

Ce qui motive : Soifs psychologiques, signes de reconnaissance, structuration du temps

Année 1

Jour 3

Ce qui motive : Les soifs psychologiques, les signes de reconnaissance et la qualité des temps d'échanges interpersonnels (structuration du temps).

Ce qui motive : psychologie humaniste Maslow

Les soifs psychologiques

1. Théorie de la motivation – Besoins de stimuli, de reconnaissance et de structure.

ERIC Berne QDV p27 a défini des soifs fondamentales qui amènent chaque être humain à rechercher des solutions pour leur satisfaction :

Besoin de stimulus ou de sensation

Besoin d'être reconnu

Besoin de structure

Steiner y ajoute soif de position de vie correspondant à la soif d'accomplir son scénario de Berne

Voir ATAA Hostie p115 note 36 ci-dessous :

36. Dans *Analyse transactionnelle et psychothérapie*, Berne énumère aux pages 85-87/83-86, en les décrivant brièvement, la soif de stimulations (stimulus hunger), la soif de reconnaissances (recognition hunger) et la soif de structurer le temps (structure hunger). Peu après, dans *Des jeux...*, il maintient la même présentation aux pages 14-15/13-14. Dans *Principles of Group Treatment*, il ajoute, en page 282, la soif d'attouchements (tactile hunger) et, en page 230, la soif de leadership (leadership hunger). Il avait déjà mentionné cette dernière, en passant, dans *Structure and Dynamics of Groups and Organizations*, p. 158. Il se borne à dire, les deux fois, qu'il s'agit d'une forme de la soif de structurer le temps. Dans *Sex in Human Loving*, sous le titre « les six soifs » (pp. 189-193), il introduit la soif de contacts (contact hunger), la soif sexuelle (sexual hunger) et la soif d'incidents imprévus (incident hunger). Cette dernière n'est qu'un aspect exacerbé de la soif de structuration. La soif de contacts ne semble pas différente de la soif d'attouchements, elle-même proche de la soif de stimulations, de reconnaissances et de contacts. Dans *Que dites-vous...*, aux pages 27-28/21-22, Berne revient à sa position initiale et se limite aux soifs de stimulations, de reconnaissances et de structuration du temps. N'empêche que, plus loin, il se laisse emporter par sa fougue : il assortit la soif de structurer le temps de deux autres : la soif de programmes (pattern hunger) et la soif d'accomplir le scénario (script hunger). Cette dernière est probablement une ébauche de la soif de se confirmer dans sa position de vie, introduite explicitement par Claude Steiner.

Nous structurons notre temps social pour répondre à ces besoins.

(Voir aussi ATP p.107 Chapitre 8)

« ...il passe du registre tactile au registre symbolique au fur et à mesure que l'enfant avance en âge. Pour beaucoup d'adultes le registre symbolique est prédominant. C'est pourquoi Berne parle de la soif de caresses physiques stimulantes (soif de stimulation) et de la soif de caresses symboliques (soif de reconnaissance) qui se situe dans son prolongement.

Les caresses ou signes de reconnaissance, sont vitales. Mais comme tout élément nutritif, elles demandent du temps pour être métabolisées. Leur dosage exige une régulation constante. La soif de structuration du temps intervient à propos de ce dosage. La

structuration se fait selon différentes modalités qui règlent la quantité des caresses et, plus encore, leur intensité. Berne distingue en fin de compte six modalités... »

ATAA Hostie p 102

Voir aussi « Le compas : nouvel outil de synthèse et d'analyse des soifs » AAT C1 p152

Soif de stimuli physiques (Spitz hospitalisme)

Soif de stimuli symboliques les signes de reconnaissance

Soif de structuration du temps

Les signes de reconnaissance

2. Définition et types de signes de reconnaissance

Définition des signes de reconnaissance.

« Unité de reconnaissance humaine » Steiner de Berne DSH p151 ATP Chap. 8p109

Signe de reconnaissance « Il apprend à s'en tenir à des formes d'échanges plus subtiles, et même symboliques, et bien que son appétit de contact physique puisse ne rien avoir perdu de sa force originelle, il arrive à se satisfaire du moindre signe de reconnaissance. » ATP Chap. 8p109

« Le terme « stroke » traduit par caresse ou signe de reconnaissance a été choisi par David Kupfer » ATRSp39

« Stroke [signe de reconnaissance] : unité de reconnaissance ; signe verbal ou non verbal, positif ou négatif, conditionnel ou inconditionnel, essentiel à la survie psychologique » Manuel d'AT I.Stewart, V.Jones

Soif de stimuli : « soif qui se porte surtout sur le type de stimuli offerts par l'intimité physique. »_ATP Chap 8 p108

Soif de reconnaissance : « la soif de reconnaissance est la soif de stimuli sublimée au premier degré» ATP Chap.8 p109

Types de signes de reconnaissance

Caractéristiques

Verbaux, non verbaux

Positifs, négatifs

Conditionnels, inconditionnels

4 types de signes de reconnaissance

- + Les signes de reconnaissance peuvent être positifs ou négatifs, conditionnels ou inconditionnels.
- + Ils sont conditionnels lorsqu'ils sont relatifs à une attitude ou à une action précise, clairement identifiable : ils portent alors sur ce que les personnes font.
- + Les signes de reconnaissance inconditionnels ne sont liés à aucune circonstance particulière et visent ce que les personnes sont.
Les signes de reconnaissance sont positifs s'ils sont agréables à recevoir, les signes de reconnaissance sont négatifs s'ils sont désagréables à recevoir. »

Signes de reconnaissance positifs conditionnels	Signes de reconnaissance négatifs conditionnels
Signes de reconnaissance positifs inconditionnels	Signes de reconnaissance négatifs inconditionnels

Économie des signes de reconnaissance

(Claude Steiner) DSH Steiner p156 et 364 et classique 1 p94

Il est préférable de recevoir des signes de reconnaissance négatifs plutôt que pas de signes de reconnaissance du tout.

- *Ne donne pas - Donne*
- *Ne demande pas – Demande*
- *N'accepte pas – Accepte*
- *Ne refuse pas – Refuse*
- *Ne te donne pas – Donne toi*

Filtres à signes de reconnaissance

4 conditions de Steiner

- Sincères
- Spécifiques
- Prendre la responsabilité du signe de reconnaissance
- Gratuité en termes de troc.

« Le conte des douces caresses » DSH Steiner p.152

« Conte chaud et doux des chaudoudoux » Steiner

La qualité des temps d'échanges interpersonnels (structuration du temps).

3. Structuration du temps social

Le retrait 1

« Les gens ne communiquent pas ouvertement les uns avec les autres ... chaque individu reste drapé dans ses propres pensées. » QDV p28

Les rituels 2

« ...la forme la moins risquée d'action sociale consiste en rituels. Il s'agit d'échanges hautement stylisés pouvant s'effectuer familièrement ou s'instituer en cérémonies qui deviennent alors totalement prévisibles. Les transactions constituant des rituels communiquent peu d'informations ; elles procèdent plutôt du signe de reconnaissance mutuelle. Les unités d'un tel rituel sont baptisées caresses (strokes), par analogie à la « reconnaissance » des enfants en bas âge par leur mère. Les rituels sont programmés de l'extérieur par la tradition et l'usage social. » QDV p28

Le passe-temps 4

« ...Viennent ensuite les passe-temps qui sans être stylisés et prévisibles que les rituels, présentent une certaine qualité répétitive et constituent des échanges bâtis comme des phrases toutes faites où l'on disposerait cependant d'un certain choix de propositions ; c'est ce qui se produit dans les cocktails où les gens ne se connaissent pas très bien. Consistant à parler d'une manière acceptable de sujets admis, les

passes-temps sont pour une grande part programmés socialement mais des notes personnelles peuvent s'y glisser, ce qui conduit à la forme suivante d'action sociale : le jeu. » QDV p29

L'activité 3

« Les formes d'action sociale les moins risquées sont ensuite les activités, ce que l'on appelle communément le travail, dans lesquelles les transactions sont programmées par les matériaux avec lesquelles on travaille qu'il s'agisse de bois, de béton ou de problèmes d'arithmétique. Les transactions de travail sont typiquement A>A, orientées vers la réalité extérieure, à savoir, l'objet de l'activité. » QDV p28

Les jeux psychologiques 5

« Les jeux sont des ensembles de transactions doubles, répétitifs de nature, dotés d'un bénéfice psychologique bien défini. Etant donné que transaction double signifie que l'agent fait semblant de faire une chose alors qu'il en fait une autre en réalité, tous les jeux impliquent un attrape nigaud. Mais un attrape nigaud ne fonctionne que s'il existe un point faible à accrocher chez le répondant, par exemple, peur, cupidité, sentimentalisme ou irritabilité. Quand le nigaud a marché, le joueur actionne une sorte de déclic pour obtenir son bénéfice. Ce déclic est suivi d'un moment de stupeur, durant lequel le nigaud essaie de comprendre ce qui vient de lui arriver. Puis les deux joueurs touchent leur bénéfice et le jeu est fini. Ce bénéfice, mutuel, réside dans les sentiments (pas nécessairement semblables) que le jeu fait naître chez l'agent et chez le répondant. Si une série de transactions ne présente pas ces quatre caractéristiques, ce n'est pas un jeu. Dans un jeu, les transactions doivent être doubles pour qu'il y ait attrape-nigaud ; et celui-ci doit être suivi d'un déclic, d'un moment de stupeur et d'un bénéfice. » QDV p29.

L'intimité 6

« Au-delà des jeux, on arrive à l'autre cas limitatif de ce qui se produit entre les gens. Cela s'appelle l'intimité. L'intimité bilatérale se définit comme une relation sincère, exempte de jeux, exempte de toute exploitation, où chacun donne et reçoit sans arrière-pensée. L'intimité peut être unilatérale, l'une des deux parties exploitant subrepticement l'autre, qui se donne sincèrement. » QDV p30.