

PARESSE & T.A.O : « NÉCESSITÉ FAIT LOI »

Jean-Pierre BÉNAT, décembre 2024

INTRODUCTION

Dans la série « *utilisons en Psychologie Clinique des concepts opératoires issus d'autres approches* » (cf. *L'aversion de la perte* », empruntée aux mathématiciens experts de la « Théorie des jeux »...), je propose d'appivoiser la notion de « **T.A.O.** », utilisée en l'Éthologie animale, déjà appliquée (mais... c'est en -houleux-débat académique) par certains paléanthropologues.

La **Théorie de l'Apprivoisement Optimal** (Optimal Foraging Theory, développée dans les années 60 par MacArthur, Emlen et Pianka, cf. le document pdf joint *infra*) indique (schématiquement) qu'un animal reste dans sa zone de chasse et de vie tant que le « **rendement** » de sa quête de nourriture (rapport « *énergie nécessaire pour se la procurer* » sur « *apport calorique de ladite nourriture* ») est positif. Dès qu'il s'inverse, il se déplace pour retrouver un rendement satisfaisant¹.

Appliquée à la paléanthropologie, cette théorie explique les grandes migrations des espèces humaines : mieux vaut chasser une proie de 10kg attrapée en 5h de poursuite qu'un animal de 80kg qu'il faut épuiser en 5 jours de course ! (attention, ceci fait polémique!).

L'hypothèse (un rien capillotractée, j'en conviens!) est d'utiliser ce concept opératoire pour comprendre les mécanismes de « paresse » (comprise comme « un **double refus** : *refus d'appliquer sa force de travail à un apprentissage dans la durée et refus de muer* »); les **explications « classiques » actuelles**, proposées pour décrypter ce processus dans la sphère scolaire, universitaire, professionnelle, médicale -rééducations bâclées-, psychologique -enkystement dans une homéostasie et des schèmes toxique reconnus- nous semblent **justes** -j'en use !- mais **incomplètes** :

A/ EXPLICATIONS « CANONIQUES »

NB : les items sont numérotés pour en faciliter la citation, le commentaire et la critique

1) inhibitions diverses -phobies, harcèlement, traumatismes, problèmes familiaux, signifiants flous, dettes fantasmées etc...-

2) pathologies (les mécanismes supputés de « phobie scolaire », « Dys », « TDAH » -cf. le nombre croissant des « P.A.P., Plans d'accompagnement personnalisé, et autres P.P.R.E., P.A.I., P.P.S. et ... une psychiatrisation grandissante des élèves et des Institutions²-)

3) refus des paradigmes familiaux (en ce sens, le refus du travail serait un **dispositif « pare-incestueux »** efficace -mais maladroit & hystérisé : condensation, déplacement, symbolisation!- face à des proches particulièrement actifs et travailleurs, faute d'autres procédures plus épanouissantes. **NB** : piste fructueuse dans la Clinique, associée à un **refus de l'interpénétration avec l'Altérité**, voire une **pathologie du lien**³...)

¹ Dans cette optique s'opère vraisemblablement une sélection darwinienne : les moins « malins » ne perçoivent pas les « *symptômes discrets* » de changement et, à terme, disparaissent. **NB** : même processus en voile (dans un mouillage vespéral a priori paisible, d'aucuns tardent à partir quand des signes de tramontane apparaissent, et sont donc malmenés, en pleine nuit, par de fortes rafales, quand ils partent... trop tard...), en médecine (dénis des symptômes), en mécanique (dénégations des alertes au tableau de bord et/ou d'un bruit suspect) : manque de **sérendipité**...

² **NB** : il s'agit toujours de proposer des **étayages exogènes**, sans envisager des **mues endogènes**...

³ Comme souvent en Clinique, un comportement est **À LA FOIS une échappée ET une aporie** : la personne se sauve ET se fourvoie (→ « *la plaie et le couteau* », mais aussi « *la parade* » : pathétique boomerang!)

4) application systématisée de la Dynamique de groupe (tout groupe sécrétant en son sein des positions dites « persécutives » cf. Annexe), au risque de dédouaner les individus en niant leur libre-arbitre.

5) « assignation » à un « faux self » (« fainéant ») dans la sphère familiale et scolaire : la personne perdure dans une posture qui n'était qu'une **réponse opportuniste conjoncturelle** -pour attirer l'attention⁴-, au point qu'elle en devienne **structurelle**, pensée et explicitée comme le « caractère assigné », quasi ontologique, d'une personne (cf. Annexe *infra*)

6) identification à des « imagos » médiatiques qui se vantent d'avoir « réussi » parce que « non-scolaires » voire « incultes » (St Hanouna & C^{ie}, priez pour nous...)

7) exigences trop fortes -sic !- de l'enseignant

8) cadre « non bienveillant » -discours « surplombant » & « asymétrique » supposé incompatible avec une « motivation » supputée nécessaire⁻⁵

9) idéologie de la facilité et paradigmes de l'instantanéité (cf. <https://zeugma.pro/2017/10/temps-de-composes-critique-de-l-instant-eloge-de-la-duree/la-clayette/21-10-2017.html>)

Ces explications ont certes de la pertinence, mais n'ouvrent pas de pistes assez solides pour éroder ce processus de « flemme » .

B/ T.A.O. : THÉORIE & PRATIQUE

La T.A.O., appliquée à la « paresse » impliquerait les considérations suivantes : le « **paresseux-homéostatique** » prendrait une posture opportuniste (au moins à court terme) « **économique** » et « **intelligente** », puisque plutôt gratifié (rapport bénéfice-risque positif) par la situation et n'étant dans l'obligation, ni de **dépenser de l'énergie**, ni de **changer** (→ comme un animal qui n'a aucune raison de changer si la quantité de proies, d'eau -et de prédateurs !- est inchangée).

1) Le dépassement de l' « **homéostasie** » (→ résistance au changement) implique, théoriquement :

a) du malaise (sinon la personne s'installe dans un « confort » opportuniste)⁶

b) la verbalisation et l'explicitation du malaise (alors que le réflexe « ordinaire », « irénique »⁷, est de répondre « *mais non !* » à une personne qui dit « *je suis nul, je rate tout...* »)

c) l'existence patente d'un état de réussite (de joie?) après une période de travail, validé par une personne paradigmatique (« *Mentor* », comme on disait jadis, « *figure de référence* », dans le langage actuel); deux facteurs gênent voire empêchent ce processus d'« **Autorité** » (cf.

<https://zeugma.pro/2022/03/seminaire-autorite/irtess/29-03-2022.html>) :

- la focalisation (à la mode !) sur les relations « *symétriques* », par effroi d'un « *discours surplombant* » masquant une supposée emprise⁸

4 Signifiant maladroit pour obtenir des signifiants sinon d'Amour du moins d'intérêt...

5 D'où la pléthore croissante de publications (écrits, réseaux sociaux) et de cabinets de « **développement personnel** » axés sur « *la motivation* » et la « *confiance en soi* »... promettant, via des « tunnels de vente » (!), une progression rapide...

6 Un très ancien patient (« D », il se reconnaîtra avec humour !) jadis en dépression - « faux self » avait eu cette formule éclairante : « *Pas besoin de changer, avec une séance hebdomadaire j'ai ma dose d'oxygène pour 3 ou 4 jours, après je vous attends...* »

7 « *Irénique* » : qui recherche la paix (évitement et/ou dénégation des aspérités & des conflits), vs « *agonistique* »

8 Le rapport à la hiérarchie est tellement conflictuel que même l'asymétrie liée à une simple et unique différence de compétence est interprétée comme une « emprise »... d'où le fantasme, dans les théories de la communication et de la pédagogie, de « *se mettre au niveau* » des « *apprenants* » (euphémisme pour « *élèves* »...)

- la généralisation de la « **quérulence** » (dans les familles, les médias, les discours pessimistes et décadentistes l'emportent sur les propos enthousiastes et enthousiasmants, au point que les enfants ne peuvent s'identifier à des imagos d'adultes « *heureux* » -sic !-) absents de leurs représentations ou, à l'inverse, de propos « *bisounours* » iréniques vite perçus comme utopiques, mensongers et démagogiques (« *ça s'arrange toujours!*)...

d) la possibilité de « se penser Autre » et non « altéré » péjorativement!), dans la durée

2) Pistes pratiques :

a) rendre l'homéostasie (→ enkystement dans sa zone de confort) sinon **insupportable** du moins difficile :

- évaluation lucide et réaliste de « l'état » de la personne (→ tout en dissociant, évidemment, les résultats actuels, contingents de l'« essence » de la personne, pour ne pas reproduire l'assignation et l'essentialisation qui favorisent l'homéostasie!) et donc des échecs. Cela exige un clivage net et explicite entre « *Performatif* », « *Institutionnel* » et « *Affectif* »)

- sanctions « *réelles* » (jusqu'à Parcours Sup et/ou la recherche d'emploi, les élèves peuvent ne même pas sentir « *le vent du boulet* », i-e le principe de réalité)

- glissement de l'« *Auctoritas* », si elle est inopérante, à l'« *Imperium* », voire à la « *Potestas* » (op. cit. *supra*)

- évaluation non seulement des compétences, mais des connaissances et de la « **force de travail** » et... du courage.

b) valoriser l'**entraînement**, dans des paradigmes d'apprentissage explicites (corporels, sportifs, pragmatiques -c'est le propos de la « *pédagogie de projet* » débouchant sur une réalisation visible-)⁹

c) montrer -toujours pour lutter contre l'« *assignation* » essentialisante...- que le changement est possible, via la « **plasticité cérébrale** » -patente, validée par les neuro-sciences et la Clinique-, et que cette « *modification* » (certes davantage visible dans les performances corporelles - habileté, souplesse, musculation, adresse, compréhension d'un mouvement-...) est plaisante (circuit de la dopamine¹⁰), comparée à l'excitation vaine et répétitive d'images TikTok, Youporn ou autres, dans l'attente de l'ultime plaisir, toujours repoussé au leurre de l'image suivante, dans une pathétique itération.

Cette hypothèse d'école reste bien entendu à valider !

Dans « mes » domaines d'activité, je vais m'y atteler ; c'est à l'évidence plus aisé dès que le système est « **asservi** », i-e quand l'incompétence « *se paye* » immédiatement par un mal-être : si je dis à un élève, en randori « *ta garde est trop haute* », après quelques coups au tibia il/elle va travailler sa garde...

À bon entendeur...

Vos commentaires sont les bienvenus.

Bien à vous

Jean Pierre Bénat

9 D'où la proposition, par certains enseignants -méthode déjà largement mise en œuvre dans les Conservatoires-, de **trois types d'exercices** : **1)** un facile, impliquant des savoirs et savoir-faire assimilés -en « procédural »-, **2)** un moins aisé, correspondant au temps présent, qui exige de la réflexion et du travail, **3)** un très difficile, quasi infaisable pour l'instant, mais qui dessine ce que l'élève fera dans quelques mois.

10 Je rappelle la tentation, toujours présente -et facilitée par les lois du marché & des média, y compris de l'industrie pornographique !- de confondre « **excitation** » et « **désir** »...

ANNEXES

“POSITIONS”* DANS LE GROUPE

	“Objets” intérieurs			“Objets” extérieurs
	chef institutionnel	- autres -	groupe	monde extérieur
a) pos. persécutive: (le Rebelle)	-	-	-	+
b) défense maniaque: (le Fanatique)	+	+	+	-
c) pos. dépressive: (le Chouchou)	+	-	-	+/-
d) défense hystérique: (le Copain)	-	+	-	+/-

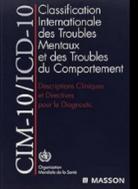
« Positions » secrétées par tout groupe ; les « + » et les « - » correspondent à des propos laudatifs ou péjoratifs appliqués au chef institutionnel, aux autres en tant qu'individus, au groupe et au monde extérieur. Le risque est d'être « assigné » à la position induite par la famille d'abord, puis l'école, etc., et de croire que c'est « son caractère » (→ « faux self ») ... La santé mentale consiste donc à avoir un « MOI » structuré ET à « jouer » des « rôles sociaux », à l'aune de ses propres choix (et... des rapports de force, de l'Éthique, des us & coutumes...).

*: qu'elles deviennent “postures” volontaires...




Caractère (?)



1. Anthropologiquement, les humains ont tendance à structurer les individus en essentialisant leurs « caractères » (→. « totémisation »): → Prédestination (Fatum -Destin-, divinités, fées, horoscope, etc...)
 1. Médecine (Moyen Age: typologie: bilieux, atrabilaire, flegmatique, sanguin)
 2. Médecine moderne (typologie des comportements & pathologies mentales -DSM, CIM)
 3. ADN (1953, Watson & Crick)
2. MAIS cette essentialisation, pratique socialement (archétypes), trouve ses limites:
 1. Un individu peut changer (événement, trauma, libre-arbitre, thérapie, rencontres)
 2. Tous les gènes ne « s'expriment » pas (importance du contexte)
 3. L'« épigénèse » (environnement) peut modifier la génétique
3. La Clinique montre que le « caractère » est le plus souvent un enkystement dans une posture opportuniste défensive
 1. ex: un petit enfant, pour exister dans la fratrie, prend une posture « extrême » (agitation, provocation ou apathie et mélancolie)
 2. Une fois grandi, même en contact avec une autre structure, il garde (homéostasie) la même posture, que lui et autrui nommeront « caractère »!