

La clinique de l'action

Robert Michit Aout 2019

En tant que thérapeute, consultant en entreprise, formateurs, éducateurs et accompagnant de couples et parents trois problématiques mettent en difficultés les pratiques d'aides

- La première surgit lors de la rencontre d'enfants, d'adolescents et d'adultes qui sont pris dans une impossibilité de faire ce qu'ils savent devoir faire et ne le font pas¹, que ce soit pour leur bien-être (dormir, se nourrir, se détendre), pour réaliser une activité manuelle/technique² ou relationnelle³.
 - Dans ces situations, les personnes développent un conflit intra psychique qui produit de la souffrance liée au sentiment de ne pas pouvoir se libérer de la force qui les empêche de réaliser leur volonté (*c'est plus fort que moi*). Toutefois, c'est dans ce conflit que réside la force et la dynamique du changement. L'accompagnement pourra s'appuyer sur cette dynamique.
- La seconde née lors de la rencontre de personnes qui ne se rendent pas compte que leurs actions sont inappropriées à la situation de vie. La problématique semble assez récente⁴.
 - N'ayant pas la possibilité de se représenter actrices, elles sont continuellement en écart avec les attitudes attendues ; elles n'en souffrent pas. Par contre, elles font souffrir les autres et elles sont toujours étonnées de leurs réactions et évaluations. Elles ne peuvent pas s'engager dans un changement personnel car elles attribuent aux autres ou à l'environnement la responsabilité des écarts à l'attendu de leurs actions. Pour leur faire découvrir qu'elles sont actrices de leur action, il convient de faire décrire le déroulement précis des événements dans lesquels elles sont parties prenantes. Il faudra cependant parfois utiliser une schématisation très concrète du récit pour qu'elles puissent s'y voir en jeu. Si leur attitude ne s'est pas enkystée dans une réactivité paranoïaque, la pratique bien que laborieuse, apporte rapidement des résultats quant à l'ajustement de leur quotidien.
- La troisième surgit lors de rencontre avec des personnes qui décident et énoncent clairement vouloir rester liées à une pratique, un produit, une idéologie ou une personne⁵ parce qu'elle

¹ Cette question traverse les siècles puisque déjà Ovide et Paul de Tarse la pose comme une énigme insurmontable : il existe en moi une loi que je ne comprends pas je fais ce que je ne veux pas...qui me libèrera de ce corps qui me voue à la mort » Paul de Tarse lettre au Romains, ~54 ap JC.

² Cela va des jeunes adultes qui ne savent pas enrouler convenablement un fil électrique ou un tuyau d'arrosage sur un enrouleur, à ceux qui savent ce qu'ils doivent faire mais sont happés par d'autres préoccupations, comme d'autres qui savent qu'il ne faut pas taguer les véhicules du chantier et pourtant le font emportés par leur impulsion et perdent leur emploi.

³ Combien de relations de couple sont empêchées par ces formes d'impossibilité !

⁴ On peut la situer dans l'après-guerre, les années 50-80 lorsque la pratique de l'examen de conscience qui stimule la quête de la représentation de soi en action, disparaît comme pratique communément partagée dans la majorité des classes sociales, pour une part lié au fait de l'horreur qu'on pu commettre des humains découvert lors du procès de Nuremberg, et précisément celui d'Eichmann homme ordinaire et banal qui ne s'est pas rendu compte de ce qu'il faisait Arendt H : la banalité du mal), d'autre part c'est le moment de la perte des mœurs coutumiers et hebdomadaires du christianisme populaire. Plus précisément on la voit s'étendre à l'arrivée du RMI (1988) et se renforcer avec la loi de février 2002 sur le travail social. Avec ces deux lois apparaissent les notions de défavorisé et d'ayant droit qui renvoient à l'Etat et à la société la responsabilité des difficultés économiques personnelles.

⁵ Le jeune Al. 13 ans, lorsqu'il est interrogé sur ses relations avec le jeu Fornite - *duquel il est addicte au point de passer des nuits blanches pour réaliser les « défis » qui lui permettent d'obtenir des capacités de combats, de*

procure des cadeaux, des récompenses virtuelles et une identité symbolique. Découvrir les logiques de dépendance comportementale propres aux renforcements positifs que la personne a utilisées pour assujettir ses adeptes ne permet pas de modifier les comportements de ces derniers. Dans les situations d'addiction aux jeux vidéo, la problématique est particulièrement exemplaire et claire.

- La force de ce lien d'assujettissement, réside dans le fait que le jeu a inversé la hiérarchie des perceptions : la richesse virtuelle est plus importante que la richesse concrète ; l'addicte sera prêt à acheter des richesses virtuelles⁶ et à se ruiner et voler ses proches pour un gain de plaisir virtuel. La richesse symbolique (appartenance à un groupe) devient plus forte que la richesse réelle concrète, à partir du moment où une grande richesse réelle est potentiellement accessible. Percevoir qu'elle n'est atteignable que pour, au maximum, un deux cent millionième⁷ de joueurs ne réduit pas sa force d'attraction qui réside dans le fait qu'elle est toujours imaginée possible pour soi.
- Mettre en évidence - *par le raisonnement et le système de valeurs* - le fait que la pratique du jeu enrichit réellement le concepteur importe peu du moment qu'il enrichit de cadeaux virtuels la vie du joueur.
- Les situations dans lesquelles le symbolique devient plus fort que le réel interrogent encore plus fortement la manière d'aider la sortie des pratiques d'addiction à un produit par lesquelles l'individu, n'arrive plus à avoir accès au réel et donc ne peut plus prendre de décisions ajustées aussi bien en ce qui concerne son bien être biologique et sa santé, que son activité professionnelle ou productive, que sa situation sociale ayant perdu les relations avec les autres proches et plus lointains.

Quelle que soit la typologie de la problématique, il existe une constante invariante pour les personnes : elles sont actrices de leurs comportements.

En conséquence, pour que l'accompagnant puisse entrer en relation d'aide auprès de ces personnes, il faut qu'il connaisse précisément quelle est la structure de leurs actions.

Ainsi pour la clinique de l'action quatre étapes sont nécessaires : connaître la structure d'une action, comprendre le processus de sa création, évaluer sa pertinence au regard des éléments des situations et apporter des outils pour l'ajuster, le cas échéant.

Pour comprendre et pratiquer cette clinique, il est donc nécessaire d'approfondir trois questions :

Qu'est-ce qu'une action en situation d'actions ?

Qu'est-ce qu'une action ajustée ?

Que faut-il faire pour qu'une action soit ajustée à la situation sans que l'ajustement soit mesuré à l'aune d'un système de valorisation ou de référence de l'évaluateur qu'il soit l'acteur lui-même ou l'observateur ?

taper sa mère et son père avec un grosse canne pour obtenir de l'argent et des temps de jeu infini (contrôler par le contrôle parental) et de ne pas manger en famille - dit : Donald (interlocuteur dans Fornite) est gentil car il me donne des cadeaux... je préfère être son esclave pour avoir ses cadeaux.

⁶ La force du jeu est d'utiliser une cryptomonnaie anonyme Monero pour payer les achats du jeu. Au regard de la réalité, il y a une mise à distance de plus avec la richesse concrète de l'argent quotidien.

⁷ En juillet 2019 le nombre de joueurs est estimé à 200 millions.

Qu'est-ce qu'une action ?

Premier constat : l'action est l'essence de la vie humaine.

Il n'existe aucune existence de vivant et a fortiori d'existence humaine sans action. (Blondel M. 1893)

Les plantes sont sans cesse en action, elles se nourrissent et même dans le repos de l'hiver une activité minimale existe. Les animaux sont sans cesse en activité, pour se nourrir, se protéger et pour jouer pour les plus évolués.

Les humains réalisent les mêmes activités que les animaux, ils y rajoutent les activités de créativité et d'inventivité technique et sociale. L'humain est donc acteur de sa santé, de sa vie de production et de ses relations sociales mais aussi de tous ses mécanismes de défense (Freud A. 1949). Même quand nous disons ne rien faire, nous agissons. Dans le but de se reposer, on arrête de produire. Dans le but de ne pas envenimer une relation, ne rien faire c'est renoncer à agir. Et c'est ainsi pour toutes les situations où il est dit que rien n'est fait. C'est pourquoi il est facile de demander à celui qui dit : « je n'ai rien fait » ; « en ne faisant rien tu as fait quoi ? ». La surprise est totale mais l'effet de représentation est tout aussi étonnant : « j'ai fait tout ça... ! »

Ce constat est le fondement de la clinique de l'action. Il montre que toutes activités du quotidien, toutes les attitudes, celles qui mettent en place des mécanismes de défense, celles qui sont la conséquence d'altération psychique ou de maladie mentale, sont toutes et chacune le fruit d'une séquence de plusieurs actions réalisées concomitamment⁸ dans l'immédiateté du temps.

Une séquence d'action est une suite de décisions-actions.

Nous rappelons qu'une séquence d'actions - quelle que soit la nature de son objectif ⁹ - est constituée d'une suite logique de micros décisions-actions. Ces dernières sont des actions réalisées à la suite de la prise en compte d'un ensemble d'informations mises en lien avec un système de valorisation qui définit une hiérarchisation d'importants à respecter.

Exemple : lorsqu'une personne entend une critique de son attitude, immédiatement se produit, quelle que soit la personne, la même suite de décisions-actions : elle évoque des situations se rapportant à la critique, fait référence à un système de normes, construit une justification de son attitude et énonce ou retient sa réaction en fonction des enjeux de la situation.

Ces micros actions surgissent dans un temps inférieur au centième de seconde. Elles sont soit des comportements réactifs, soit des actions précises sans conscience¹⁰, soit des décisions clairement

⁸ La simultanéité des actions n'est qu'une apparence du fait de la rapidité de leur apparition. En fait elle s'enchaîne chronologiquement selon une logique causale précise.

⁹ Le but a pu être déterminé par une délibération ou par une réactivité dans le cas d'une mise en défense ou dans le cas d'un événement provoquant une surprise.

¹⁰ La différence entre un "comportement" et "une action précise sans conscience", relève du fait que le sujet qui agit un *comportement* n'est pas en mesure de décrire avec précision ce qui a été à son origine. Alors que pour une *action précise sans conscience* est non consciente au moment où elle est faite, mais le sujet peut se la rappeler dans un temps différé et en décrire les tenants et aboutissants avec précision. Ce sont par exemple les actions d'experts ou de sportifs de haut niveau qui les font dans l'action sans en avoir la conscience mais peuvent les raconter dans l'après coup.

conscientes. Les émotions relèvent toutes d'un de ces types de décision-action. Leur spécificité relève du fait que le micro processus décisionnel qui est à leur origine présente une élaboration très primitive.

Dans une séance de délibération qui conduit à la prise de décision ou à une résolution à mettre en œuvre, l'ensemble des événements lors de cette séance fonctionne sur le même schéma, chaque acte est un ensemble de micros actes d'action ou de pensée structurés selon les mêmes micros processus décisionnels.

Quest-ce qu'une action ajustée indépendante d'un système de valeurs ?

Toute décision-action procède d'un micro processus décisionnel : une action est ajustée

Dans un premier temps, du fait de son organisme sensoriel réalisant l'interface avec l'environnement, quel que soit l'individu et quelle que soit la situation, lorsqu'il agit une décision-action, juste avant de l'agir, il prend en compte des éléments de la situation.

Du fait de l'empan cognitif qui limite la quantité des informations à traiter autour de sept par la mémoire à court terme, il ne peut en prendre en compte que deux. Ces toutes premières perceptions sensorielles vont avoir une importance capitale dans la suite du déroulement du micro processus décisionnel. Ces perceptions explicitement prises en compte sont souvent dirigées par l'objectif que l'individu suit ou qui lui a été donné¹¹. Dans le cas d'une surprise, c'est le type de surprise et l'expérience qui sélectionne les informations prises en compte. Ce tri des perceptions est en partie à l'origine des biais cognitifs et des écarts dans le résultat final apparent.

Dans un deuxième temps, et ce temps est crucial, grâce à l'expertise accumulée au cours des expériences précédentes, l'acteur a acquis des "*structures d'invariants*" propres à chaque ensemble de deux perceptions. Ces constantes propres à chaque type de situation, lui permettent d'inférer la **loi/ou la structure de la situation** qui se présente à lui, avec toutes ses propriétés.

Une loi ou structure de situation est la résultante de toutes les triades d'interactions entre des acteurs, utilisant des outils/moyens pour réaliser une activité en fonctions des normes la régulant.

Plus l'expérience est grande plus la loi/structure de situation sera précise, juste et efficace.

Par exemple lorsque vous voyez un verre quel que soit l'angle de vue sous lequel, on vous le présente (angle de vue qui limite les éléments de perception), vous inférez immédiatement que c'est un verre avec ses propriétés de contenant qui sera utilisé par un acteur pour conserver ou transporter un contenu liquide ou granuleux fin (*Triade : acteur, outil, activité*) Vous ne pouvez pas, cependant, connaître avec précision les motifs de décorations qui en ferait sa spécificité, mais ces motifs ne sont importants que dans la situation où l'objectif serait d'en connaître la teneur.

Un archéologue qui découvre un morceau de poterie sera plus capable d'en imaginer la forme d'origine et ses propriétés qu'un néophyte.

¹¹ L'expérience de la vidéo du gorille (internet) montre clairement comment la poursuite d'un objectif (compter le nombre de passes entre les joueurs) lorsqu'il est fixé par le présentateur à ceux qui vont regarder la vidéo, masque la prise en compte du gorille qui prend tout le cadre de perception à un moment donné de la séquence. Sa présence sera même éliminée par une activité du cerveau qui élimine du champ de perception tout ce qui empêche l'atteinte de l'objectif à atteindre.

Un expert en jeu d'échec ou de go, peut à la vue des éléments perçus en déduire l'état de la partie. Qu'un élément insolite vienne s'inviter dans le jeu, il est alors totalement déstabilisé.

Un grand nombre des actions qui sont en écarts à l'attendu révèle un défaut dans la faculté de percevoir **la loi de situation** présente avec ses invariants, ses constantes universelles, sa structure et ses propriétés.

La force d'un expert ou d'une bonne décision n'est pas dans le grand nombre d'information pris en compte mais dans le peu d'informations structurantes.

Dans un troisième temps, comme toute situation psychosociale est nécessairement prise entre plusieurs enjeux¹², l'acteur-décideur doit les discerner, afin d'en définir une hiérarchie particulière. Cette hiérarchie peut être déjà opérante lors de la saisie des deux premières perceptions, elle s'affine par la connaissance des moyens que l'acteur possède et maîtrise pour atteindre l'objectif que cette hiérarchie aura défini.

Exemple dans les relations humaines de jeu ou de lutte, les moyens à disposition des protagonistes seront utilisés en fonction des perceptions de l'adversaire et modifieront la hiérarchie des enjeux passant de la volonté de dominer à celle de fuir selon les forces en présences et leur inégalité.

C'est seulement qu'ayant pris en compte ces 7 éléments (deux perceptions, la loi de situation, le moyen à mettre en œuvre et les trois enjeux) que l'acteur peut déclencher une micro décision-action efficace. S'il ne possède pas la capacité de prendre en compte ces 7 informations, la décision-action ne sera pas ajustée.

Ce traitement des informations est opéré dans un temps inférieur au centième de seconde. Chacune de ces décisions-actions sont cause de la réussite ou l'écart d'une action. Autrement dit une de ces micro décision-actions en écart à la logique de l'action met en échec le résultat de l'action désirée ou décidée dans le temps de la délibération (ou mise en acte dans le temps de la surprise).

Cette structure des actions en séquence de décisions-actions, elles-mêmes fruit des micros processus décisionnels permet d'énoncer qu'il est alors possible de renforcer ou de développer les capacités d'actions en travaillant au niveau des micros processus décisionnels.

Une action ajustée est une action dont l'acteur prend en compte les éléments structurant selon la loi de la situation à laquelle il est soumis, par laquelle il est contraint et qu'il est en mesure de percevoir et prendre en compte quatre éléments la structurant en distinguant trois enjeux essentiels dont il peut hiérarchiser l'importance relative en fonction de l'évolution de la loi de situation.

¹² La situation psychosociale la plus simple, est une situation qui met en relation deux acteurs qui doivent réaliser une activité en utilisant des outils/moyens. Pour cela chaque acteur doit respecter des règles et procédures. Au minimum trois enjeux sont impérativement à hiérarchiser à tout moment : la réalisation de l'activité selon les règles de l'art, le respect de l'autre et l'attention à sa propre sécurité.

Quelles que soient les situations, chez un individu, toute décision-action qu'il agit, relève de la même puissance de son micro processus décisionnel lequel assure la qualité d'ajustement à la loi de la situation.

Les études montrent (Michit H et R 1998) que les micros processus décisionnels relèvent de seulement trois types ; ceux qui traitent les informations concernant la possibilité de se donner, de l'énergie, du bien être et de la détente. Ils répondent au potentiel d'action lié à l'identité de pourvoyeur de soi. Ceux qui traitent les informations concernant les activités de production domestique et en entreprise. Ils répondent au potentiel d'action lié à l'identité d'exécutant. Ceux qui traitent les informations propres aux relations avec les autres dont la différence peut déranger mais aussi apporter du plaisir. Ils répondent au potentiel d'action lié à l'identité de sociale.

En conséquence, la cause de toutes les altérations psychiques ou celle des comportements inappropriés et déviants relève de la structure et de la force du micro processus décisionnels qui ne serait pas ajusté aux caractéristiques des situations d'action selon ces trois grands champs identitaires.

Que faut-il faire pour qu'une action soit ou devienne ajustée à la situation sans que l'ajustement soit mesuré à l'aune d'un système de valorisation ou de référence de l'évaluateur qu'il soit l'acteur lui-même ou l'observateur ?

Pour un thérapeute, un consultant en entreprise ou en relation d'aide, un coach ou un éducateur, la découverte dans les micro processus décisionnel de la phase qui est en carence, permet de construire de façon précise et méticuleuse des interventions au niveau même de la carence observée. Donc pour agir, il doit accéder avant tout à la connaissance de la construction particulière des actions-décisions en situation, puis à celle du micro processus décisionnel en question.

La technique pour connaître les lieux de carence et pour renforcer la puissance du micro processus décisionnel.

L'entretien d'explicitation des processus décisionnel (Michit 1997) représente une des techniques la plus élaborée à ce jour pour accéder à cette profondeur des décisions. Il se pratique en quatre étapes.

Le premier récit permet d'incarner l'expression des sentiments, des impressions pour accéder à l'énoncé de situations vécues dans lesquelles ces ressentis ont été expérimentés. Cette première étape est nécessaire pour éviter les interprétations subjectives, diverses et nécessairement fausses car trop dépendantes des systèmes de valorisation de ceux qui les émettent ou de celui qui les reçoit.

Deuxième récit : Quand une situation concrète a pu être identifiée, l'accompagnant aide son interlocutrice)eur à décrire avec la plus grande précision possible les événements qui se sont déroulés durant l'évènement. Ils obtiennent ainsi une suite de séquences d'actions qu'il s'agit de travailler pour accéder à la logique du processus décisionnel global.

Ce travail est l'objet du **troisième récit** dans lequel chaque action signifiée par les verbes d'actions utilisé par le narrateur sera caractérisée à l'aide des *formes décisionnelles*. Cette classification réduit l'immensité des représentations des formes d'actions en quelques formes décisionnelles. Elle facilite la découverte de la logique décisionnelle ainsi que la cohérence entre les décisions d'objectif et les décisions de moyen. IL apparaît très souvent que les moyens utilisés pour atteindre les objectifs ne

sont pas adaptés. Cette découverte est déjà un premier pas pour accéder à une pratique quotidienne plus adaptée.

Quatrième récit : Ce travail effectué, permettant de découvrir et de renforcer la responsabilité et la fierté de l'acteur, il convient de prendre une ou deux décisions-actions décrites dans le but d'analyser les éléments que le micro processus décisionnel a pris en compte : les perceptions, la loi de situation, les enjeux avec leur hiérarchie et les moyens pris pour agir.

Conclusion

En même temps que se découvre la structure des actions, se construit le renforcement du potentiel d'action : c'est la spécificité de la clinique de l'action.

Bibliographie

Blondel M. (1893), *L'action*, Paris, Presse universitaire de France. Gilly,(M), 1984,

Freud, (A.) (1949), *le moi et les mécanismes de défense*, Paris, Presse universitaire de France.

Michit, R. (1998) Une méthode d'explicitation des processus décisionnel des individus et des groupes : l'entretien psycho-cognitif, *Communication et organisation*, n°14 p.233-253

Michit H. R. (1998) *Identité psychosociale, diagnostic et renforcement*, Grenoble, MC2R,