

TOUT COMPORTEMENT HUMAIN EST SOUTENU PAR UNE INTENTION POSITIVE

Par *Guillaume Leroutier*



Avez-vous réalisé que tout comportement humain est cohérent?

Cette cohérence apparaît lorsqu'on connaît le contexte dans lequel une personne a appris un comportement, une façon de faire, une attitude. Ne se demande-t-on pas où certaines personnes ont appris à conduire ?

C'est la raison pour laquelle, de façon principalement inconsciente, le comportement répond à une intention positive. Par exemple, lorsqu'un non-fumeur demande à un fumeur : « Mais pourquoi fumes-tu ? », ce dernier peut lui répondre : « Parce que ça me détend » ou « Ça me permet de gérer mon stress » ou « Ça me permet d'avoir plus d'assurance en société ».

Autour de l'âge de 2 ans, les enfants se mettent soudainement à dire « non » à leurs parents. « Veux-tu de la compote ? – Non ! » ; « Viens faire un bisou à Maman ? – Non ! » ; « Veux-tu regarder un livre avec papa ? – Non ! » ; L'intention positive de cette réponse de l'enfant à cet âge est de tester son entourage pour mieux en connaître les réactions, et de mieux mesurer ainsi le pouvoir qu'il a sur ce qui l'entoure. Autrement dit, il s'affirme. Et ce processus d'affirmation de soi essentiel pour son développement est son intention positive.

Qu'est-ce qui amène une personne à voler de la nourriture ? Cela peut être : « remplir son ventre affamé », « pouvoir nourrir sa famille » ou « braver l'interdit pour tester son courage ». Ce que fait une personne répond à une motivation plus profonde. C'est donc ce qui lui donne du sens. Et l'être humain est un chercheur et un créateur de sens.

Même si la façon dont nous avons appris à répondre à nos intentions positives n'est pas toujours satisfaisante pour nous-même et pour les autres, il est important de distinguer le comportement d'une personne, qui peut être tout à fait inapproprié, immoral ou illégal, de son intention sous-jacente.

Autrement dit, une personne est plus que ses comportements observables. Elle ne devrait pas y être réduit et il est hasardeux de réduire l'identité au comportement. Ainsi, si je fais quelque chose d'idiot, je ne suis pas idiot pour autant.

Il est possible de découvrir l'intention positive de quelqu'un en posant la question : « En quoi cela est-il important pour toi de faire ou d'être cela ? »

Ce niveau de l'intention révèle la tendance naturelle de l'être à aller vers la satisfaction, le plaisir, l'équilibre, la santé, l'évolution et le bonheur. Elle révèle également que le comportement de l'être humain est fondamentalement tourné vers l'adaptation à la situation dans laquelle il se trouve.

Par ailleurs, quand l'objectif est d'accompagner une personne à changer et à évoluer dans ses comportements, la découverte de ses intentions positives est déterminante pour aller dans ce sens-là, bien plus que de continuer à la blâmer ou à la culpabiliser.

À chacun de découvrir ses intentions positives!