

Système TRIZ pour la stimulation de la créativité et le développement personnel

Une rencontre peut être source d'inspiration et déboucher sur une perspective et des idées nouvelles. En l'occurrence, mon voisin est médecin, micropsychanalyste et intéressé à la créativité dans le cadre du développement personnel. Pour ma part, j'enseigne et mets en œuvre une approche dérivée de l'approche TRIZ pour la conception de nouveaux produits. Comment ne pas faire un parallèle entre ces deux démarches ? Une confrontation ne pourrait-elle pas conduire à un progrès dans l'un ou l'autre des domaines ? Les quelques notes qui suivent visent à repérer les pistes qui paraissent les plus intéressantes. Accessoirement, elles démontrent comment la réflexion sur l'analogie peut devenir source de créativité !

Refolement et créativité

D'un point de vue psychanalytique, la créativité est définie comme la production d'idées nouvelles et originales par rapport à soi-même, à l'environnement immédiat et à la société en général. Les productions fantasmagoriques en sont donc exclues. En s'appuyant sur les travaux de Mezzani, Gariglio et Lysek reconnaissent que la créativité peut s'apprendre, mais qu'elle est la plupart du temps inhibée par l'éducation. Dans leur étude sur le dépassement du refolement comme source de créativité, les mêmes auteurs décrivent ce « cheminement de l'obscurité vers la clarté » non pas comme une sublimation, mais comme un processus qui prend sa source dans l'inconscient. Il n'est pas question d'éviter le conflit, mais de se libérer d'un blocage. C'est alors que la créativité peut se déployer et contribue autant à la libération de tensions intérieures qu'au développement personnel.

Mais peut-être s'agit-il aussi de savoir si la créativité ne pourrait tout simplement pas être l'instrument du dépassement du refolement ? En d'autres termes, pourquoi ne pas adopter une démarche créative pour la résolution des conflits d'ordre personnel et relationnel ?

Pour tenter de répondre à ces questions, il est proposé de passer en revue une méthode de créativité utilisée pour la conception de nouveaux produits, à savoir la « théorie de l'inventivité pour la résolution de problèmes », connue sous l'acronyme TRIZ.

TRIZ : une approche « rationnelle » de la créativité

La méthode TRIZ représente une sorte de condensé des meilleures pratiques des inventeurs parmi les plus talentueux et sa mise en œuvre permet d'atteindre des solutions excellentes de manière systématique. Elle désigne aujourd'hui plus un « système » de stimulation de la créativité et d'aide à l'innovation, comprenant à la fois des règles pour la formulation de problèmes et des outils pour leur résolution. Son père fondateur, Genrich Altshuller, en a élaboré les bases dès la fin de la seconde guerre mondiale. A partir d'un échantillon de départ de près de 40'000 brevets, il a en particulier démontré la validité des hypothèses suivantes :

- Il existe des principes récurrents permettant d'accéder à des solutions de qualité, quel que soit le domaine industriel ou scientifique
- Les innovations utilisent généralement des effets scientifiques en dehors du champ où ils ont été développés.

Autrement dit, à un certain niveau d'abstraction, chacun est confronté au même genre de défi et les stratégies adoptées par d'autres pour les résoudre parfaitement peuvent être utilisées pour éliminer n'importe quel problème spécifique rencontré.

Développement de la créativité à l'aide du système TRIZ

Le système TRIZ est surtout utilisé pour soutenir la phase de conception de nouveaux produits. Il permet en particulier de :

- formuler des problèmes techniques
- mobiliser les équipes de projets de manière systématique.

L'expérience enregistrée démontre que la créativité peut être développée pour obtenir des idées utiles et originales, qui ont de la valeur, et qui débouchent sur des concepts de produits innovants.

Outils de base du système TRIZ

Le système TRIZ repose sur un ensemble de concepts élaborés dans le cadre d'une démarche inductive. Au départ, et pour l'essentiel, Altshuller a estimé qu'il ne pouvait y avoir de créativité par rapport à un système technique donné que si une « contradiction » pouvait être révélée. Une formulation rigoureuse du problème à résoudre passe donc par la mise en évidence du paramètre que l'on aimerait améliorer (effet utile) et de celui qui se détériore simultanément (effet indésirable). Les principes d'invention peuvent ensuite être aisément identifiés dans une table – appelée matrice des contradictions - et représentent autant de pistes qui permettent aux ingénieurs d'imaginer des solutions spécifiques.

Avantages de l'approche TRIZ

Le système TRIZ, sous la forme de sa mise en oeuvre actuelle, présente un certain nombre d'avantages décisifs. Il permet surtout de générer systématiquement et de manière quasi exhaustive des idées de valeur, plus rapidement...

Par conséquent, on ne reste pas fixé sur une idée (ou l'une de ses variantes) et des combinaisons peuvent être envisagées qui conduisent à des concepts de meilleure qualité.

TRIZ et la psychanalyse

Le système TRIZ, souvent opposé aux approches de type « psychologique » - à la de Bono, par exemple - contraint à une discipline de projet. Il implique notamment une formulation rigoureuse du problème et l'identification d'une contradiction principale, dont l'analogie avec la tension provoquée par le refoulement paraît assez évidente. En particulier, le « blocage psychologique » peut tout à fait être assimilé à un « effet indésirable » à éliminer. Fondamentalement, sans trop entrer dans les détails, il n'y a donc pas de différence entre la formulation d'un problème technique et l'approche psychanalytique.

Par contre, les principes d'inventivité de la méthode, utilisés pour la résolution de problèmes techniques, n'ont pas d'équivalent. Est-ce à dire que le patient ne serait pas susceptible de dépasser ses blocages psychologiques à l'aide d'heuristiques ?

Un survol des principes proposés par la méthode devrait permettre d'y voir un peu plus clair.

Principes génériques

Il existe une version allégée de TRIZ, appelée ASIT, qui retient les (macro-)principes d'inventivité suivants (les principes TRIZ sont mentionnés entre parenthèses):

- élimination (« extraction », « self-service »)
- division/ multiplication (« segmentation »)
- asymétrie (« qualité locale », « asymétrie », « équipotentiel », « inversion », « courbe », « autre dimension »)
- unification (« fusion », « multifonctions », « inclusion », « conversion d'un effet négatif en effet positif »)

Ces (macro-)principes reprennent une douzaine des principes identifiés par Altshuller et sont applicables à la résolution de près de 40% des problèmes techniques. Ils concernent des interventions sur le nombre, la forme ou la position et permettent d'approcher le résultat final idéal, sans faire intervenir des changements de matière ou d'énergie.

Si on ajoute à ces (macro-)principes les principes synthétiques suivants :

- exagération (« excessif ou partiel », « activateurs puissants », « élément inerte/amortisseur »)
- animation (« vibration », « action périodique », « continuité de l'action », « vitesse élevée », « action contraire préliminaire », « protection préalable », « éphémère et abondant », « rejet/régénération », « dynamisme/ mouvement »)

on élargit quelque peu le champ d'application de la méthode. On obtient ainsi toutes les heuristiques qui sont applicables à la résolution de problèmes qui ne concernent pas des changements de type technique.

La table ci-dessous constitue une première ébauche de transcription des principes d'invention dans les domaines des relations humaines et du développement personnel:

Elimination	lâcher prise, supprimer une relation parasite ou des distractions, éviter la télé ou l'ordinateur, se débarrasser de ce qui encombre, oublier, sacrifier, faire l'aumône, rendre autonome, se purifier, jeûner, écarter les facteurs de stress
Division	s'isoler, envisager la séparation, fixer des limites, faire des pauses, la sieste en milieu de journée
Multiplier	répéter son point de vue, multiplier les contacts
Asymétrie	reconnaître et accepter la différence, faire l'inverse (intervention paradoxale), au lieu de donner pour recevoir donner pour la simple joie de donner, se prosterner, déposer son fardeau, entretenir une relation d'adulte, suspendre tout jugement
Unification	accepter, s'accepter soi-même, pardonner aux autres, se pardonner à soi-même, rencontrer, parler, lire, se mettre au calme, se concentrer, méditer, prier, sublimer, voir d'une manière positive, faire confiance, écouter attentivement
Exagération	faire beaucoup plus avec beaucoup moins, « tendre l'autre joue », être confronté au pire, vivre pleinement, faire avec soin tout ce que l'on fait, se donner des objectifs ambitieux, réaliser ses rêves, ne pas accepter de compromis, vivre intensément, s'oxygéner vigoureusement
Animation	préparer à l'avance un entretien, se protéger à l'avance, laisser le passé derrière soi, prendre de la distance, persévérer, aller de l'avant, bouger, introduire un rythme, marcher, pratiquer le jardinage ou une technique de relaxation, se ressourcer, se trouver un domaine d'intérêt.

Une piste à développer

A ce stade, on réalise que les principes de la méthode ne sont pas utilisables dans les domaines non techniques sans produire un effort d'interprétation. Et même si le système TRIZ n'a pas été conçu comme une approche universelle de la créativité, il permet d'envisager une contribution intéressante à la psychanalyse et au développement personnel.

Claude Meylan
10.11.2005