

Analyse transactionnelle

Analyse transactionnelle

- Apparition dans les années 50
- Dans la continuité des travaux de Palo Alto
- Courant psychanalytique visant à analyser les individus et leurs rapports avec les autres
- Modèle simple et efficace pour comprendre les dysfonctionnements dans les relations humaines
- Le théoricien de référence : Eric Berne
- L'analyse repose sur les transactions entre les différents "états du moi" : parent, adulte, enfant.

Analyse transactionnelle (2)

.État de parent qui privilégie l'acquis : les valeurs, les convenances, les règles. Il reproduit les attitudes, les comportements, les positions de figures parentales ou éducatives manquantes.

.Comportement autoritaire : "il faut", "tu dois"... et comportement maternel / protecteur : faire soi-même les choses à la place des autres, proposer son aide.

Analyse Transactionnelle (3)

État d'enfant qui est celui de l'affect, du besoin. Il caractérise le comportement d'une personne qui se place en position d'enfant par rapport à une personne qu'elle place comme un parent

Analyse Transactionnelle (4)

.État d'adulte : fondé sur la rationalité et l'autonomie, les pensées et comportements qui sont congruents avec la réalité d'ici et maintenant.

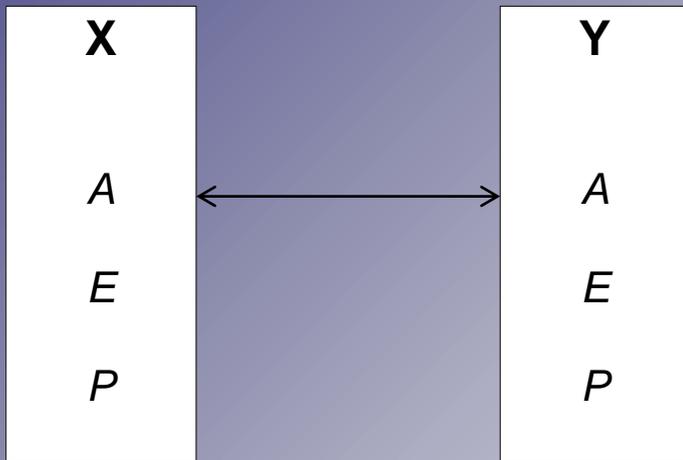
.Par rapport à l'état parent, il n'y a pas ici de côté autoritaire. Le but est ici d'avoir un comportement maîtrisé, rigoureux et objectif. Résistance à l'émotion.

Analyste Transactionnelle (5)

- .A chaque moment de sa vie, un individu balance entre ces trois états.
- .On en déduit plusieurs formes de relations possibles

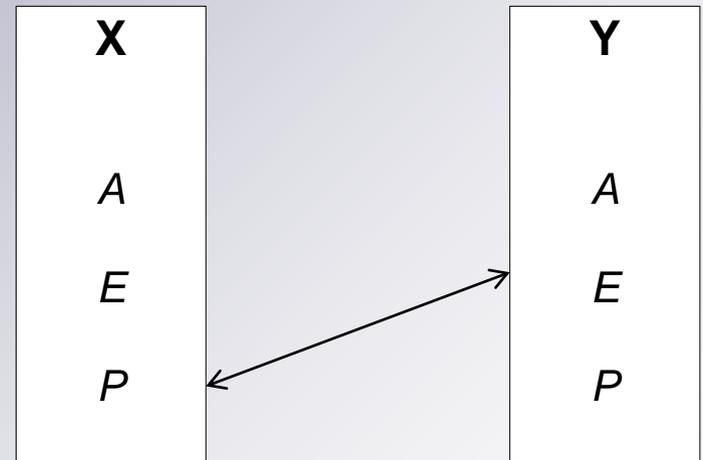
Analyse Transactionnelle (6)

Transaction complémentaire ou parallèle : dans la communication, c'est l'état du Moi sollicité qui répond. La communication est directe.



Interlocuteur X : "Le dernier rapprochement bancaire datait de quel mois ?"

Interlocuteur Y : "Il date du mois d'aout"

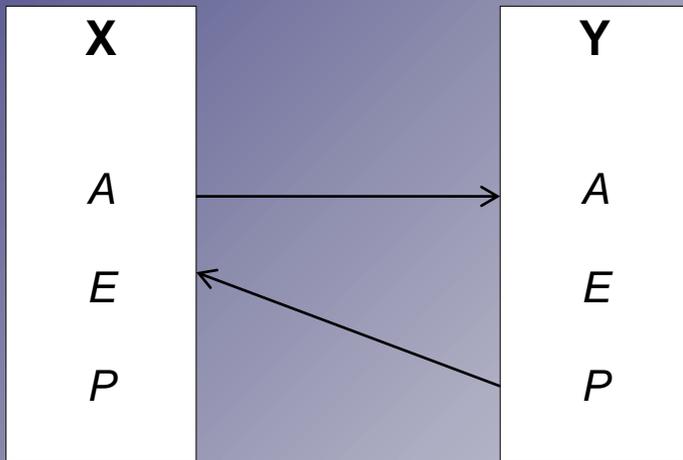


Interlocuteur X : "Tu as l'air d'avoir du mal avec ce rapprochement bancaire, je vais t'aider"

Interlocuteur T : "Oui, mercit"

Analyse Transactionnelle (7)

Transaction croisée : la communication se ferme et dévie, la réponse fournie n'est pas celle attendue : c'est un autre état du Moi que celui sollicité qui répond

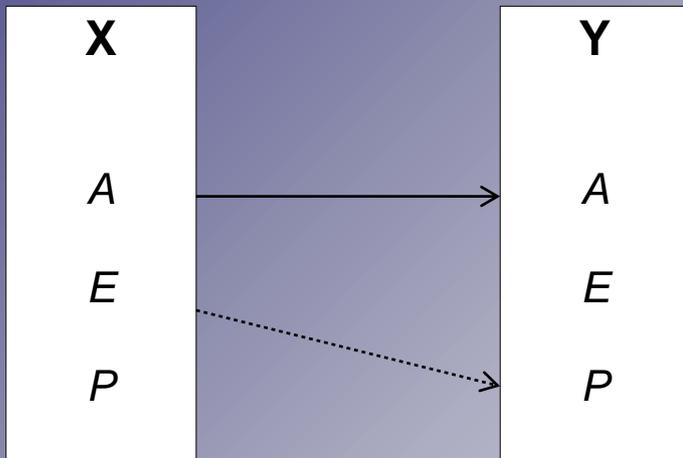


Interlocuteur X : "Si nous faisons un rapprochement bancaire mensuel plutôt que trimestriel cela éviterait des erreurs"

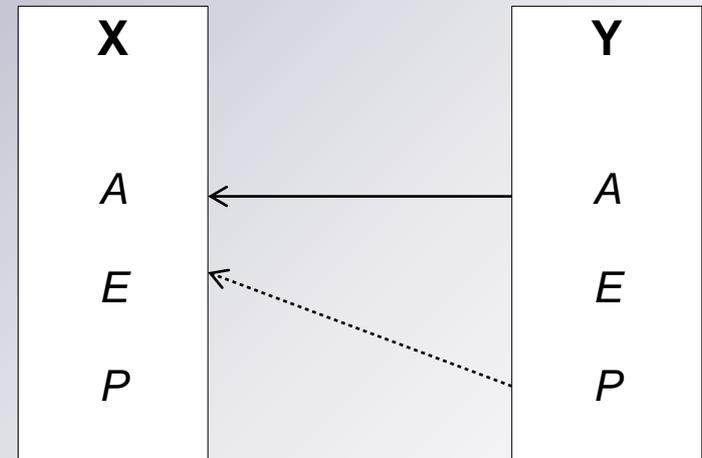
Interlocuteur Y : "Tu n'as qu'à être plus concentré quand tu fais le lettrage"

Analyse Transactionnelle (8)

Transaction piégée ou cachée : la communication s'opère à deux niveaux. Un niveau social apparent, moins important que le niveau psychologique caché qui représente le véritable enjeu de la relation. Un message semble être émis par l'adulte, mais en fait, c'est le parent ou l'enfant qui s'exprime



Interlocuteur X : "Ce travail est vraiment dur et stressant quand on le fait tout seul (état adulte apparent sous-entendant (si tu pouvais m'aider... correspondant à l'état enfant caché)



Réponse de Y : "c'est un travail pour lequel il faut être très concentré"

Analyse transactionnelle (9)

• Apport de l'analyse :

- Cadre de compréhension du conflit : la transaction croisée conduit au conflit.

Triangle dramatique (1)

- L'analyse des situations via la notion de triangle dramatique est un autre apport de l'analyse transactionnelle.
- Elle est due à Karpman (1968).
- La notion correspond à un jeu de pouvoir entre :
 - Un persécuteur : ce peut être une personne, un événement, une situation donnée. Il est généralement perçu comme négatif, quoique dans certaines situations, il puisse être un innovateur, un initiateur, la source d'une salutaire remise en question.

Triangle dramatique (2)

- Une victime : il s'agit de la personne qui subit l'agression du persécuteur. Ce rôle est généralement perçu comme non désirable quoique dans certains cas, la victime puisse profiter du déséquilibre créé pour enclencher un changement bénéfique.
- Sauveur : il s'agit du rôle du protecteur. Il est à première vue perçu comme positif alors qu'il contribue souvent à renforcer la dynamique du triangle dramatique

Triangle dramatique (3)

.Une représentation :

