

Analyse transactionnelle

L'**analyse transactionnelle** (aussi appelée AT) est une théorie de la personnalité et de la communication. Elle postule des « états du Moi » (Parent, Adulte, Enfant), et étudie les phénomènes intrapsychiques à travers les échanges relationnels, appelés « transactions ». Cette théorie a été fondée par Éric Berne, médecin psychiatre américain, dans les années 1950 à 1970.

L'analyse transactionnelle vise à permettre une prise de conscience ainsi qu'une meilleure compréhension de « ce qui se joue ici et maintenant » dans les relations entre deux personnes et dans les groupes. L'analyse transactionnelle propose des grilles de lecture pour la compréhension des problèmes relationnels ainsi que des modalités d'intervention pour résoudre ces problèmes.

Sommaire

- 1 Principaux concepts
 - 1.1 Les états du Moi
 - 1.2 Les transactions
 - 1.2.1 Transactions simples complémentaires
 - 1.2.2 Les transactions simples croisées
 - 1.2.3 Transactions doubles
 - 1.3 L'économie des signes de reconnaissance
 - 1.4 La structuration du temps
 - 1.5 Les positions de vie
 - 1.6 La gestion des sentiments
 - 1.7 Les jeux psychologiques
 - 1.8 Les méconnaissances et les passivités
 - 1.9 Les drivers (ou *mots d'ordre*)
 - 1.10 Injonctions et permissions fondamentales
 - 1.11 Le scénario de vie
 - 1.12 L'autonomie
- 2 Comment appliquer l'analyse transactionnelle
 - 2.1 Permettre des prises de conscience
 - 2.2 Les quatre champs d'application
- 3 Évolution de l'analyse transactionnelle
 - 3.1 Origine
 - 3.2 Controverse historique
 - 3.3 Courants actuels
 - 3.3.1 La Process communication
- 4 Un outil d'accompagnement et un cadre d'exercice
 - 4.1 Un outil d'accompagnement
 - 4.2 Le cadre d'exercice
- 5 Notes et références
- 6 Voir aussi
 - 6.1 Bibliographie
 - 6.2 Articles connexes
 - 6.3 Liens externes

Principaux concepts

Outre les *États du Moi*, l'analyse transactionnelle propose de repérer les *jeux psychologiques*, des types d'échanges qui se répètent de manières semblables, et qui se terminent par un sentiment de malaise. Parmi les autres concepts de l'analyse transactionnelle, on trouve les *positions de vie*, des éclairages sur la gestion des *signes de reconnaissance* et des sentiments, la *structuration du temps*, les *drivers* ou *messages contraignants*, les *méconnaissances* et les différents degrés de *passivité*.

Éric Berne postulait que les grandes orientations de la vie sont décidées dès l'enfance, et peuvent prendre la forme d'un *scénario de vie*. Berne définit également trois critères de bonne santé psychique : « conscience, spontanéité et intimité ».

Les états du Moi

Berne a conclu, dans le cadre des observations liées à sa pratique que, dans certains contextes, ses patients agissaient comme le faisait l'un de leurs parents, sans avoir toujours conscience de l'origine de ces comportements, ainsi que des émotions et manières de penser qui y étaient associées. À d'autres moments, des résurgences des comportements issus de l'enfance de ses patients se reproduisaient, également avec les affects et les états d'esprits d'alors.

Il décrit un de ses patients, M. Segundo, un avocat, dont le rapport à l'argent était de trois types¹ :

- « Dans son activité d'homme de loi, et dans ses opérations financières, il montrait une épreuve de la réalité très sûre ». « [Il] maniait de grosses sommes d'argent avec l'assurance, le jugement et le bonheur d'un banquier et il était prêt à dépenser de l'argent pour en gagner. »
- À d'autres moments, il « rêvait de tout prodiguer pour le bien public. » Il « imitait effectivement la conduite et l'état d'esprit de son père lors de ses activités de bienfaisance. »
- En outre, il lui arrivait de voler « des chewing-gums et d'autres babioles dans les grands magasins. » Et il le faisait avec « la même attitude désinvolte et la même technique avec lesquelles il volait des chewing-gums étant enfant. »

Berne a défini un état du Moi comme un « système cohérent de pensées, d'émotions, et de comportements associés »². Du point de vue de la structure de la personne, il distingue trois types d'états du Moi³ :

- Le **Parent** correspond aux pensées, émotions, et comportements d'une personne qu'elle a fait siens par imitation de figures parentales ou éducatives marquantes.
- L'**Adulte** caractérise les émotions, pensées et comportements qui sont congruents avec la réalité de l'ici et maintenant.
- L'**Enfant** correspond aux pensées, émotions, et comportements qui sont une reviviscence de notre propre enfance.

Dans l'exemple de M. Segundo, les trois types de rapport à l'argent étaient respectivement Adulte, Parent, et Enfant.

Dans l'analyse de Berne, les termes Parent, Adulte et Enfant ne sont pas en relation avec l'âge de la personne. Exemple : dans une classe un enfant qui réexplique la leçon à un de ses camarades de la même manière que le fait son maître ou sa maîtresse active son État du Moi Parent.

Enfin, ils ne sont pas synonymes du ça, du moi et du surmoi de la psychanalyse freudienne.

Article détaillé : États du Moi.

Les transactions

Une transaction est le nom donné à un échange verbal et comportemental entre deux personnes. On distingue le stimulus, ou message envoyé d'une personne à l'autre, de la réponse de celle-ci. Les transactions peuvent ainsi être observées et analysées en termes d'états du moi.

Il existe des transactions simples (complémentaires ou croisées) où se répondent alternativement un état du moi seulement chez chacun des deux protagonistes, et des transactions doubles où se répondent en apparence des États du Moi spécifiques (exemple Parent) et en même temps, à un niveau sous-jacent, d'autres États du Moi (exemple Enfant).

Transactions simples complémentaires

Les transactions sont complémentaires lorsque les deux partenaires s'adressent à l'Etat du Moi dans lequel l'autre se trouve.

Exemple 1

A : « Avez-vous pu rédiger le rapport ? »

B : « Oui - je suis sur le point de vous l'envoyer par courriel. » (Échange Adulte - Adulte)

Exemple 2

A : « Voulez-vous vous passer après cette réunion et aller voir un film avec moi ? »

B : « Avec plaisir - Je n'en peux plus de travailler, que pourrions-nous aller voir ? » (Échange Enfant - Enfant)

Exemple 3

A : « Tu aurais dû avoir fini de ranger ta chambre ! (Parent - Enfant) »

B : « Arrête de me pourrir la vie, je vais le faire ! (Enfant - Parent) »

Des échanges sur ce mode peuvent continuer indéfiniment. Évidemment, ils s'arrêtent au bout d'un certain temps, mais ce mode de communication est stable.

Les transactions simples croisées

La communication s'arrête ou change de mode lorsque les transactions sont croisées : lorsqu'une personne s'adresse à un autre État du Moi que celui dans lequel se trouve son partenaire.

Exemple 1 bis

A : « Avez-vous pu rédiger le rapport ? » (Adulte - Adulte)

B : « Arrêtez de me pourrir la vie, je vais le faire ! » (Enfant-Parent)

Cette transaction croisée est susceptible de causer des problèmes entre les personnes. « A » pourrait répondre avec une transaction de Parent à Enfant, comme :

A : « Si vous ne changez pas d'attitude, vous serez viré ! »

Exemple 2 bis

A : « Est-ce que ta chambre est enfin rangée ? » (Parent-Enfant)

B : « Regarde, je suis en train de le faire. » (Adulte - Adulte)

Cette transaction croisée change l'équilibre entre les protagonistes.

Transactions doubles

Dans ce type de transactions, une conversation se déroule à un niveau social, explicite, et en même temps, d'autres transactions sont échangées à un niveau psychologique, non-dit. Par exemple :

A : « J'ai besoin que vous restiez au bureau ce soir avec moi. » (Mots Adulte)

le langage corporel indique l'intention sexuelle (Enfant flirtant)

B: « Bien sûr. » (Réponse à la déclaration Adulte)

sourire ou clin d'œil (l'Enfant accepte le motif caché)

L'économie des signes de reconnaissance

Éric Berne utilise un terme polysémique en anglais : « *Stroke* » qui signifie à la fois caresse et coup de pied. Ce terme est soit conservé tel quel dans les textes français, soit traduit par « Signe de reconnaissance ».

Pour Berne, chaque individu recherche en permanence des signes de reconnaissance car ils sont vitaux pour lui. Une des lois fondamentales de l'économie des signes de reconnaissance observe qu'une personne accepte plutôt (à défaut de signes de reconnaissance positifs) des signes de reconnaissance négatifs que pas de signe de reconnaissance du tout. Le poids du conditionnement éducatif se vérifie souvent ici : une personne habituée dès le plus jeune âge à recevoir des signes de reconnaissance négatifs sera plus encline à en recevoir toute sa vie, voire à refuser les signes de reconnaissance positifs.

Les signes de reconnaissance sont classés selon des critères conditionnels (portant sur le faire) ou inconditionnels (portant sur l'être), et selon deux polarités : positifs ou négatifs.

L'économie des signes de reconnaissance requiert la capacité de savoir les donner, savoir les recevoir, savoir les demander, savoir les refuser et savoir se les donner à soi-même. Ces capacités sont variables d'une personne à une autre.

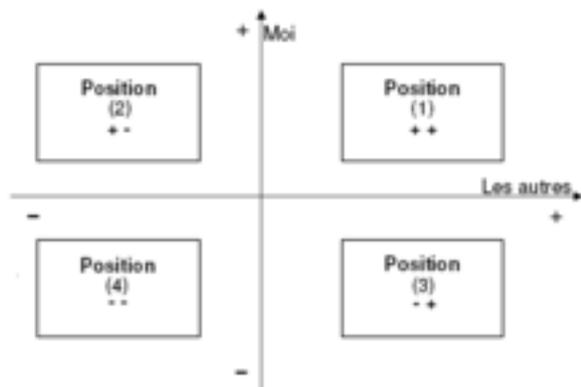
Il existe deux croyances limitantes, l'une concerne la rareté (exemple : il n'y en a pas assez pour tout le monde) et l'autre le contrôle : seuls quelques privilégiés peuvent en donner.

La structuration du temps

Berne observe et décrit six manières de structurer le temps. Ces différentes séquences sont classées selon leur apports quantitatif/qualitatif en signes de reconnaissance, du plus faible au plus intense.

- le retrait : la personne se met à l'écart physiquement ou psychologiquement.
- le rituel : il s'agit de séquences normalisées, standardisées (ex. se saluer), d'échanges codifiés socialement. Permet d'échanger des signes de reconnaissance. Chaque groupe a ses propres rituels.
- le passe-temps : caractérise les conversations aux sujets stéréotypés telles que les conversations de salon.
- l'activité : comme son nom l'indique, il s'agit ici de séquences dont le but est de faire quelque chose.
- les jeux psychologiques : permettent des échanges de signes de reconnaissance intenses, mais négatifs.
- l'intimité : correspond aux moments où la communication est ouverte, basée sur la confiance, le respect, et l'acceptation de l'autre. Permet des échanges de signes de reconnaissance positifs de grande qualité et de grande intensité.

Les positions de vie



Positions de vie selon le modèle de l'analyse transactionnelle.

L'enfant acquiert des certitudes sur lui et les autres. Ces certitudes seront à la base du scénario de vie par le choix préférentiel mais pas exclusif d'une position de base parmi les positions de vie suivantes :

1. Je suis OK, vous êtes OK (++) : la relation idéale selon l'analyse transactionnelle
2. Je suis OK, vous n'êtes pas OK (+-) : mépris, supériorité
3. Je ne suis pas OK, vous êtes OK (-+) : sentiment d'infériorité
4. Je ne suis pas OK, vous n'êtes pas OK (--) : position de renoncement

La gestion des sentiments

Il existe selon l'analyse transactionnelle trois formes de sentiments dont la spécificité est de brouiller les transactions par leur non congruence :

- les sentiments accumulés ou « Timbres ». Un timbre est un sentiment non exprimé sur le coup et conservé, il peut se retrouver avec d'autres dans une « Collection de timbres » de taille variable. Une collection de timbres pleine se transforme alors en violence, maladie, mort, etc.
- les sentiments parasites ou « Rackets ». Depuis le cercle familial primaire où certains sentiments sont plus permis que d'autres, l'enfant puis l'adulte utilisera un sentiment « autorisé » plutôt que celui qui est « interdit » et néanmoins pertinent.
- les sentiments réactivés ou « Élastiques ». Une situation actuelle peu affective rappelant une ancienne situation fortement chargée affectivement.

Les jeux psychologiques

Dans la structuration du temps selon l'analyse transactionnelle, c'est la séquence qui vient juste avant l'intimité. Elle est riche en signes de reconnaissance mais négatifs (on peut envisager cette séquence comme le revers de l'intimité). C'est un enchaînement de transactions doubles dont la fin dramatique est toujours prévisible et néanmoins surprenante.

Éric Berne⁴ a intitulé de nombreuses séquences de ce type de manière imagée. Un exemple est le « Oui, mais... ». Une personne a un problème, une autre lui donne des conseils dont chacun est ponctué par la première par un « Oui, mais... ». Lassée, la seconde peut s'emporter de parler dans le vide si ce n'est la première qui ne se sentirait pas écoutée. Les transactions de surface disent bien « je cherche de l'aide » mais celles qui sont cachées disent en même temps « personne ne peut m'aider ». D'autres jeux existent : « Battez-vous », « Au viol », « Sans toi », « Jambe de bois », etc.

Stephen Karpman a élaboré une matrice de tous ces jeux : le triangle dramatique Victime-Sauveur-Persécuteur (obligatoirement avec une majuscule). À chaque pôle se trouve un rôle : une personne dans celui de la Victime, une autre dans celui de Sauveur et une troisième le rôle de Persécuteur (on peut observer que ce jeu se joue fréquemment à deux avec tiers symbolique). Il y a donc interactions entre ces trois rôles qui sont interchangeables. Dans le cas du jeu « Oui, mais... » cité ci-dessus la première est Victime, la seconde Sauveur mais *in fine* la première peut se retrouver Persécuteur « tu ne m'aides pas » et l'autre Victime « j'ai essayé de t'aider ».

Attention il convient de distinguer par exemple le sauveteur qui est une personne tout à fait efficiente du Sauveur qui ne l'est pas, ou la victime qui subit un traumatisme bien réel de la Victime qui se plaint pour se plaindre (en toute méconnaissance).

À ce titre, le film *Oui, mais...* (2001) avec Gérard Jugnot et Émilie Dequenne illustre bien ce type de situations, jonglant habilement entre l'héritage d'Eric Berne et de Stephen Karpman.

Les méconnaissances et les passivités

L'analyse transactionnelle repère trois domaines de méconnaissance : de soi, des autres et de la situation. Elle distingue trois registres de méconnaissance : des signes du problème, du problème lui-même et des options de solutions ; et quatre niveaux de méconnaissance : de l'existence du phénomène, de la signification de celui-ci, des possibilités de changement de celui-ci et des aptitudes personnelles vis-à-vis du phénomène. Chaque problème est analysé à travers ces trois classes au moyen d'une grille des méconnaissances.

L'analyse transactionnelle distingue quatre types de passivité ou « comment faire pour ne pas y arriver » :

1. ne rien faire ;
2. se suradapter ;
3. l'agitation ;
4. la violence contre les autres ou soi-même (incapacitation).

Les drivers (ou mots d'ordre)

On doit à Taibi Kahler d'avoir identifié que des situations de stress peuvent rendre manifestes des systèmes de croyances personnelles. Il a identifié cinq groupes de comportement qu'il a nommé *Drivers*, et qui peuvent conduire à des situations d'échec. Nous illustrons ces cinq *Drivers* avec des exemples de croyances sous-jacentes :

- Fais Plaisir : J'ai besoin de faire plaisir aux autres pour être aimé.
- Sois Fort : Je peux tout gérer, et je n'ai besoin de personne.
- Sois Parfait : J'ai besoin de me sentir irréprochable et que tout soit exécuté de manière parfaite.
- Fais des Efforts : Plus je m'acharne, plus je transpire, plus ce que je fais est important, peu importe le résultat.
- Dépêche-Toi : Je vais pouvoir tout faire, même si je suis débordé, il suffit que je me dépêche.

Injonctions et permissions fondamentales

Bob et Mary Goulding ont discerné douze types d'interdits, qu'ils ont appelés « injonctions », et qui restreignent la liberté dont dispose un individu dans sa vie.

Gysa Jaoui, quant à elle, met l'accent sur les points forts de la personne, et propose à chacun d'évaluer où il en est par rapport aux permissions fondamentales⁵, qui sont en lien avec notre relation à nos propres ressentis, à nous-mêmes, aux autres et au monde. Ces permissions sont les inverses des injonctions.

Le scénario de vie

On l'appelle aussi « style de vie » ou « plan de vie ».

Il est déterminé par les injonctions, les prescriptions et le programme (ou modèle technique). Ce dernier indique comment appliquer injonctions et prescriptions dans son existence. Le programme est hérité du parent du même sexe.

Il y a plusieurs classes de scénario de vie :

- gagnant - perdant ou harmatique - non gagnant ou banal
- jamais - toujours - avant ou jusqu'à - après - sans cesse - sans but
- sans pensée - sans amour - sans joie

L'autonomie

Pour Éric Berne, l'objectif est de s'orienter sans cesse vers ce qu'il appelle l'autonomie et qui répond à trois critères : conscience, spontanéité et intimité⁴. Se diriger vers l'autonomie c'est ainsi quitter les influences négatives de son scénario personnel.

Capacité de conscience : être en plein contact avec l'ici et maintenant, prendre la réalité telle qu'elle est, sans la filtrer, la déformer.

Capacité de spontanéité : développer notre faculté à ne pas réagir à l'environnement par des comportements automatiques, mais comme nous le souhaitons et d'une manière adéquate à l'environnement. Cela implique notamment d'être capable d'utiliser nos trois États du moi, et d'enrichir le panel de comportements de chacun.

Capacité d'intimité : être dans une relation authentique avec l'autre, c'est-à-dire vraie et appropriée. Cela exclut toutes manipulations ou jeux. Cela peut être un moment de partage amical comme une mise au point très franche. Il s'agit de développer une capacité à proposer un moment relationnel fort, comme de savoir le recevoir.

Comment appliquer l'analyse transactionnelle

Permettre des prises de conscience

Une des idées induites par cette approche est que la connaissance de nos propres comportements, de leurs sources peut nous aider à changer les comportements douloureux... la souffrance n'est pas inéluctable. L'analyse transactionnelle est utilisée en psychothérapie même si elle n'est pas reconnue partout comme approche unique.

Une psychothérapie en analyse transactionnelle s'effectue dans le cadre d'un contrat accepté par le thérapeute et le patient. Ce contrat porte sur les objectifs à atteindre et la manière dont le thérapeute comme le patient pourront constater que le but de thérapie est atteint.

Les techniques d'intervention portent autant sur le contenu de ce qu'apporte le client que sur le processus mis en œuvre dans la relation transférentielle avec le thérapeute (et avec les membres du groupe lorsque le traitement s'effectue en groupe). L'analyse du processus est considérée avec attention.

L'analyse transactionnelle marque aussi sa spécificité par son caractère éminemment explicite : la transparence en est une manifestation constante dans la transmission des concepts au patient comme dans l'attitude du thérapeute, considéré davantage comme une personne que comme un écran de projection. L'analyse transactionnelle intègre parfois des outils empruntés à d'autres approches (exemple Gestalt).

Les quatre champs d'application

La formation en analyse transactionnelle est une formation complémentaire liée à une activité professionnelle. La certification est assortie d'une mention indiquant le champ de spécialisation qui correspond à cette activité.

- Psychothérapie

Concerne le développement des personnes, le traitement des dysfonctionnements par la psychothérapie individuelle ou en groupe. Le Champ Psychothérapie, choisi par les professionnels dont les activités visent la guérison des clients, c'est-à-dire qu'elles visent à soulager leurs symptômes et/ou à les aider à restructurer leur personnalité et/ou leur cadre de référence au sein de la société. Il s'inscrit dans le respect des implications légales de l'exercice dans ce domaine.

- Organisation

Concerne la dynamique des personnes et des groupes au sein des organisations (managers, consultants, chefs de personnel et subordonnés...). Le Champ Organisation, choisi par les professionnels qui travaillent dans ou pour des organisations, en tenant compte à la fois du contexte institutionnel et du développement de l'organisation. Leur rôle est de favoriser la croissance et le développement des personnes ainsi que l'accroissement de l'efficacité des individus travaillant dans l'organisation.

- Éducation

Concerne les personnes liées aux activités d'éducation et de formation (enseignants, conseillers en éducation, parents, éducateurs, et ceux à qui ils s'adressent...). Le Champ Éducation, choisi par les professionnels travaillant avec les enfants, les jeunes ou les adultes dans le domaine de l'éducation et de la formation, en milieu scolaire ou non, dans une optique d'éducation et/ou de développement de la personnalité et d'intégration sociale.

- Conseil

Concerne les personnes liées aux activités d'accompagnement. Le Champ Conseil, choisi par les professionnels dont l'activité vise la croissance et le développement des personnes et de leur cadre de référence social : infirmiers, travailleurs sociaux, fonctionnaires de justice, avocats, médecins, pasteurs...

Évolution de l'analyse transactionnelle

Origine

Eric Berne a souhaité simplifier le discours psychiatrique pour permettre au praticien et au patient d'avoir un langage commun. Berne a volontairement choisi des termes simples, dans le registre courant ou métaphorique, afin que chaque patient puisse être co-acteur de son diagnostic et de sa guérison. Son idée était de créer un système de psychiatrie sociale⁶.

Le cœur de l'approche actuelle de l'analyse transactionnelle consiste à permettre, selon le champ d'application, un changement chez un individu ou une collectivité, dans le cadre d'un accord appelé contrat, conjointement accepté par l'intervenant et le client.

Controverse historique

Dans les années 1970, une analyste transactionnelle américaine, Jacqui Schiff prétend guérir les schizophrènes en les « reparentant »⁷. Elle reçoit, en 1974, le prix *Eric Berne Scientific Memorial Award*⁸ de l'Association internationale d'analyse transactionnelle (ITAA). Elle est radiée de l'ITAA, en 1978, suite à la mort d'un patient en 1972, qui avait subi des mauvais traitements assimilables à des tortures. Les méthodes de Jacqui Schiff sont dénoncées par Patricia Crossman, une autre analyste transactionnelle américaine, dans un article paru sur le site SkepticReport⁹. Jacqui Schiff est parfois encore défendue par certains¹⁰, mais les dérives totalitaires de ses

méthodes et de ses théories sur le reparentage ont clairement été démontrées par Alan Jacobs¹¹, analyste transactionnel qui reçoit, en 1996, le *Eric Berne Memorial Award* de l'ITAA. Le cas de Jacqui Schiff est complexe, car, à côté de ses pratiques condamnables, elle propose avec les membres de son école des concepts théoriques qui restent intéressants et utiles, comme la symbiose, les méconnaissances et le cadre de référence.

Les pratiques de type reparentage n'existent plus aujourd'hui en analyse transactionnelle, en raison du risque d'emprise qu'elles entraînent. Dans son rapport 2006, la Mission interministérielle de vigilance et de lutte contre les dérives sectaires reprend la controverse historique concernant certains aspects de la théorie de l'analyse transactionnelle et pointe les dérives de certains praticiens de l'analyse transactionnelle à propos des dangers qu'« une pratique inappropriée de l'analyse transactionnelle est susceptible d'engendrer¹² ». Ce rapport ne remet pas en cause l'ensemble des théories et des pratiques de l'analyse transactionnelle.

Courants actuels

Les valeurs et tendances des débuts ont intégré les racines psychanalytiques de l'analyse transactionnelle, ainsi que des approches nouvelles. On observe des tendances assez différentes dans le type de travail privilégié par les différents thérapeutes en analyse transactionnelle¹³. Le courant cognitivo-comportemental cherche à comprendre et à expérimenter à travers des échanges, des schémas et des explications. L'école de la redécision a été développé par Robert & Mary Goulding, suite à la rencontre avec la gestalt-thérapie. Le courant corporel intègre la dimension corporelle dans le travail thérapeutique. Le courant psychanalytique met l'accent sur les phénomènes de transfert et de contre-transfert, et les processus intrapsychiques inconscients. Le courant relationnel met l'accent sur la relation entre le thérapeute et son client. Le courant intégratif se propose d'intégrer différentes approches thérapeutiques orientées vers les domaines affectif, cognitif, comportemental, physiologique et systémique. Le courant constructiviste met l'accent sur la construction narrative suivant laquelle la personne se définit, et comment ces représentations évoluent au cours de la thérapie. Le courant Cathexis, basé sur les théories des Schiff, est tombé en désuétude depuis un certain nombre d'années.

La Process communication

La *Process communication* est un modèle développé par le psychologue Taibi Kahler lui-même issu de l'école Analyse Transactionnelle. À partir de l'observation de ses patients dès les années 1970, le Dr kahler établit une typologie aboutissant à la présentation de six types de personnalités. Ses travaux couronnés par le prix Eric berne en 1977 intéresseront la NASA qui financera une grande partie de la recherche. À ce jour en 2011 près de 800 000 personnes dans le monde ont utilisé le profil *Process Communication*. Les formations ou le coaching utilisant la *Process Communication* sont assurés par des professionnels ayant suivi un parcours certifiant. Les applications couvrent un domaine large allant du recrutement jusqu'à l'éducation en passant par les activités de l'entreprise comme la cohésion d'équipe ou le management. L'appellation « *Process Com®* » est exploitée en France à des fins commerciales et fait l'objet d'un dépôt de marque.

Un outil d'accompagnement et un cadre d'exercice

Les concepts théoriques de l'analyse transactionnelle sont utilisés dans le contexte d'accompagnements en développement professionnel, personnel ou de thérapie.

Les questions qui concernent l'encadrement et l'évaluation des pratiques sont capitales comme pour tout outil d'accompagnement.

Un outil d'accompagnement

Les questions du fondement théorique et de l'évaluation pratique des outils d'accompagnement ne concernent pas uniquement l'analyse transactionnelle et, d'un point de vue plus large, elles font partie du débat actuel sur l'évaluation des psychothérapies. La question de la scientificité des apports théoriques a été posée également pour la psychanalyse, et fait toujours l'objet de débats¹⁴. Cette question est également en discussion chez les analystes transactionnels¹⁵.

Comme le souligne Tobie Nathan¹⁶, les méthodes de psychothérapie atteignent leurs limites quand elles ne se renouvellent pas. L'analyse transactionnelle est un courant théorique qui bénéficie de réflexions actuelles, comme celles de Helena Hargaden et Charlotte Sills¹⁷ ou celles de José Grégoire¹⁸.

Le cadre d'exercice

Les structures officielles de l'analyse transactionnelle (EATA pour l'Europe) prescrivent le suivi d'un cursus de formation long et le respect d'un code de déontologie.

La certification en analyse transactionnelle correspond à la validation de 750 heures d'expérience pratique, dont 500 doivent être en analyse transactionnelle, de 600 heures de formation professionnelle, dont 300 doivent être en analyse transactionnelle, et de 150 heures de supervision, en plus d'un savoir-faire propre à son exercice professionnel initial. L'examen lui-même, qui nécessite la rédaction d'un mémoire et une épreuve orale devant un jury de professionnels, est un mode de sélection qui veut répondre à cet impératif.

Les praticiens en analyse transactionnelle sont soumis à un code de déontologie édité par l'EATA qui stipule qu'il ne peut y avoir d'interventions sans un cadre contractuel préalablement défini et librement consenti entre le professionnel et le client. Les processus de sélection, de formation et d'exercice s'inscrivent dans le droit fil des dispositions légales.

Notes et références

- ↑ Eric Berne, *Analyse transactionnelle et psychothérapie*, Petite Bibliothèque Payot, 1977, p. 32.
- ↑ Eric Berne, *Que dites-vous après avoir dit bonjour ?*, Tchou, 1972-1983, p. 19.
- ↑ Eric Berne, *Principes de traitement psychothérapeutique en groupe*, Éditions d'Analyse Transactionnelle, 2006, p. 226.
- ↑ ^{a et b} Eric Berne, *Des jeux et des hommes* - Stock, 1967.
- ↑ La roue des permissions, de Gysa Jaoui, dans (France Brécard et Laurie Hawkes, *Le grand livre de l'analyse transactionnelle* - Eyrolles 2008).
- ↑ « L'Analyse structurale et l'Analyse transactionnelle offrent de la personnalité et de la dynamique sociale une théorie systématique et cohérente construite à partir d'une expérience clinique et une forme de thérapie active et rationnelle qui convient à la majorité des malades relevant de la psychiatrie, qu'ils peuvent comprendre facilement et qui se prête sans difficulté à leur cas. » (Eric Berne, **Analyse transactionnelle & psychothérapie** - Éditions Payot, « Considérations générales », page 19).
- ↑ Jacqui Schiff, *All my children*, New-York, Harper & Row 1975, *Ils sont tous devenus mes enfants*, Interéditions.
- ↑ **(en)** *Eric Berne Scientific Memorial Awards* [archive].
- ↑ **(en)** *The Etiology of a Social Epidemic* [archive] par P.Crossman, dont une traduction en français [archive] est faite par Ph. Nicot.
- ↑ Nasielski S. *In memoriam : Jacqui Lee Schiff*, Actualités en Analyse Transactionnelle, vol. 26 n° 104, p. 141-143, Octobre 2002.
- ↑ Alan Jacobs, *Théorie, idéologie et reparentage*, Actualités en Analyse Transactionnelle, 77, 1996, p. 20-39 - *Theory as Ideology: Reparenting and Thought Reform*, Transactional Analysis Journal, 24(1), janvier 1994, p. 39-55.
- ↑ Miviludes Rapport 2006 [PDF] [archive], p. 137.
- ↑ France Brécard et Laurie Hawkes, *Le grand livre de l'analyse transactionnelle* - Eyrolles 2008.
- ↑ <http://www.isc.cnrs.fr/wp/wp00-4.htm> [archive] Psychanalyse et science(s).
- ↑ Le n° 104 des *Actualités en Analyse Transactionnelle* fait état d'un débat entre P.Crossman, pour laquelle l'Analyse Transactionnelle et la Psychanalyse n'ont pas les caractères d'une science [archive], et Bill Cornell, éditeur du journal *The Script*, l'organe de liaison de l'ITAA.
- ↑ Canal U - Psychothérapies - problèmes de définition et autres problèmes [archive], par Tobie Nathan.
- ↑ Analyse transactionnelle : une perspective relationnelle [archive], par Helena Hargaden et Charlotte Sills.
- ↑ Les États du moi, 3 systèmes interactifs [archive], par José Grégoire.

Voir aussi

Bibliographie

- Actualités en analyse transactionnelle - Série d'articles - sept volumes disponibles. Éditions d'Analyse transactionnelle
- Eric Berne, *Que dites-vous après avoir dit bonjour ?*, éd. Tchou, (ISBN 2-7107-0361-0)
- Eric Berne, *Analyse transactionnelle et psychothérapie*, éd. Petite bibliothèque Payot (ISBN 2-228-89425-7)

- Eric Berne, *Des jeux et des hommes*, éd. Stock (ISBN 2-234-01766-1)
- Eric Berne, *Principes de traitement psychothérapeutique en groupe*, éd. d'Analyse transactionnelle, 2006 (ISBN 2-9518389-6-4)
- Eric Berne, *Structure et dynamique des organisations et des groupes*, éd. d'Analyse transactionnelle, 2005 (ISBN 2-9518389-4-8)
- France Breçar et Laurie Hawkes, *Le Grand livre de l'analyse transactionnelle*, éd. Eyrolles, 2008, (ISBN 978-2-212-54168-7)
- Dominique Chalvin, *Les Outils de base de l'analyse transactionnelle & Les nouveaux outils de l'analyse transactionnelle*, éd. ESF, coll. *Formation permanente* (ISBN 2-7101-1463-1)
- Gérard Chandezon et Antoine Lancestre, *L'Analyse transactionnelle*, éd. Presses universitaires de France, coll. *Que sais-je ?* n° 1936 (ISBN 2-13-043464-9)
- Christine Chevalier et Martine Walter, *Découvrir l'analyse transactionnelle*, Interéditions, 2008, (ISBN 978-2-10-051518-9)
- Laurie Hawkes, *Le Cours de notre vie : l'analyse transactionnelle aujourd'hui*, éd. La Méridienne / Desclée de Brouwer, 2007, (ISBN 978-2-220-05835-1)
- Muriel James et Dorothy Jongeward, *Naître gagnant*, éd. Interéditions (ISBN 2-7296-0056-6)
- Dorothy Jongeward et Dru Scott, *Gagner au féminin*, éd. Interéditions, 1996 (ISBN 2-7296-0609-2)
- Agnès Le Guernic, *Sortir des conflits - Méthode et outils pratiques, avec l'analyse transactionnelle*, Interéditions, 2009, (ISBN 978-2-7296-1003-6)
- Agnès Le Guernic, *États du moi, transactions et communication*, Interéditions, 2004, (ISBN 978-2-10-048742-4)
- Martine Maurer, *Comment choisir son psychothérapeute ? Attention risque de pratiques déviantes*, éd. Hommes Perspectives/Journal Psych, 2001, (ISBN 2-911616-86-3)
- Martine Maurer, *Psychothérapie, démocratie et loi. Comment protéger les demandeurs de soins*, éd. Mare et Martin, 2005, (ISBN 2-84934-012-X)
- **(en)** Jut Meininger, *Success Through Transactional Analysis*, New American Library Signet
- Jean-Pierre Minary, *Modèles systémiques et psychologie*, éd. Mardaga (ISBN 2-87009-479-5)
- Ian Stewart et Vann Joines, *Manuel d'analyse transactionnelle*, éd. Interéditions (ISBN 2-7296-0638-6)
- Claude Steiner, *Des scénarios et des hommes*, éd. Desclée de Brouwer (ISBN 2-220-03848-3)
- Claude Steiner, *L'ABC des émotions*, InterEditions, 2005, (ISBN 978-2-10-049204-6)
- Claude Steiner, *Le Conte chaud et doux des chaudoudoux*, illustrations de Pef, InterEditions, (ISBN 978-2-7296-1000-5)
- Michel Tougne, *Ni prince ni crapaud : l'analyse transactionnelle, savoir ou mystification ?*, éd. C.F.P. (ISBN 2-911634-00-4)
- René de Lassus, *L'analyse transactionnelle*, éd. Marabout

Articles connexes

- *Oui, mais...*, film de fiction qui décrit une thérapie brève et illustre le triangle dramatique Persécuteur-Victime-Sauveteur de Stephen Karpman
- École de Palo-Alto
- Gestalt-thérapie
- Psychothérapie
- Programmation neuro-linguistique

Liens externes

- Institut français d'analyse transactionnelle
- Analyse transactionnelle de A à Z
- **(en)** Association Européenne d'Analyse transactionnelle