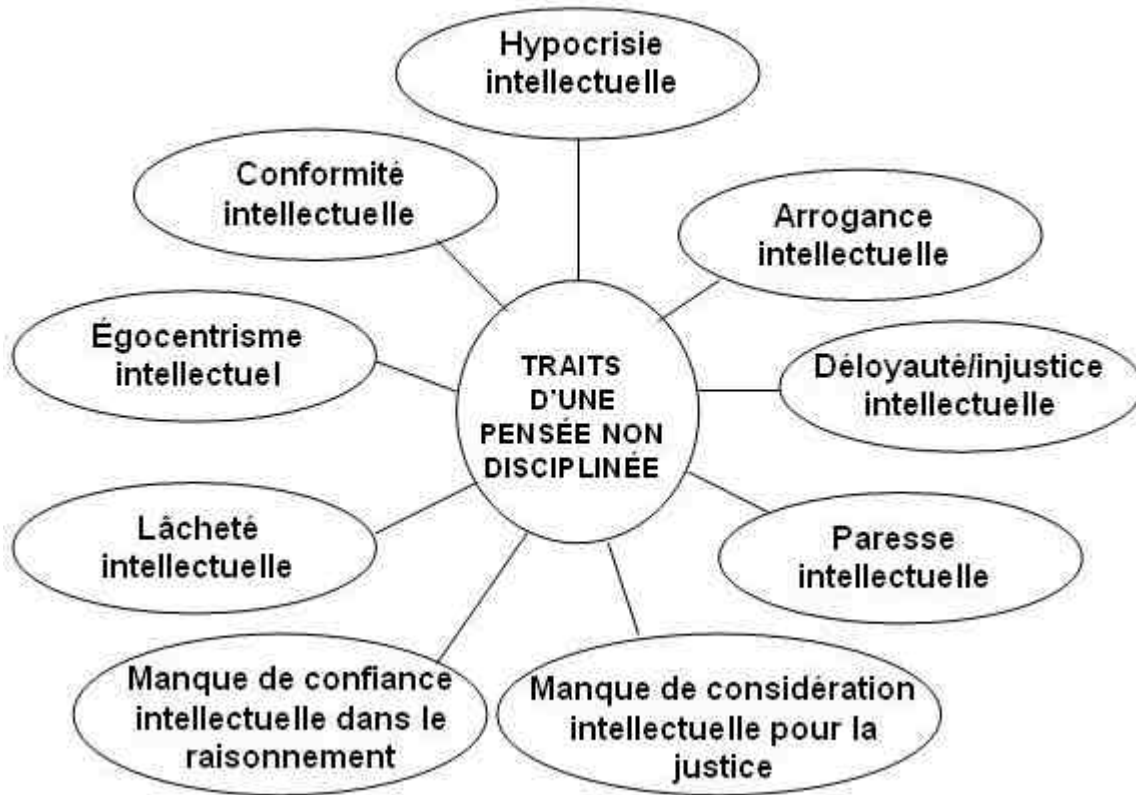
¹ Source : Excerpts taken from RICHARD, Paul et Linda ELDER. *Critical Thinking: Tools for Taking Charge of Your Learning and Your Life*. www.criticalthinking.org

VERTUS INTELLECTUELLES DE LA PENSÉE



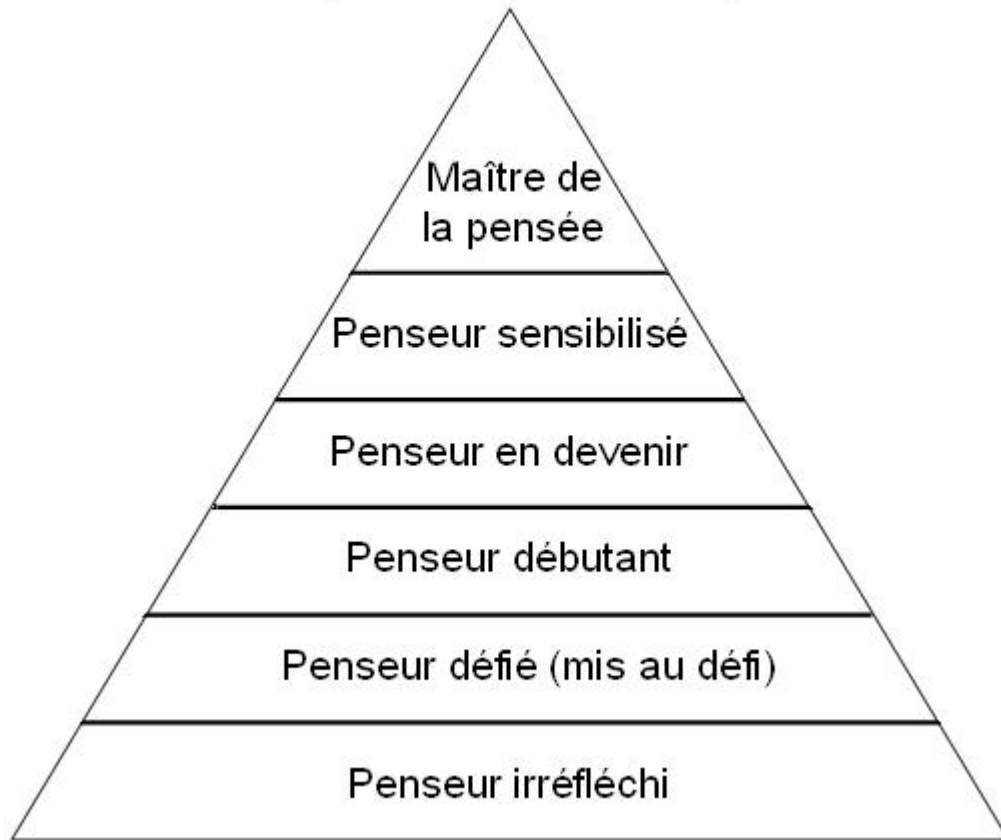
Les vertus intellectuelle de la pensée sont des traits et caractéristiques des habitudes intellectuelles interreliées qui rendent une personne apte à s'ouvrir, à se discipliner et à améliorer son fonctionnement mental.

LES CONTRAIRES DES VERTUS INTELLECTUELLES



Ces traits et caractères sont les contraires des vertus intellectuelles. Notre disposition normale de les développer est une raison importante pourquoi nous devons développer des traits de compensation.

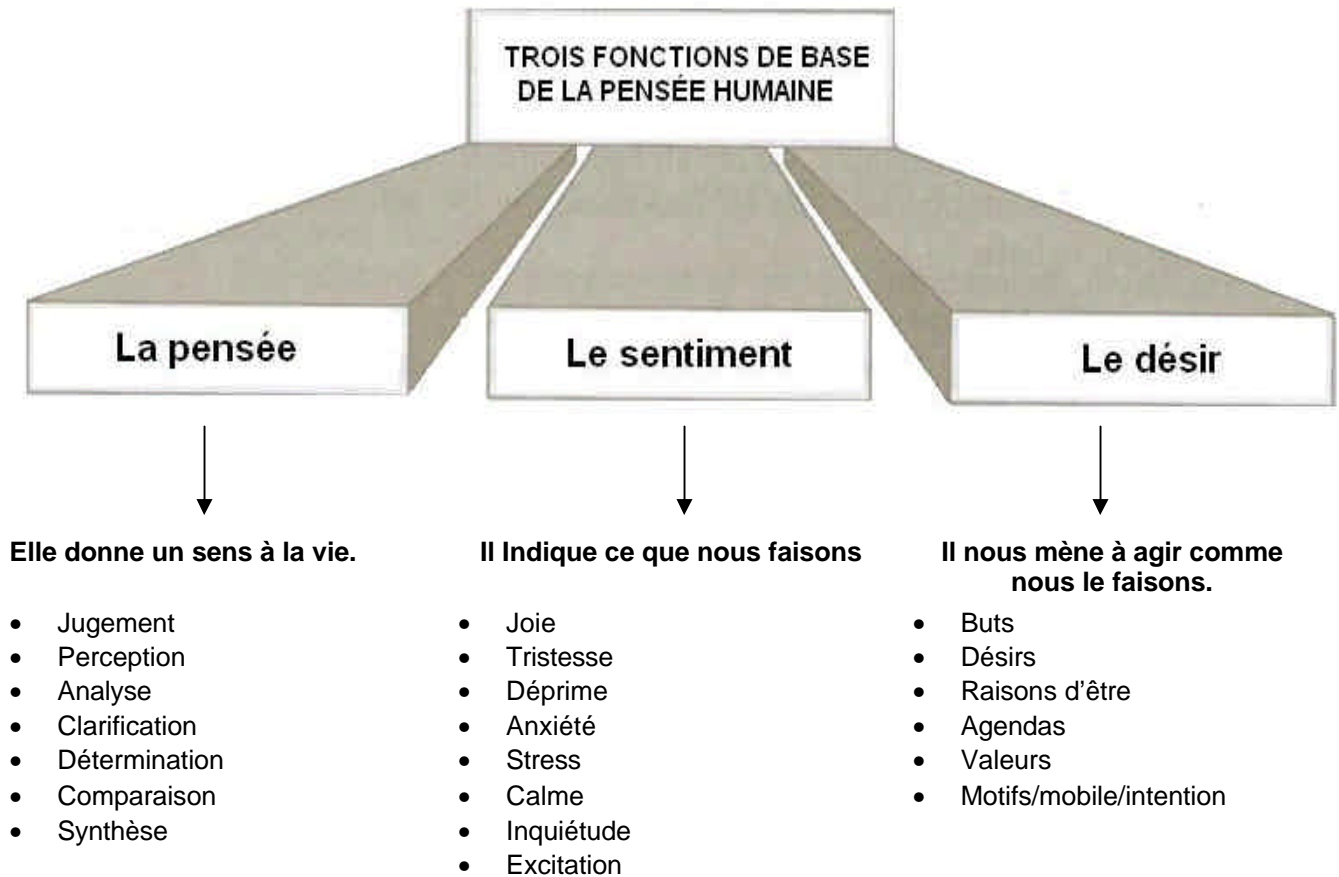
Étapes de la pensée critique



Où vous situez-vous dans cette pyramide? Rares sont ceux qui atteignent les deux derniers niveaux. De façon réaliste, on devrait se retrouver au 3^e ou 4^e niveaux de la pyramide, même après plusieurs années de travail. Toutefois, sur certains sujets, nous pourrions nous retrouver au 5^e niveau vers le sommet de la pyramide.

RECONNAÎTRE LA PENSÉE

TROIS FONCTIONS DISTINCTES DE LA PENSÉE

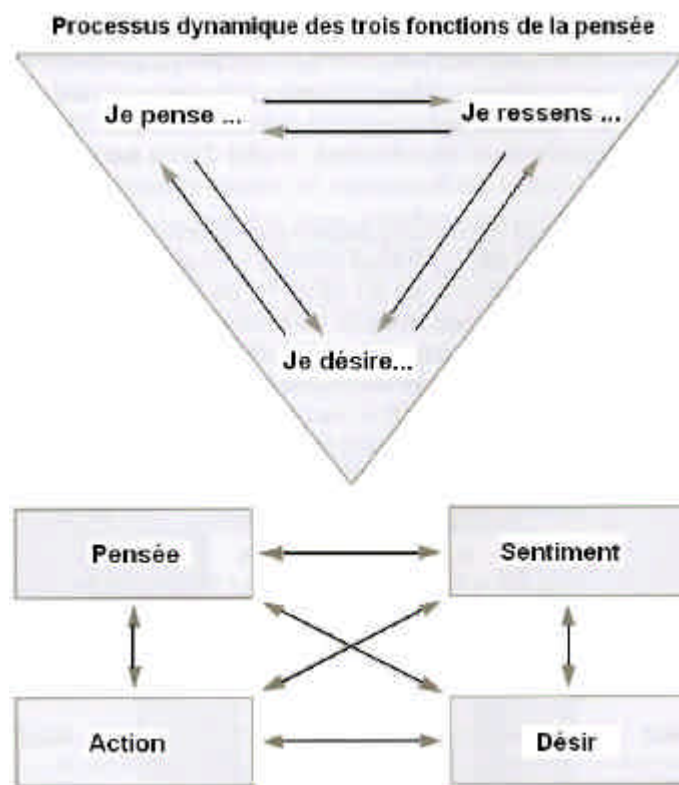


La pensée possède trois fonctions de base : la pensée, le sentiment et le désir.

1. La fonction liée à « **la pensée** » a pour but de créer le *sens* – donner un sens aux événements de notre vie, classer ces événements en catégories, identifier des modèles pour nous. Cette fonction nous indique constamment « Voici ce qui est en train de se produire. Voici, c'est ce qui arrive. Remarque ceci! Note cela! ». C'est la fonction de la pensée qui cherche à comprendre.
2. La fonction du « **sentiment** » a pour but de contrôler ou d'évaluer la signification créée par la fonction de la pensée – évaluer dans quelle mesure l'événement en cours dans notre vie est positif ou négatif, donner un sens à la signification que nous lui donnons. Cette fonction nous dit constamment « C'est ainsi que tu te sens à propos de ce qui arrive dans ta vie. Tu t'en sors très bien. Prends garde, tu risques de te mettre dans le pétrin! »
3. La fonction du « **désir** » détermine l'énergie dont nous avons besoin pour effectuer l'action selon les définitions de ce qui est désirable et possible. La fonction du « désir » nous informe continuellement « Ceci vaut la peine d'obtenir. Vas-y à fond! », Ou encore, « ceci ne vaut pas la peine d'obtenir. Laisse tomber. »

Notre pensée nous communique continuellement trois types d'information : (1) ce qui arrive dans notre vie; (2) les sentiments que nous ressentons (positifs ou négatifs) au sujet des événements que nous vivons; et (3) les choses à poursuivre, sur lesquelles mettre nos énergies (en liens avec les numéros (1) et (2)).

De plus, il existe une interrelation intime et dynamique entre la pensée, le sentiment et le désir. Chacune influence continuellement les deux autres. Par exemple, nous *pensons* être menacés, nous *ressentons* la peur, et nous *désirons* inévitablement fuir cette attaque ce que nous pensons nous menace. Lorsque nous *pensons* un sujet, le fait qu'on exige de nous d'étudier a une relation sur nos vies et nos valeurs, nous nous *ennuyons* par l'éducation que cette étude exige et nous développons une *motivation* négative à l'égard de cette étude.



La pensée, le sentiment et le désir sont interreliés. Lorsqu'il y en a un, les deux autres sont aussi présents. Ces trois fonctions interagissent continuellement et s'influencent l'une l'autre dans un processus dynamique.