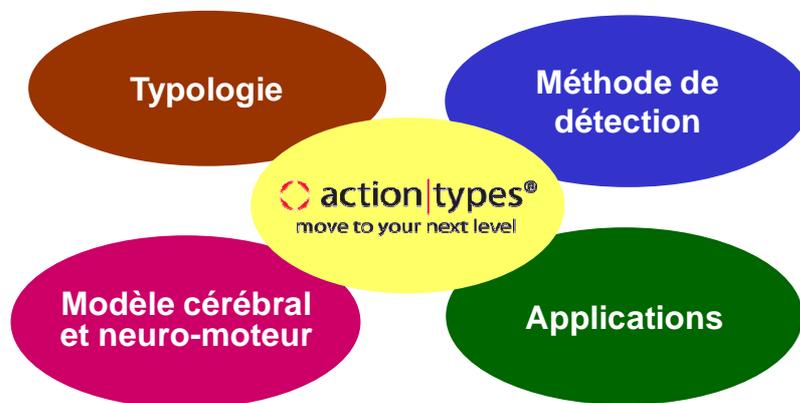


## L'approche action|types<sup>®</sup> - AAT



L'approche action|types<sup>®</sup> (AAT) s'est développée au travers d'une expérience de 30 années dans le sport d'élite. Le moteur qui a présidé à sa mise au point provient d'une volonté de revenir à l'essentiel dans l'accomplissement de toute performance : l'être humain, son fonctionnement naturel, son écologie. Nous sommes depuis convaincus que :

- Il y a assez de talents chez tout individu et assez d'activités possibles sur notre planète pour que chacun puisse devenir à sa manière un « champion du monde ». La condition est d'avoir, en premier lieu, l'intention de devenir le champion de soi-même...
- Apprendre est une affaire personnelle
- « On ne peut pas apprendre un geste, il se libère »

Nous partageons également les propos d'un des spécialistes mondiaux sur la créativité, Sir Ken Robinson, quand il écrit dans son dernier ouvrage<sup>1</sup> :

---

**« People succeed best when they have others who understand their talents, challenges, and abilities (...) Great teachers have always understood that that real role is not to teach subjects but to teach students. Mentoring and coaching is the vital pulse of a living system of education. »**

**« Les gens réussissent mieux quand les autres comprennent leurs talents, défis et aptitudes (...) Les excellents enseignants ont toujours su que leur rôle n'était pas d'enseigner une matière mais d'enseigner à des étudiants. Le mentorat, le coaching est le pouls vital d'un système d'éducation vivant. »**

---

<sup>1</sup> The Element: How Finding Your Passion Changes Everything, Ken Robinson, PhD, Viking Adult, 2009.

L'AAT se base sur trois principes fondamentaux :

- **L'unicité**
  - chaque individu représente une combinaison unique entre un profil et un vécu
- **Le mouvement naturel**
  - le corps ne peut pas se plier à la technique tandis que la technique doit céder face au corps
- **La diversité**
  - accepter et promouvoir les valeurs de la diversité

### ***Méthodologie utilisée par l'approche action|types<sup>®</sup> (AAT)***

L'AAT analyse la manière de bouger des individus, principalement la part inconsciente et naturelle. La motricité de chacun révèle de façon fiable les coordinations qui en sont à l'origine. Pour une part prépondérante, celles-ci résultent de préférences individuelles qui sont intimement intégrées dans notre système nerveux. Leur décodage autorise un diagnostic fiable à partir duquel l'accompagnement, le travail peut commencer sur des bases vraiment solides et écologiques pour l'individu.

### ***L'AAT permet d'utiliser et de libérer ses instincts***

L'AAT contribue dans une large mesure à la découverte des instincts qui libèrent les capacités étant à la source de l'expression de soi, de l'action, de la confiance en soi et dans les autres. Résumons l'écologie de cette approche en trois points :

- Assurer un cheminement économique et de moindre résistance vers la réussite ou tout au moins l'efficacité, voire l'efficience
- S'appuyer sur un concept qui permet de faire l'économie d'un grand nombre de frustrations, donc de beaucoup d'énergie qu'il est alors possible d'investir ailleurs
- Permettre de transformer ses énergies créatrices en effort productif, les conflits en synergie constructives

Dans toute situation et particulièrement en situation de crise, le manager qui étouffe l'instinct, l'intuition, la fluidité des actions des collaborateurs cause un gaspillage inutile et néfaste du potentiel humain.

- Souvent, l'instinct créateur et le tempo naturel des individus sont étouffés par le besoin de contrôle des managers et de la hiérarchie
- Bien que valide, « l'instinct de structure », qui est un aspect incontournable de la sécurité et de la performance, ne doit en aucun cas tuer la spontanéité et la capacité de réussir des actions d'éclat sous pression
  - Il s'agit prioritairement de favoriser la libération de toute l'intelligence contextuelle à disposition

Si l'AAT ne détermine pas ce que l'on peut faire ou ne peut pas faire, elle cherche à mettre en évidence ce qui pourrait être plus économique ou efficace dès lors qu'il est possible de s'appuyer sur des ressources naturelles.

- Notre hardware est le même pour toute la vie, tout développement, toute évolution doit en tenir compte
- Notre *modus operandi* profond est très peu modifiable sur le fond car il s'agit d'une structure naturelle relativement stable
- L'environnement, le contexte, l'époque créent des « logiciels » qui ont un impact sur l'individu
- L'effort optimal reste l'action spontanée car elle prend ses racines dans l'intelligence contextuelle. Quant à cette dernière, elle prend ses sources dans un nombre incommensurable d'informations qui sont combinées et traitées en parallèle grâce à l'activité cérébrale spontanée
- La plupart des problèmes des groupes de travail sont des problèmes humains et de libération des talents
- Certains profils de groupe génèrent des conflits permanents. Gentillesse et séminaires d'assertivité ne changeront rien du tout car seules l'acceptation et l'utilisation des préférences peuvent les faire évoluer
- La tension est fréquemment issue d'une mauvaise conscience de soi
- Trop de personnes pensent savoir comment les autres doivent agir alors que *penser savoir, ce n'est pas savoir penser !*
- Des demandes irréalistes sont souvent la source des tensions
- La synergie vient de la capacité à cibler et à focaliser son énergie sur un but ou une performance spécifique tout en intégrant la diversité intrinsèque

La qualité d'une équipe dépend de :

- l'harmonie des rôles et des préférences pour chaque individu
- la capacité de ses membres à reconnaître, accepter et intégrer les différences
- la capacité du manager ou du coach à optimiser le talent disponible

Le team building, c'est la reconstruction d'autoroutes de fonctionnement pour tous les équipiers. La protection de territoire et les enjeux de pouvoir sont les obstacles majeurs au team building. Trop de talents sont étouffés et l'écologie du système vivant qu'est une équipe n'est en conséquence pas assurée. Qu'attendons-nous pour les libérer ?

Ralph Hippolyte & Bertrand Théraulaz

*Fondateurs de l'approche action|types® AAT*

[ralph@actiontypes.com](mailto:ralph@actiontypes.com)    [bertrand@actiontypes.com](mailto:bertrand@actiontypes.com)

ActionTypes France  
8, rue Duployé  
F-38100 Grenoble  
France

ActionTypes Swiss  
Rue Principale 56  
CH-2533 Evilard/Bienne  
SUISSE

Tél. +41(0)79 355 26 50

Fin 2009 : [www.actiontypes.com](http://www.actiontypes.com)

Contact : votre praticien action|types® certifié

### **Gérard VAILLANT**

28, rue du Roncelay - 35510 Cesson Sévigné

Tél: 06 81 87 57 45

[adp@adp-vaillant.fr](mailto:adp@adp-vaillant.fr)

<http://www.adp-vaillant.fr>

Siret : 388 346 132 0029

APE : 9609Z

N° Formateur : 119200994592

