



# Les Etats du Moi et les Transactions

Formation de base 1<sup>o</sup> Année

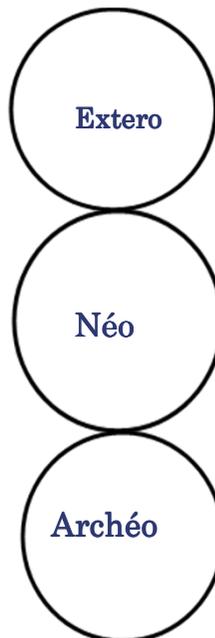
J.Gillessen; M.Dehondt      29&30 novembre 2024



# Les Etats du Moi: Modèle conceptuel



Basé sur l'hypothèse que dans le néo-cortex il y aurait 3 organes psychiques, chacun ayant une fonction spécifique



## Extéropsyché

Coordonne la structuration des opérations externes.  
Développe un système de protection rigide de survie.

## Néopsyché

Intègre les différentes expériences.  
Maintient l'équilibre entre les stimulations venant de l'Archéo et de l'Extéro

## Archéopsyché

Organise les événements liés aux besoins biologiques  
Est le lieu de stockage de ces expériences liées aux besoins

## 2 modèles reliés



**Modèle structural** : Le domaine de l'inobservable, de l'origine et du sens des comportements car se passe à l'intérieur de la personne.

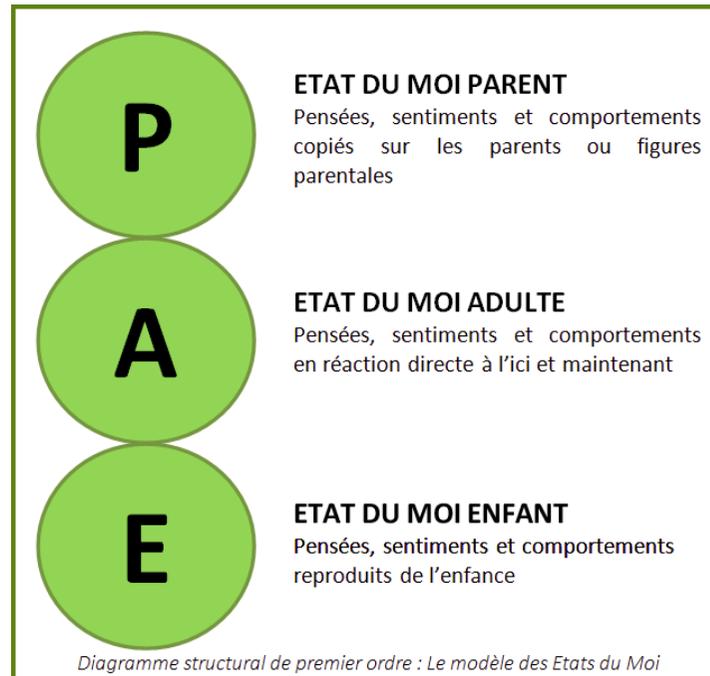
**Modèle fonctionnel** : Le domaine de l'observable car se voit à l'extérieur de la personne, c'est le domaine du comportement.

## Modèle structural simple: Comment suis- je construit: PAE, *une métaphore familiale*

...tels que nos  
parents  
nous les ont  
appris

...qui nous  
permettent de  
traiter la réalité

...tels que les  
enfants les ont  
depuis la  
naissance



Normes, principes, enregistrements non conscients qui nous conduisent à faire certaines choses. Guide intérieur.

Fonction qui capte ce qui se passe à l'extérieur de nous ainsi que dans notre P et notre E. Fonctionne dans l'Ici et le Maintenant.

Pensées et sentiments connectés à nos vrais besoins, à notre personnalité profonde.

# Contamination et exclusion

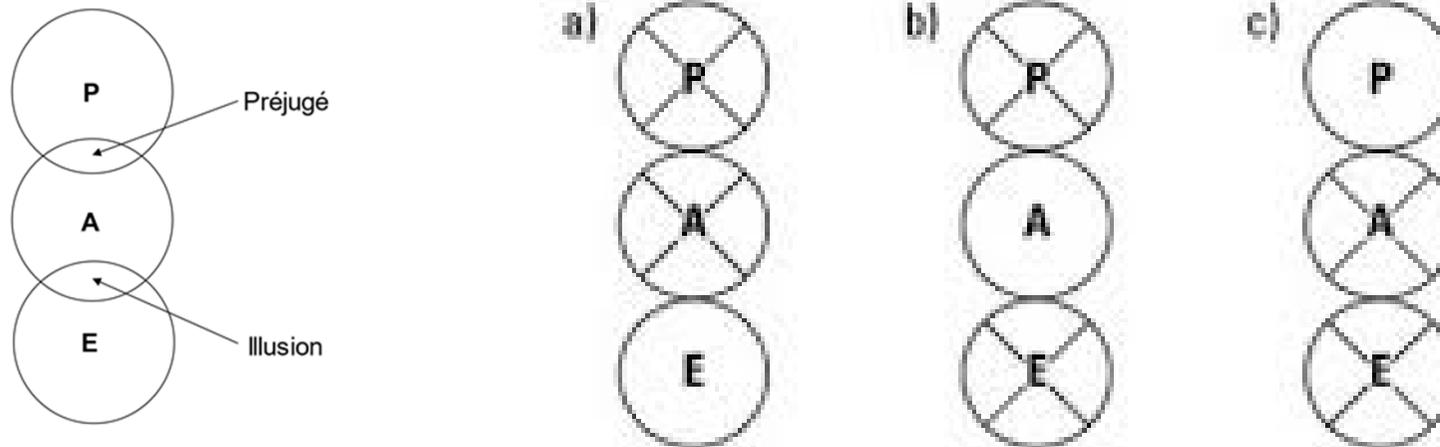


Fig. 4 Contaminations

Philippe Ducatteeuw TSTA O

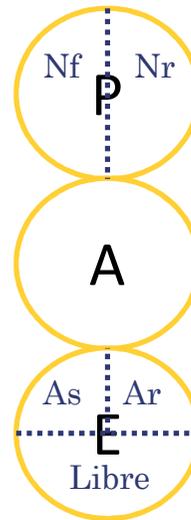
# Analyse fonctionnelle = Comment je fonctionne

## Parent normatif

- Le Parent protecteur structure, limite, protège, met sur les rails, veille à la sécurité, guide, garantit l'apprentissage et l'observation des règles, ... tout en ouvrant l'univers.
- Le Parent critique juge de toute pièce, pose un regard critique, exige, demande plus que ce que l'autre peut fournir, qui s'exprime par préjugés,... Il limite l'univers.

## Parent nourricier

- Le Parent nourricier soigne, cadre, encourage, donne du soutien, aide à grandir, favorise la croissance et l'autonomie,...
- Le Parent sur-protecteur donne à l'autre au lieu de demander pour lui-même ce dont il a besoin : il étouffe, accapare, paternalise, définit les besoins d'autrui, ...



## Adulte

Il s'informe, pèse le pour et le contre, confronte les idées, met des positions en œuvre, fait des constats, interprète, généralise, synthétise, pose des questions d'informations,... Utilise ses fonctions cognitives et l'intelligence émotionnelle de son mieux.

L'Enfant **Adapté** qui **s'adapte** aux **attentes du Parent** et permet de **s'adapter à la vie sociale (A)**. Il peut être rebelle, soumis, manipulateur, séducteur, socialisé, ... **Il est donc adapté par rapport à une figure vécue comme parentale.**

L'Enfant **Libre** est en contact avec le **vécu spontané de la personne**. S'il lui arrive parfois de faire le contraire de ce que le Parent lui dicte, c'est sans intention de faire contre lui mais parce qu'il y fait peu référence. Ses excès **disparaissent avec la socialisation et il tient alors compte de l'ici et maintenant.**

# “LE RECTANGLE D’AUTONOMIE”

## Le Parent normatif (PNf)

- Il persécute, juge, critique, dévalorise les autres ou lui-même. Il fait du chantage, interdit, menace et contrôle excessivement.

+ Il protège, guide, donne des normes et des moyens de réussir. Enonce clairement les règles et les fait respecter.

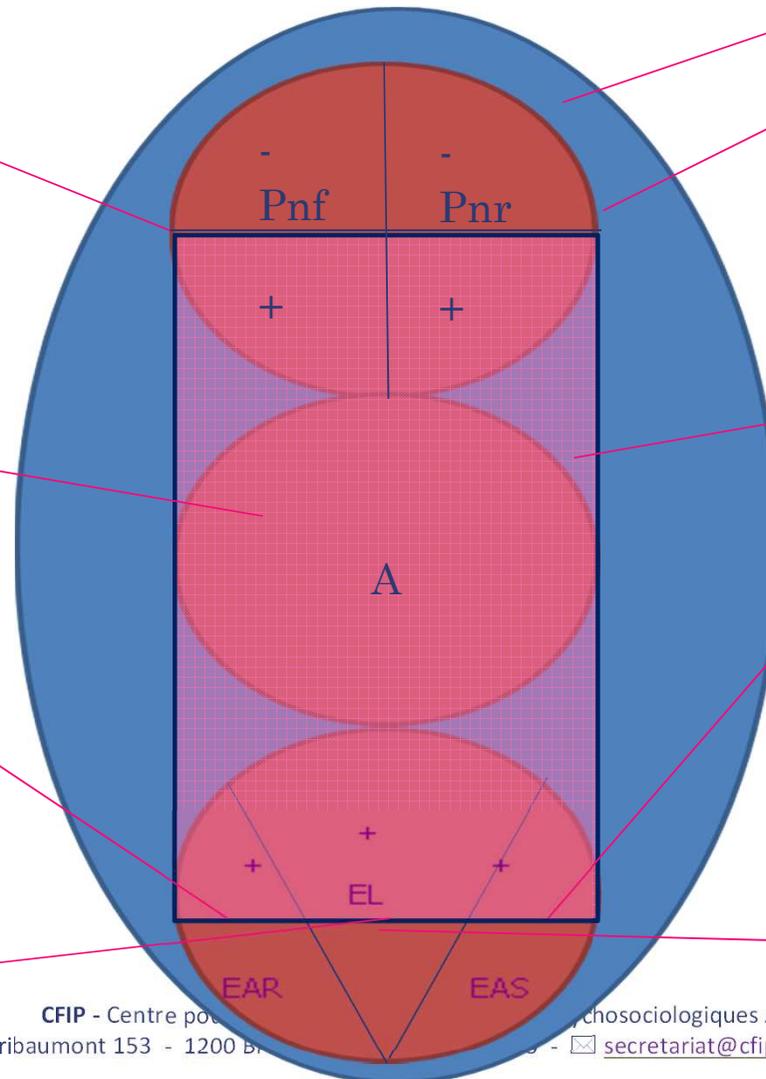
## Adulte :

Questionne de façon neutre, s’informe, vérifie, fait des hypothèses, ...

## Enfant Adapté Rebelle :

+ Il remet en cause habitudes et règlements, se révolte de manière positive.  
- Il réagit en s’opposant, rejette les contraintes, se révolte systématiquement. Il rage, il est autodestructeur.

**Enfant Libre** + Il réagit spontanément aux choses et aux gens ; exprime ses besoins ses désirs, ses craintes. Il fait des demandes directes. Il s’intéresse, s’étonne, se passionne.



## Cadre de référence

## Le Parent nourricier (PNr)

- Il sauve, étouffe, dévalorise les autres. Il ne sait pas déléguer.

+ Il donne des permissions, ouvre à des expériences nouvelles. Il écoute, rassure et console. Il aide, encourage et donne des recettes.

## Adulte :

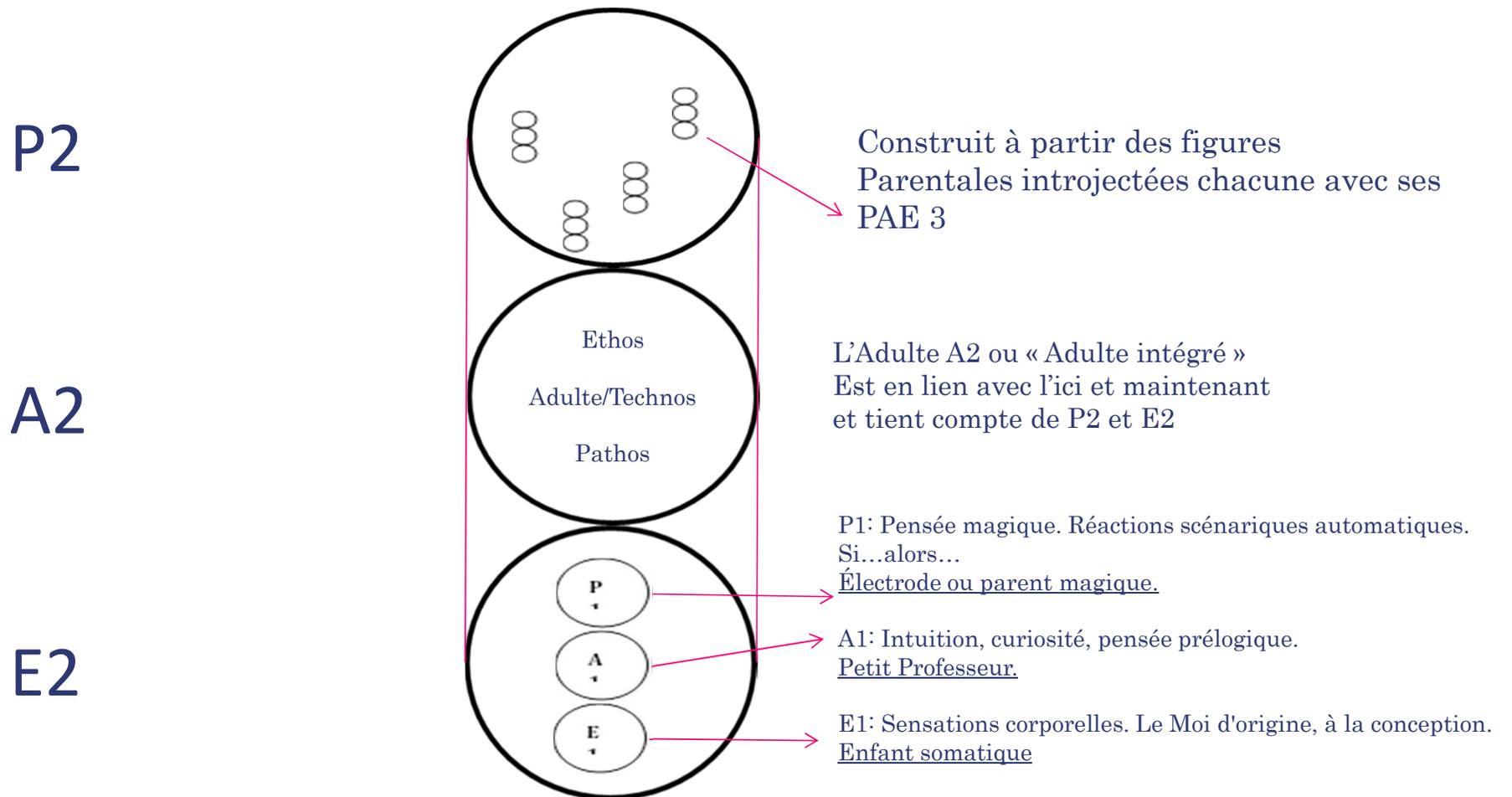
Décide, résout, classe, organise, calcule, ...

## L’Enfant adapté soumis

+ Il s’adapte aux règles de la société. Il fait ce qu’il convient de faire. Il aménage bien ses contraintes et ses envies  
- Il s’adapte aux demandes et aux attentes des autres sans que ça ne se justifie socialement. Il se suradapte, il essaie de devenir et deviner ce qu’il imagine qu’on attend de lui.

**Enfant libre** - Il se laisse aller sans retenue, ne réfléchit pas, prend des risques inconsidérés, se met en danger

## Analyse structurale du second ordre: les coulisses



## 4 types de diagnostic des états du moi

**Diagnostic comportemental** : l'observation du comportement permet le diagnostic de l'état du moi fonctionnel. Plusieurs observations sont nécessaires pour confirmer. Mots, ton de voix, attitude, posture...

**Diagnostic social** : les autres sont généralement en relation avec moi à partir d'EDM complémentaires à ceux que j'utilise.

**Diagnostic historique** : s'obtient à partir d'informations sur la personne enfant, son environnement, ses parents.

**Diagnostic phénoménologique** : lorsque la personne revit l'état du moi, comme lorsqu'elle était enfant (régression spontanée ou provoquée en thérapie) : ce qui se passe en elle

## L'égogramme: l'hypothèse de la conservation de l'énergie psychique, dont la somme reste constante.

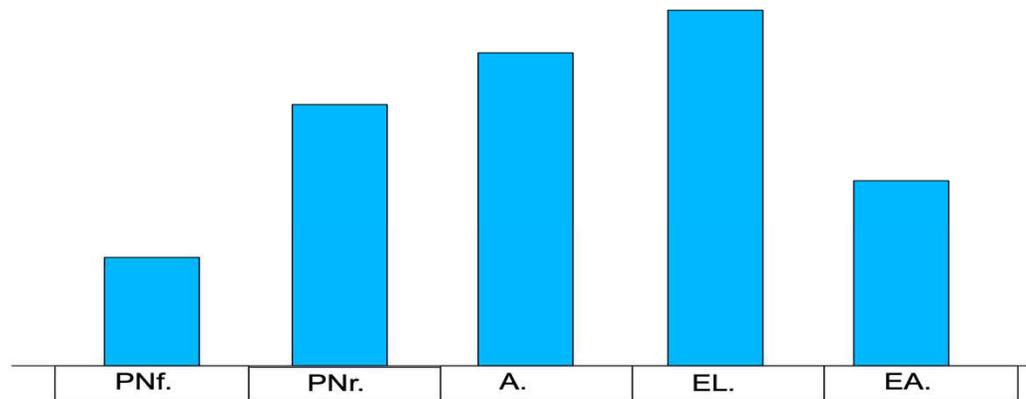


Fig. 6 Egogramme de John Dusay

Philippe Ducatteeuw TSTA O

# L'égogramme: exercice

Dessinez deux **égogrammes: vous et un partenaire**

- Comparez les égogrammes
- Observez les zones de ressemblance et les zones de complémentarité

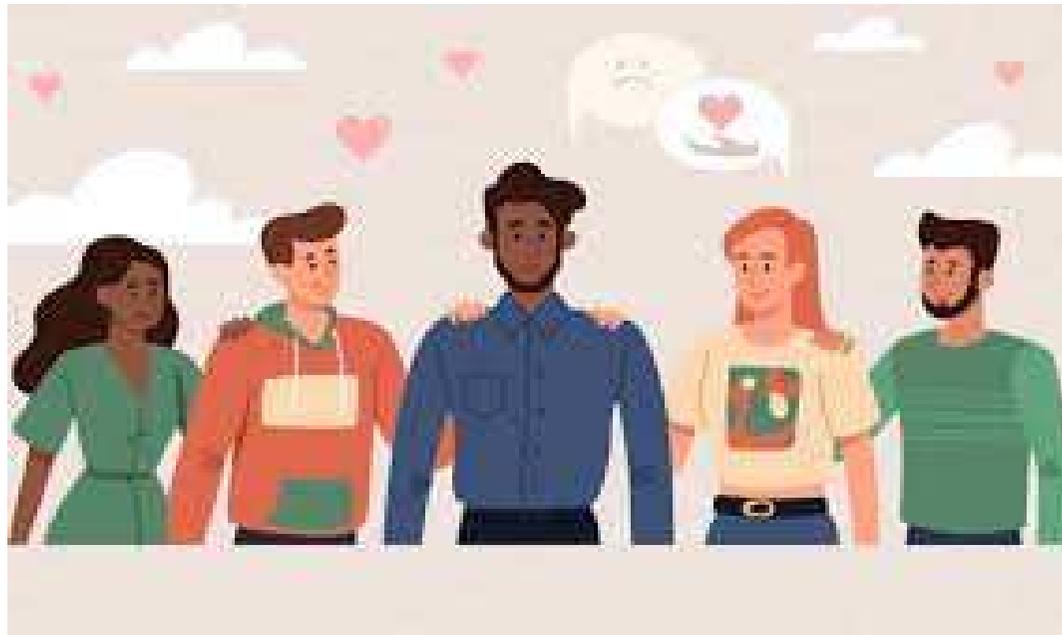
# Les canaux de communications efficaces:

Taibi Kahler( créateur du modèle de « la Process Communication ») dit que ***Dans des situations difficiles, nos voies favorites sont les meilleures pour entrer en contact si elles correspondent à celles de nos partenaires.***

CANAL	ÉTATS DU MOI	EXEMPLES
<b>AFFECTIF</b> (sentiments)	EL ⇔ EL	En réunion, tout le groupe rit du jeu de mot d'un participant, l'animateur de la réunion rit aussi : « Ça, c'est une bonne ! »
<b>NOURRICIER</b> (sentiments)	EL ⇔ PNr	Au début de la réunion, l'animateur dit : « Prenons le temps de partager les nouvelles de chacun. Comment allez-vous ? »
<b>INFORMATIF</b> (pensées)	A ⇔ A	« Êtes-vous au courant de dernières nouvelles de la commune ? » – « Non, qu'est-ce qui se passe ? »
<b>DIRECTIF</b> (comportements)	A ⇔ Pnf	L'animateur dit : « D'ici la prochaine réunion, réfléchissez comment nous pourrions améliorer la communication sur nos activités aux paroissiens. »
<b>INTERRUPTIF</b> (comportements)	Pnf ⇔ EA	Deux participants à la réunion font un a parte. L'animateur lance avec autorité « Maintenant ça suffit ! »

# LES TRANSACTIONS

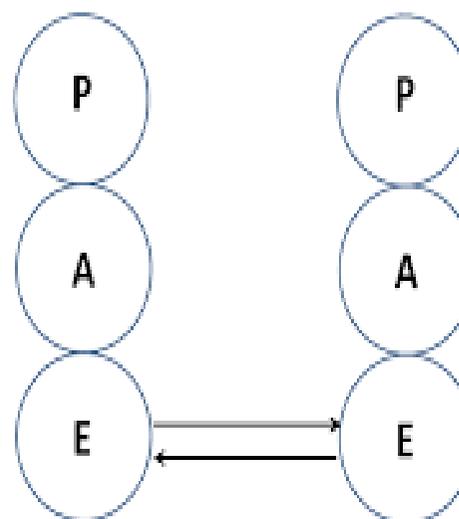
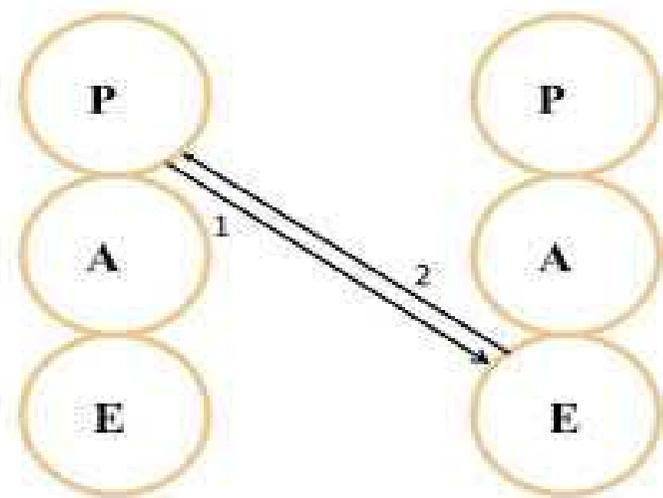
Théorie de base



# Les Transactions Parallèles

## Quelques exemples

A.T. : Les Transactions parallèles

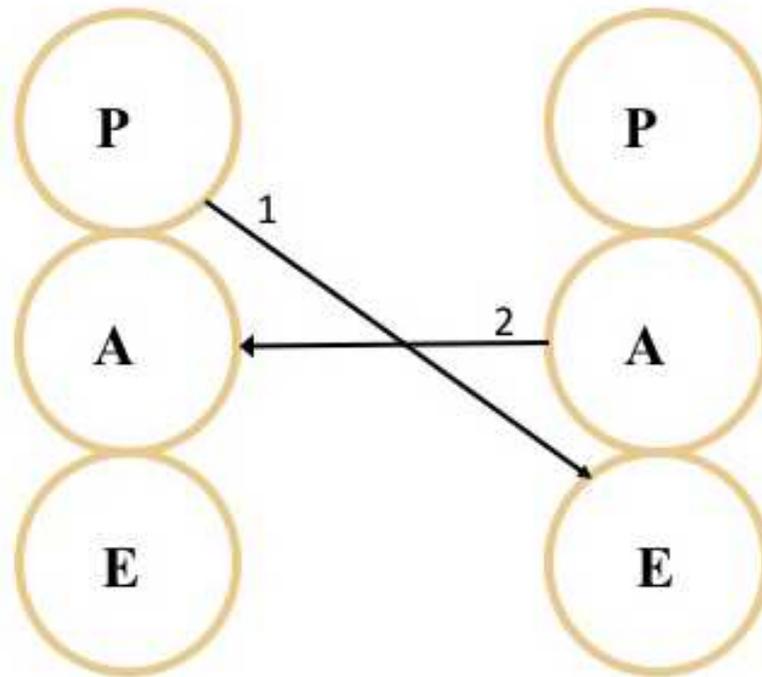


# Loi de Communication n°1 :

**La communication se déroule seulement aussi longtemps que les transactions sont complémentaires.**

**Quand les transactions sont complémentaires, les canaux de communication sont ouverts, l'échange est possible (même pour une dispute!). Il peut se dérouler jusqu'à l'épuisement d'un sujet donné.**

# Les transactions croisées



## **Loi de Communication n° 2 :**

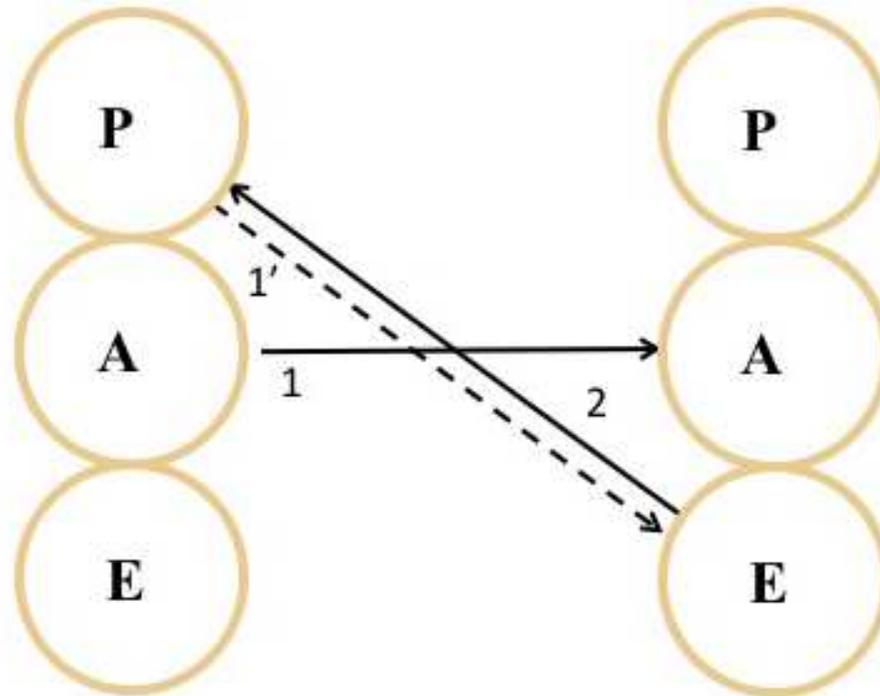
**Les transactions croisées provoquent l'arrêt de la conversation et/ou le changement de sujet de conversation.**

**Conséquence :**

**Pour changer de sujet de conversation, une transaction croisée aura un effet immédiat.**

**Pour que la communication soit restaurée, il est nécessaire que l'un ou les deux interlocuteurs changent d'Etat du Moi.**

# Transactions à double fond



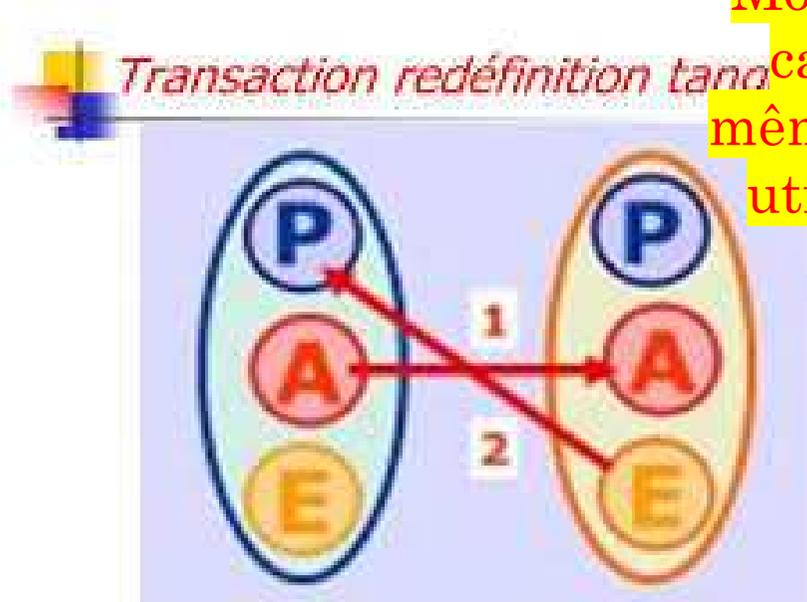
## **Loi de Communication n° 3 :**

**Le niveau psychologique, caché, est le plus important : c'est là que se détermine la suite des transactions.**

**Les transactions à double niveau sont souvent faites sans que les personnes n'en aient conscience. Ce sont ces transactions qui mènent à des stratagèmes ou jeux psychologiques.**

# Les transactions tangentielles

La transaction tangentielle: une autre manière de répondre à côté, il s'agit d'un détournement d'objet.



Modifier l'image car elle est la même que l'image utilisée pour la croisée.