



# La praxéologie :

## un outil d'auto-développement professionnel

Par Chantal Lafortune  
[chantallafortune@bellnet.ca](mailto:chantallafortune@bellnet.ca)

Le 4 avril 2003 avait lieu, à Montréal, une formation organisée par la FPQ et animée par le psychologue Jean-Pierre Marceau, sur la « praxéologie ». Ce mot vous avait-il rebuté/e ? Vous aviez craint une lourde journée théorético-endormante ? Si oui : dommage pour vous, car vous avez manqué quelque chose de très stimulant et utile pour tout psychologue. Vous y étiez ? Ce petit résumé vous rappellera peut-être comment vous pouvez constamment développer et valoriser votre créativité dans l'intervention, tout en tenant compte du savoir déjà accumulé, et ce, pour une meilleure efficacité « réelle »!

### Définition :

La praxéologie (du grec *praxis* = action), issue des travaux du psychologue Yves St-Arnaud, propose une méthode pour aider le/la psychologue à développer son intervention à l'aide d'une *réflexion consciente sur son action* (intervention) ; ce n'est pas un *savoir de plus*, à partir duquel on devrait *modéliser l'intervention*, mais plutôt une *façon de conscientiser* ce que nous faisons tous chaque jour, à mesure que nous le faisons : intervenir de la façon la plus ajustée possible à une situation particulière, en tenant compte des connaissances générales issues de divers modèles d'intervention.

La praxéologie est donc une pratique qui cherche à mettre en relation dynamique et évolutive, en rétroaction constante deux niveaux de toute situation : le général et le particulier.

### Le général (facteur G) et le particulier (facteur P) :

En effet, pour être pertinente, toute action doit tenir compte des aspects généraux de la situation : ceux qui sont relativement prévisibles, qu'on a observés dans d'autres situations semblables, et dont on a tiré un ensemble de connaissances générales (facteur G) sur lesquelles on peut s'appuyer pour prédire ou décoder les événements auxquels on est confronté. C'est le niveau des théories, des modèles d'intervention, des probabilités ; c'est le « *commun dénominateur* » à partir duquel on peut décrire des types, ou grâce auquel on peut relier une situation à un savoir disciplinaire ou à l'expérience passée.

Mais une action s'inscrit toujours dans une situation de *forme et de complexité particulières* (facteur P), unique ; étant en constant mouvement, ce niveau de la réalité échappe aux prédictions, aux certitudes, aux modes d'emploi. C'est le domaine de la surprise, de l'invention.

Chaque action/intervention (dans notre profession, mais aussi dans tous les domaines) requiert donc une *capacité de se référer au général* (le savoir disciplinaire, dans le cas d'une profession) et une *capacité de s'adapter à la situation particulière* présente (par exemple : adaptation d'une recette culinaire aux ingrédients disponibles dans certaines régions), le tout visant un résultat, une *efficacité*, alors que le contexte précis présente toujours un degré d'*incertitude*.

### Le surmoi professionnel :

Connaissez-vous cet acteur parfois tonitruant, parfois sournois, mais si souvent aux aguets ? M. Marceau nous le décrit comme un personnage intérieur qui nous attaque, nous critique ou juge *ce qu'on a fait* dans l'action et *qui ne se fait pas*, selon la théorie que l'on a adoptée ou selon notre idéal thérapeutique. Le surmoi professionnel s'intéresse moins aux résultats obtenus ou au bien-être du client qu'à la conformité de l'intervention au modèle ; il surveille l'orthodoxie de l'intervention, quitte à délaissier ou réduire des éléments particuliers utiles. C'est l'ennemi de la créativité (il est répétitif) et de la lucidité (la

menace ne porte personne à rester ouvert) ; il se déguise souvent en « conscience professionnelle » ou en « morale professionnelle », mais nourrit davantage la peur que l'autonomie de pensée. À cause de lui, l'intervenant tend souvent à écarter systématiquement des procédés qui seraient efficaces, tout simplement parce qu'ils ne correspondent pas à ceux du cadre que l'on « devrait » appliquer.

### Évaluation de l'efficacité pendant l'action :

Pour permettre de dépasser le surmoi professionnel, tout en restant rigoureux dans notre pratique, la praxéologie suggère un mode d'auto-évaluation ou d'échange sur les interventions réellement faites (test personnel d'efficacité) qui, tout en respectant l'importance des modèles appris, fait place aux éléments nouveaux issus de l'interaction particulière, et souvent créés grâce à celle-ci, qui peuvent en modifier l'efficacité.

Pour y arriver, ce test ne considère pas l'intervention en fonction de sa conformité avec un modèle, mais il l'évalue plutôt par rapport aux *effets que l'intervenant cherche à produire*.

1. L'intervenant doit d'abord prendre conscience de :
  - ses *intentions préalables* à une intervention (conception du problème, conception du changement possible, etc.) ;
  - ses *intentions en cours d'action* (ce qu'il vise comme effet immédiat, les moyens employés pour y arriver, le besoin qu'il cherche à satisfaire).
2. L'intervenant est ensuite amené à faire une *évaluation affective* du déroulement de l'interaction (à l'aide d'un code facile à utiliser), basée sur le degré de satisfaction ou d'insatisfaction qu'il ressent face à chaque répartition du client.
3. Lorsque quelques réparties consécutives sont cotées insatisfaisantes par rapport aux intentions de l'intervenant, celui-ci doit remettre en question soit ses visées, soit les moyens utilisés, soit encore les besoins sous-jacents à son intervention.

L'utilisation de ce test personnel d'efficacité aide l'intervenant à s'ajuster rapidement en cours d'action. À court terme, cela réduit les risques d'escalade du dialogue ; à long terme, cela lui permet d'accroître sa lucidité sur les intentions réelles qui motivent ses interventions. Enfin, l'utilisation régulière de ce test aide à *valoriser* les procédés utilisés (et souvent inventés dans le feu de l'action) en fonction de leur *efficacité réelle* à atteindre les résultats souhaités, plutôt qu'en fonction de leur *conformité* avec un savoir général.

Comme l'écrit M. Marceau (document d'accompagnement à la formation), la praxéologie « peut contribuer à rendre notre pratique plus consciente, plus autonome, plus efficace ». Elle nous mène aussi vers une relation de coopération avec le client, car au lieu d'accentuer auprès de lui notre position d'expert, elle nous aide plutôt à mettre le savoir disciplinaire (facteur G) au service de sa recherche de solution, dans sa situation particulière (facteur P).

Enfin, et ce n'est pas négligeable, cette démarche consciente et rigoureuse nous met en contact étroit avec le *processus* d'évolution de la connaissance professionnelle ; elle peut nous aider graduellement à conceptualiser et à alimenter notre propre modèle d'intervention : en effet, par l'observation systématique de notre façon personnelle d'intervenir, nous pouvons découvrir que notre *théorie professée* et notre *théorie pratiquée* diffèrent l'une de l'autre et, par la suite, arriver à mieux décrire ce qui constitue notre modèle réel.