

Au cours de mon parcours professionnel j'ai été confronté à des thématiques particulières : communication, formation, management, démarche qualité, stratégie d'entreprise. Ces expériences très enrichissantes sur le plan personnel, sont toutes axées sur un facteur pivot, le rôle de l'homme et sa capacité à relever les défis.

Lorsque j'ai commencé à jouer au poker, je me suis aperçu que de nombreux joueurs avaient des compétences techniques plus que correctes vis-à-vis du jeu mais étaient friables sur le plan mental. J'ai donc compulsé quelques notes de mes éléments de méthode et tenter de proposer une réflexion qui doit permettre au joueurs de mieux aborder le jeu, c'est une démarche de progrès.

### **Mieux se connaître pour pratiquer son meilleur poker.**

Dans les conversations entres membres, nous échangeons souvent sur la manière de "jouer" telle ou telle main. Fallait t'il miser à ce tour d'enchères? Si oui, combien? Il suffit de lire les messages sur les forums pour voir les divergences que cela soulève.

Si ces analyses et ces échanges sont enrichissants sur le plan du jeu, ils ne reflètent qu'une partie de l'affrontement.

Ils restent plus ou moins muets sur l'ambiance de la table, les protagonistes qui la composent et vous, le joueur, **le principal sujet**.

Quelles étaient les conditions personnelles rencontrées quand vous avez joué cette main? A quelles contraintes externes étiez-vous confronté?

Je ne vais pas essayer de répondre directement à ces interrogations.

Je vais plutôt faire un petit retour arrière (ou amont) et vous proposer de revenir sur les **objectifs**.

A un moment donné, en début d'année, au retour des vacances, nous avons une pêche d'enfer et décidons d'objectifs ambitieux qui, quelquefois réussissent, mais souvent fondent comme neige au soleil. Ceci est vrai au poker comme dans beaucoup d'autres domaines.

Pour ceux que cela intéresse, j'ai couché sur le papier quelques éléments qui peuvent être de nature à vous aider par rapport à la problématique de la détermination d'objectifs et surtout à leur mise en œuvre.

### **La première difficulté est de déterminer la pertinence de votre objectif par rapport à votre pratique du poker.**

Mon propos ne sera pas d'intervenir dans le domaine du jeu (je laisse cette partie aux spécialistes de la table). Je vais plutôt m'efforcer de vous exposer des éléments de méthode qui pourront vous permettre de mieux définir votre objectif et surtout de mieux affronter le jeu.

Si mon propos vous paraît trop "barbant", trop philosophique ou encore trop intellectuel, je vous le concède bien volontiers, mais sachez que je vais m'efforcer de vous donner une vision pragmatique et concrète de la problématique qu'il est plus facile d'exposer oralement que par écrit.

Certains se poseront la question de l'utilité d'une telle démarche en l'absence de jeu avec argent réel. Pour moi, que ce soit en argent fictif ou en argent réel, la motivation du joueur ne change fondamentalement pas. La "sensibilité du porte-monnaie" ne devrait pas influencer (ou peu) sur le moral du compétiteur et sur les décisions à prendre. La "culture de la gagne" fait partie ou non des qualités de l'individu.

*Je ne parle pas ici d'une tactique de jeu à l'approche des places payées, tactique qui peut aisément se comprendre et fait ainsi partie d'une décision argumentée.*

Le risque du jeu en argent réel se traduit effectivement par une augmentation du niveau de stress. Ce peut-être le stress positif, la fameuse pression, dose d'adrénaline qui attire de nombreux joueurs, mais vous l'avez accepté. Il fait partie du contrat signé avec le site de poker ou le cercle dans lequel vous évoluez.

Si le niveau de stress est trop important et vous perturbe devant la table, dans la prise de décision, vous êtes confronté à un stress négatif qui peut générer une altération de vos performances et vous devez de vous poser la question de poursuivre le jeu.

A ce propos comme vous pouvez le lire dans les nombreuses documentations sur le sujet, vous pouvez miser 100% du superflu mais pas 1% de l'indispensable. Pensez-y avant de compléter les rubriques financières des sites de jeu ou vider vos poches avant d'entrer dans un casino!!

Enfin, j'écarte l'hypothèse de la personne qui souffre d'addiction, qui n'est pas concernée par mon propos et qui doit s'orienter vers la sphère médicale.

Je vais donc considérer pour la suite de mon propos que vous avez une bonne gestion de votre "bankroll" et que vous pouvez vous permettre de jouer à vos limites.

Pour de nombreuses personnes, le poker est avant tout synonyme de plaisir, défi, confrontation et école de vie, (socialisation lors des parties "live", respect de l'adversaire, "fair-play", nécessité de décider, solitude dans la prise de décision [ concept essentiel pour les responsables en entreprise]). Et aussi une possibilité d'améliorer l'ordinaire si vos résultats sont satisfaisants!

En général, nous avons comme objectif une amélioration de notre pratique du poker. La lecture d'ouvrages spécialisés ou le visionnage de vidéos font partie de ce que j'appelle "l'univers jeu" . Reste à étudier "**l'univers joueur**". Je vous propose donc un voyage vers une démarche de progrès.

### **Une démarche de progrès.**

La démarche est articulée en plusieurs phases que nous découvrirons progressivement et s'appuie sur des outils de méthode simples à utiliser et à mettre en œuvre. Pour les managers et autres responsables en entreprise, ce sont des outils qui ont fait leur preuve dans les démarches qualité et de MPO (management par objectif).

### **L'analyse de la situation.**

La première étape consiste à faire une analyse, une "photographie" de votre pratique du poker, sans concession, sans mensonge.

Ce constat doit être objectif, aussi précis que possible.

Il vous faut analyser votre pratique sous trois axes ou volets :

#### **les Volontés, les Ressources et l'Environnement.**

Pour chaque axe, vous allez prendre le temps de réfléchir à votre pratique à l'aide d'un outil , une batterie de questions de la forme QQQQCP que j'explique : Que, Qui, Où, Quand, Comment, Pourquoi? Vous pouvez éventuellement y adjoindre le C de Combien?

Plutôt que de noter vos idées et réflexions sur une feuille, je vous demande de prendre des petites fiches de papier (le post-it est l'outil idéal) et de noter dessus ce qui vous vient à l'esprit en partant du principe qu'une fiche égale une idée, une phrase ( maxi 20 mots).

Si vous avez noté deux idées, remplir deux fiches avec une idée sur chaque.

A ce niveau, il faut noter **des faits** (exemple de l'item Quand? réponse : je pratique 2 soirs par semaine).

Cela paraît simple? Pourquoi je joue? Arrondir les fins de mois, me payer un voyage à Vegas. Cela nécessite d'être plus précis: combien par mois, quand (pour le voyage).

Vous allez ainsi creuser vos idées et les mettre sur le papier!

Vous pouvez prendre des post-it de couleur différentes pour retrouver plus facilement vos idées par la suite ou du moins vous pouvez indiquer un petit repère dans une partie de la fiche (ex V pour volonté, R pour ressources, ... )

**Ce ne sont pas des solutions que vous allez coucher sur les fiches mais bien des éléments factuels. L'analyse consiste à recenser les faits, uniquement les faits!**

Quelques précisions et questions que l'on peut se poser avec l'outil QQQQCP.

Vous devriez essayer de respecter l'ordre de l'outil mais pour démarrer et pour ceux qui n'ont pas l'habitude de travailler avec des outils de méthode, je vous propose de démarrer avec le Pourquoi qui peut se traduire par "Dans quel but?"

*Pourquoi je pratique le poker?* Par exemple : pour la convivialité, pour m'amuser, pour m'occuper, pour faire travailler ma mémoire, pour arrondir mes fins de mois, pour me payer des vacances,....

### **Les Volontés.**

Au niveau des Volontés, on doit se poser des questions du genre :

qu'est-ce que j'ai voulu faire antérieurement? (ex: depuis un an).

Qu'est-ce que j'ai fait? n'ai pas fait?

Quels en sont les résultats?

Qu'est-ce qui m'a permis d'arriver à ces résultats?

Qu'est-ce que je n'ai pas réussi?

Etc..

Certaines de vos réponses vont répondre à d'autres éléments, vous amener à d'autres constatations. Noter tous ces faits même si ceux-ci vous paraissent évidents! (nous aurons le temps de faire le tri ultérieurement)

Les angles d'analyse des volontés sont les Axes d'efforts et les Vœux pieux (ensemble des intentions et engagements fermement déterminés).

ou encore :

axes d'efforts = Ce que vous avez décidé de faire et que vous avez effectivement entrepris et réalisé.

vœux pieux = Ce que vous aviez décidé de faire et que vous avez laissé tombé ni même entrepris.

### **Les Ressources**

Au niveau des Ressources, nous retrouverons tout ce qui a trait au matériel, le temps de jeu, les éventuels éléments financiers, mais aussi votre personne.

En synthèse, les ressources sont constituées **des moyens affectés au jeu.**

Nous trouvons ici les angles Atouts et Faiblesses (ou encore points forts/points faibles). Je ne développe pas plus, je pense que vous aurez très vite compris cet axe. Ne le négligez pas . Il a autant de valeur que les autres!

### **L'Environnement**

L'Environnement devra également prendre en compte l'entourage du joueur (la famille), sans oublier les éléments extérieurs (évolution technologique, la "concurrence" des autres pratiquants, ...). Essayer de trouver les facteurs clés du succès :quels sont les éléments, événements qui vous ont permis de gagner? Mais aussi de perdre!

Les angles d'analyse correspondent à *Opportunités et Menaces* de l'environnement.

Exemple :        opportunité : jouer sur telle room plutôt qu'une autre;  
                      menace : le MTT de 21 h à 10 euros a un field très (trop ) important.

Je vous conseille de prendre quelques minutes pendant plusieurs jours pour analyser la situation. Vous aurez ainsi le temps d'approfondir votre réflexion et d'enrichir ce constat. Il faut savoir que bien souvent, une idée en appelle une autre, c'est la réflexion en cascade. Vous pouvez travailler sur les trois axes Volontés/Ressources/Environnement simultanément. Vous pouvez également mettre votre entourage à contribution ( **je vous le conseille même**).

Précision supplémentaire: si à la rédaction des fiches vous vous apercevez qu'un élément présente un côté positif et un côté négatif, remplir deux fiches et si vous le pouvez, précisez un peu plus votre pensée pour bien différencier les deux parties de l'élément.

J'en vois qui se disent : quel travail?

Cela vous semble difficile. Certains n'ont pas l'habitude de se poser ce genre de questions mais elles me paraissent indispensables si vous voulez franchir le pas.

Pour réussir dans le poker mais aussi dans d'autres domaines, la base est et reste la même: du travail et encore du travail.

En résumé de cette analyse trois volets :

Volontés, Ressources, Environnement et pour chacun d'eux deux angles :

Axes d'efforts et voeux pieux pour les Volontés  
Atouts et faiblesses pour les Ressources,  
Opportunités et menaces pour l'Environnement

Une fois cette réflexion menée, vous devriez être en possession d'une collection de 6 paquets de fiches.

### **La Coloration des Faits**

La seconde étape consiste à reprendre toutes les fiches et à effectuer un regroupement par familles, par affinités (regroupement des fiches dont les idées vous paraissent proches, des idées qui ont le même sens).

Vous pouvez procéder par regroupements successifs (vous pouvez encore ajouter des fiches si vous vous apercevez d'oublis importants).

Vous allez ensuite classer ces ensembles (familles) par degré d'importance selon trois niveaux : très important, moyennement important et peu important.

### **Les causes**

Vous allez comparer les faits marquants précédemment recensés (ou familles) de chaque volet et les comparer avec les éléments des autres volets.

Concrètement, il convient de faire des relations entre vos objectifs (ou volontés, axes d'effort ) avec les atouts des Ressources. Il est évident que ce sont les ensembles considérés comme très important qu'il est nécessaire d'approfondir lors de ces comparaisons.

Voici tous les croisements possibles :

Volontés Axes d'effort/ Ressources Atouts  
Volontés Vœux pieux/ Ressources faiblesses

Volontés Axes d'effort/ Environnement Opportunités  
Volontés Vœux pieux/ Environnement Menaces

Ressources Atouts / Environnement Opportunités  
Ressources Faiblesses / Environnement Menaces

Ces mises en relation ont pour but de vous éclairer sur les facteurs combinés et surtout va vous permettre d'en marquer le caractère positif ou négatif pour votre pratique du jeu.

Si vous trouvez cette phase difficile, je vous conseille simplement et en toute objectivité de noter sur la relation Famille (ou groupement de fiches) XX / YY = +++  
(exemple : *Environnement Menaces* Famille augmentation du niveau des joueurs / *Ressources Faiblesses* Famille temps passé à la table: --)

### **La Synthèse**

Vous êtes déjà en mesure de mieux appréhender l'ensemble de la problématique, et vous vous devez de synthétiser quelques idées sur les orientations futures.  
Vous pouvez même rédiger quelques phrases. Votre démarche devra s'appuyer sur les items suivants :

respecter les Volontés essentielles : (qu'est-ce que vous avez souhaité faire? **Que voulez-vous faire maintenant?...**)

en saisissant les opportunités majeures de l'Environnement : ...

en s'appuyant sur les atouts les plus marquants : ...

tout en écartant les menaces les plus dangereuses de l'Environnement : ....

et en compensant vos faiblesses les plus graves : ....

Grâce aux phases précédentes, vous avez une vision assez précise de ce qui contribue à votre pratique et en particulier **vos réussites et vos difficultés**.

Il est très important de faire cette synthèse **par écrit**, car, comme le dit le dicton "les écrits restent, les paroles s'envolent". Dans quelques semaines ou mois, vous aurez tout loisir pour relire ces phrases et mesurer le chemin parcouru.

Ne mésestimez pas cette phase de synthèse. Elle doit véritablement correspondre à votre pratique du poker avec tous les avantages et inconvénients.

### **Les voies de solutions, les choix**

**Vous avez maintenant une vision plus précise de vos objectifs.**

A partir des éléments en votre possession, vous êtes en mesure d'élaborer des solutions simples qui devront répondre à la problématique posée et en particulier à vos volontés et à vos objectifs.

Votre démarche va contenir deux volets : un volet offensif qui s'appuie sur atouts et opportunités et un volet défensif qui reprend menaces et faiblesses.

Le volet offensif va nécessiter imagination et audace.

Le volet défensif requiert du courage et de l'obstination.

Il vous faut définir les limites de l'acceptable et les contraintes à respecter pour les solutions.

Si votre temps de jeu est peu important, vos volontés devront en tenir compte.

(exemple (volontairement caricatural): je me vois mal rouler en voiture de sport haut de gamme dans trois ou six mois si je joue en argent réel une heure par jour en micro limite!)

Vous allez compléter de nouvelles fiches (post-it) qui seront autant d'actions simples et de solutions permettant d'atteindre votre (vos) objectifs. Deux séquences au moins sont nécessaires. La première sera axée sur le volet offensif.

Et la seconde sur le volet défensif qu'il ne faut pas négliger. C'est en traitant ce volet défensif que vous pourrez à mon avis le plus progresser et ainsi améliorer votre jeu. (exemple : pratiquer moins mais de manière plus sereine, amélioration de la condition physique, meilleur confort psychologique, ...).

Plus l'analyse aura été fouillée, plus il vous sera aisé de trouver des solutions.

Comme dans la première phase faites un regroupement des fiches par familles.

Une fois ces fiches regroupées par famille ou objectif, il vous faut déterminer ce qui va effectivement répondre à ce que vous souhaitez.

### **Le Classement multicritères**

Chaque groupe de fiches va être confronté aux critères suivants : **Efficacité, Faisabilité, Priorité.**

Le classement multicritères doit véritablement répondre à la problématique posée.

Si vous avez mal ou insuffisamment encadrer votre réflexion (peu de contraintes), la confrontation de vos actions au filtre faisabilité peut poser problème. Il y aura comme une incompatibilité entre vos objectifs et vos possibilités d'action.

(exemple: pour l'équilibre familial une solution est : un jour sans poker par semaine. Cette solution est t'elle faisable : oui ; on met +++, prioritaire : + ou - (tout dépend de l'ambiance et de l'implication de l'entourage), efficace : tout dépend de l'objectif et des volontés (si votre objectif est de gagner 100 euros ou équivalents euros par semaine de poker, un jour sans poker nécessitera de gagner plus les autres jours, je mets --).

Comme toutes ces actions ne peuvent être menées de front simultanément, vous devez également échelonner leur réalisation dans le temps ( vous pouvez vous servir du critère priorité pour cela).

Cet échelonnement est une des clés de la réussite, une démarche de progrès doit se décliner dans la durée (au moins six mois ), car certaines solutions peuvent modifier vos attitudes comportementales et il vous faut vous discipliner pour mettre en œuvre et respecter les solutions/actions.

Cette hiérarchisation vous présente donc une série d'actions vous permettant d'aborder les obstacles à franchir.

### **La mise en œuvre et le suivi.**

Vous avez donc un véritable plan de bataille vous permettant d'en découdre sur la table.

Il faut l'accompagner d'un tableau de suivi que vous complétez régulièrement.

Ce tableau est obligatoire. Il va vous permettre de mesurer l'écart entre le résultat visé et le résultat obtenu, d'analyser les écarts mais aussi et surtout, si nécessaire, de corriger ou d'infléchir les trajectoires. Ce tableau de suivi n'est pas simplement le constat financier de l'opération. Il doit comporter l'action, l'objectif visé et le temps de réalisation. Ainsi vous saurez si vous êtes sur la bonne voie!

Au départ, un suivi par semaine/quinzaine sera peut-être nécessaire.

Au bout d'un trimestre, une échéance mensuelle sera très certainement suffisante.

### Quels seront les enseignements d'une telle démarche?

L'apport du volet offensif va vous permettre de mieux sélectionner vos actions. Et donc d'améliorer votre efficacité (peu importe l'origine, que ce soit en terme de ratio temps passé à la table ou après approfondissement de techniques de jeu si cela est encore nécessaire).

Le fait de déterminer des actions concrètes dans le volet offensif s'accompagne souvent par une confiance retrouvée dans sa manière d'aborder la table. Votre connaissance de l'environnement vous fera moins craindre les adversaires. N'oubliez pas que vos adversaires sont là pour gagner, même si vous entretenez de bonnes relations avec eux! Et que dans les parties en argent réel, ce sont les mises des perdants qui alimentent les poches des gagnants.

Le volet défensif permet de mieux se connaître, de réaliser éventuellement un travail sur soi en vue d'améliorer ses points faibles. Vous y gagnerez très certainement en confiance, lucidité, clairvoyance, motivation, persévérance. Vous serez mieux organisé, avec une discipline renforcée. La patience est une des qualités du joueur de poker.

Faut-il encore la cultiver? Vous serez plus exigeant envers vous-même, moins vulnérable car vous connaîtrez mieux vos limites. Vous devriez être en mesure de répondre à des périodes difficiles, relativiser quand les conditions seront défavorables, tout un ensemble favorable à une meilleure stabilité émotionnelle et une plus grande maturité psychologique.

Attention toutefois à croire que vous allez "marcher" sur l'eau.

Des résultats trop rapidement positifs peuvent vous faire croire à une évolution seulement positive. Les cartes sont les cartes, vous ne pourrez pas influencer les mauvais tirages. Mais les mauvaises passes seront abordées plus sereinement grâce à tout le travail d'analyse.

Enfin, cette démarche peut vous paraître longue à mettre en œuvre. Rien ne vous empêche de vous fixer un calendrier pour cela. Et rien de plus simple lors de vos déplacements, ayez toujours un bloc de post-it et un crayon à portée de la main.

Un des écueils souvent rencontré dans ce genre de démarche est la faiblesse de la phase analyse. Pour beaucoup de personnes, la phase analyse est superflue, on pense bien connaître le problème et ses origines. Explorer ses propres réflexions n'est pas évident. Or sans analyse précise, les objectifs/volontés seront mal définis et les solutions/actions ne correspondront pas ou trop partiellement à la problématique posée.