

LES SOURCES DE CONFLITS INTRAPSYCHIQUES dans L'ÉTAT DU MOI PARENT

Agnès Le Guernic, T.S.T.A. Education

Le modèle des états du moi en Analyse Transactionnelle permet de formaliser les conflits intrapsychiques, mais la méthode d'intervention diffère selon que l'on travaille en Psychothérapie ou en Education et Formation. En psychothérapie, le travail sur les impasses¹ tout comme l'interview du parent² s'insère dans un travail de deux chaises inventé par Fritz Perls dans les années soixante. Le but de cette technique était de permettre aux personnes de s'approprier les différentes parties d'elles-mêmes.

Dans le champ de l'Education, pour travailler sur les impasses, on utilise plutôt le schéma des états du moi et le support écrit qui permettent de visualiser les messages contradictoires, en particulier pour l'impasse du premier degré, dite « impasse d'Autorité » entre P2 et E2. L'impasse de deuxième degré, entre P1 et E1, dite « impasse de survie » et l'impasse de troisième degré entre P0 et E0, dite « impasse d'identité » ne sont pas abordées.

Il existe un quatrième type d'impasses qui viennent des contradictions entre les messages intégrés dans l'état du moi Parent. On en trouve un exemple thérapeutique raconté par Joan Kahn-Schneider en 1978 dans le T.A.J. et repris dans le numéro 17 des A.A.T³.

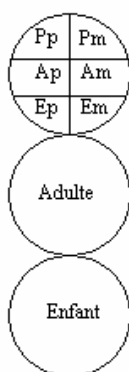
C'est ce niveau qui m'a intéressée pour aborder la question du scénario familial et des origines de nos choix et de nos inhibitions, concernant des sujets aussi variés que le style de vie, la réussite scolaire ou le choix d'un métier.

Je vais donc présenter dans cet article une méthode pour faire travailler les étudiants en A.T. sur leurs messages de scénarios concernant en particulier la réussite à l'école et le choix du métier, à partir de la structure de second ordre du Parent. J'indiquerai le cadre de ce travail, la méthode suivie et les résultats ainsi que les extensions possibles.

Pourquoi explorer notre système « Parent » ?

Pour mettre en évidence les divers messages de scénario intériorisés à l'intérieur de notre état du moi Parent, sous forme de représentations qui nous aident ou nous limitent, j'ai mis au point un travail de type cognitif en me servant, comme guide d'entretien, du modèle de la structure de second ordre du Parent de Berne, enrichi par Woollams.

Dans « Analyse Transactionnelle et psychothérapie », Berne distingue en effet dans le schéma de l'état du moi Parent ce qui vient du père et ce qui vient de la mère et à l'intérieur de chacune des deux parties l'état du moi Parent, Adulte ou Enfant du père ou de la mère (schéma 1). Le modèle proposé par Stanley Woollams⁴ contient non seulement les figures parentales du père et de la mère, mais d'autres figures d'autorité appartenant à l'entourage : parentèle, enseignants, nourrice, amis.. Au centre le Parent, l'Adulte et l'Enfant du père et de la mère. A droite et à gauche les trois états du moi des autres figures parentales.



Structure de P2 selon Berne



Structure de P2 selon Woollams

Je fais l'hypothèse que les conflits intrapsychiques entraînés par les messages contradictoires à l'intérieur de l'état du moi Parent sont de plusieurs sortes :

- ils viennent d'une contradiction entre le message du père et celui de la mère
- ils peuvent venir d'une contradiction à l'intérieur de la personne du père ou de la mère. Il y a alors intégration dans le P2 des impasses personnelles des parents.

Je suppose aussi que les autres figures parentales de l'entourage, les enseignants en particulier, ont pu fonctionner comme source de permissions pour la personne.

Le cadre : J'ai dans un premier temps validé cette grille de lecture avec des volontaires de mes groupes pour explorer le rapport à l'école et le choix du métier. Le groupe didactique et le groupe de supervision qui sont réguliers et permettent un suivi dans la durée s'y prêtent bien : je connais le niveau atteint en AT, je peux suivre l'évolution des personnes et je sais si elles ont un lieu thérapeutique pour traiter les difficultés qui pourraient surgir. J'ai pu aussi avoir des retours concernant le cheminement des personnes après ce travail.

Je l'ai appliqué ensuite dans des groupes rassemblant ponctuellement des professionnels utilisant l'analyse transactionnelle, à l'occasion des congrès d'A.T. Dans ces cas-là, j'ai limité volontairement mon questionnement et j'ai invité la personne à dire seulement ce avec quoi elle se sentait bien.

Quelle est la méthode suivie ?

J'écris en haut du tableau de papier la question suivante : « *Quand tu penses à tes parents, que tu les revois en pensée, que disaient-ils, que faisaient-ils, que montraient-ils de leur ressenti à propos de l'école (ou de l'argent, de la santé, de la place de la femme dans la famille) »*

Je divise la feuille en six parties, correspondant à la structure de deuxième ordre du Parent, comme dans la première figure de la page 1, de façon à ce que la personne qui travaille et les autres membres du groupe voient s'inscrire les messages de scénario. J'écris ensuite au fur et à mesure les réponses à mes questions concernant ce que ses parents disaient à propos de ce qui préoccupe cette personne (niveau Parent dans le Parent) ; ce qu'ils faisaient à ce propos dans leur vie quotidienne (niveau Adulte dans le Parent) ; ce qu'ils laissaient percevoir de leur ressenti à ce propos (niveau Enfant dans le Parent), en commençant soit par le père, soit par la mère. Je la questionne aussi sur le métier de ses parents et sur le sien.

Je soutiens la personne qui est dans l'émotion, visant l'Adulte par le questionnement et l'Enfant en soulignant son courage ou sa créativité, au moyen d'une transaction angulaire :

- *Et comment tu t'es débrouillé(e) ?*

ou simplement

- *Comment as-tu fait ?*

Puis j'élargis le questionnement :

- *Est-ce qu'il y a d'autres personnes qui t'ont influencée ?*

Je crée alors une troisième colonne pour les messages reçus des figures parentales annexes : enseignants, autres membres de la famille, médecin, nourrice.

Ainsi, pour une femme qui disait que ni son père ni sa mère, qui étaient des gens brillants, « ne s'attendait à ce qu'elle fasse bien », j'ai élargi mon questionnement vers l'école. Elle m'avait dit qu'elle avait aimé l'école primaire à cause des activités variées dont des activités artistiques :

- *Est-ce qu'à l'école primaire quelqu'un t'a soutenue et encouragée ?*

- *Oui, peut-être un professeur stagiaire qui est resté trois mois. Je pense qu'il m'a trouvé « bonne ».*

Une fois le tableau rempli, nous recherchons les points de convergence et de divergence. Car il est clair pour moi que les messages peuvent présenter des incohérences, d'où les blocages que la personne n'arrive pas à dépasser.

Nous observons en silence le résultat :

- *Est-ce qu'il y a des contradictions entre ce qu'ils disaient, faisaient et montraient l'un et l'autre ? Est-ce que les messages vont dans le même sens ?*

Je vérifie si la personne est d'accord pour partager avec nous ce qu'elle a trouvé en précisant qu'il n'y a aucune obligation. Elle peut soit s'exprimer, soit privilégier son monologue

intérieur. Il arrive qu'une personne dise : « *J'ai compris quelque chose. Je vais y réfléchir. Mais je préfère arrêter là* ». Dans les autres cas, je demande :

- *Est-ce que tu es d'accord pour partager avec nous ce que tu as trouvé ?*

Si elle en est d'accord, je choisis des questions ouvertes et larges et je lui laisse du temps pour répondre :

- *Qu'est ce que tu vois dans tout ça ?*

- *Je comprends comment ma mère m'a invitée à combattre pour prendre ma place tout en me signifiant au niveau non-verbal que c'était perdu d'avance...*

- *Tu n'es pas obligée d'être le même genre de femme que ta mère !*

ou

- *Qu'est ce que tu veux dire de ce que tu as appris sur toi ?*

- *Finallyment , je me suis arrangée pour obéir à la fois à mon père et à ma mère en prenant un peu de l'un et de l'autre, tout en leur désobéissant sur d'autres points.*

- *Tu as le droit de choisir ce qui te convient aujourd'hui ! On arrête là ?*

- *D'accord !*

Je termine en invitant la personne à se donner la permission de choisir le bon dans son héritage et de décider ce qui lui convient le mieux.

A la fin, je donne la parole au groupe qui a suivi le travail. Chacun réagit sur ce qu'il a vécu, ressenti, observé, pensé et pose des questions . Un dialogue se noue avec la salle.

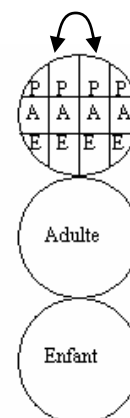
Les résultats :

Voici quelques exemples de pistes suivies à propos de ces messages de scénario qui conditionnent nos représentations et nos actions. Certains messages sont contradictoires et d'autres messages se renforcent. Ils se répartissent de diverses manières : contradictions entre les deux parents ou à l'intérieur de chacun.

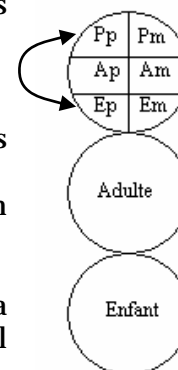
o les contradictions entre le père et la mère :

- o A propos du travail scolaire, un garçon entend son père dire que rien ne sert à rien, le père n'encourage pas son fils, ne lui apprend pas ce qu'il sait faire ; sa mère en revanche voit dans l'école un moyen de promotion sociale et dit : *Ne fais pas comme ton père et moi ; regarde, on n'est pas heureux !* Elle est active pour réussir professionnellement. Chaque parent est cohérent au niveau de ses états du moi : le discours, les actions et les sentiments exprimés correspondent, mais ils divergent l'un de l'autre.

- o A propos du choix d'un métier, une fille entend sa mère valoriser les mères de famille qui élèvent bien leurs enfants et dénigrer celles qui leur « font du mal parce qu'elles tiennent à exercer un métier ». Une seule exception : le métier d'institutrice. Son père la voit bien aller beaucoup plus loin dans les études y compris dans des fonctions de responsabilité que sa femme estime réservées aux hommes ; sa grand mère aussi. Beaucoup de filles peuvent se limiter dans leurs choix professionnels en obéissant à l'interdiction plutôt qu'à la permission.



- **les contradictions à l'intérieur du père ou de la mère**
 - **soit entre je dis, j'agis** : le père affirme que l'écriture est la science des ânes, mais il punit sa fille quand elle a de mauvaises notes à cause de l'écriture .
 - **ou entre je dis, je montre** : par exemple répéter que la réussite scolaire est essentielle, mais donner plus d'attention et montrer plus d'amour à celui des enfants qui peine à l'école.
 - Le parent dit de sa fille qu'elle est « empotée », mais en marque au niveau non-verbal une secrète satisfaction.
 - **ou entre j'agis, je montre** : un père discute avec sa fille, lui offre des livres, partage sa grand culture ; il cherche son admiration mais, au niveau non-verbal, exprime qu'il souhaite qu'on ne fasse pas mieux que lui. Le message est : ne me dépasse pas. Il y a un risque qu'elle respecte l'interdiction.
- **renforcement des messages** : pour plusieurs enseignants enfants d'ouvriers, parfois d'immigration récente ou d'origine paysanne, les messages venant **du père et de la mère** vont dans le sens de la réussite sociale par l'école. L'instituteur est quelqu'un d'important, d'admiré ; l'école est le moyen de se sortir d'une condition sociale pénible, de gagner sa liberté. Les propos, les conduites (soutien, attention, valorisation de l'enfant, poursuite de formation soi-même donnant le modèle d'apprendre à tout âge, les sentiments de fierté, de jubilation devant la réussite de l'enfant vont dans le même sens. Souvent, le message positif d'un enseignant renforce la dynamique. Il peut aussi la créer quand le milieu familial est pauvre en stimulations sans être toutefois hostile.



Dans ce cas de figure, je prends soin de valoriser cet héritage familial et de souligner combien la cohérence des messages est aidante.

Les conséquences sur leur scénario scolaire des messages contradictoires reçus par les élèves sont importantes. Les choix scolaires non conscients sont le résultat d'un compromis créatif entre les interdictions et les permissions ; le choix d'un métier aussi. Enseigner est un métier qui mobilise l'état du moi Parent de manière importante puisqu'il consiste à transmettre ce qu'on a reçu et qu'on le fait dans un cadre institutionnel dont on est le représentant. L'état du moi Parent d'un professeur contient à la fois les figures introjectées de ses parents et de ses professeurs, d'où l'intérêt de repérer les sources possibles de conflits internes à l'intérieur de son P2. Ces conflits sont parfois à l'origine d'injonctions paradoxales, comme « je t'enseigne, je t'invite à réussir, mais ne me dépasse pas ! » ; « je t'apprends à réfléchir, à développer ton esprit critique, mais, attention, pas à mes dépens ! » ; « Tu as le droit de réussir, mais pas de faire de l'argent ! » .

Conclusion :

Quel est l'intérêt lors du traitement d'une impasse d'autorité entre P2 et E2 d'explorer le contenu de l'état du moi Parent de la personne à propos d'un sujet sur lequel elle bute de manière répétitive ?

La personne va plus en profondeur. Elle fait un voyage dans le passé et ce voyage lui permet de voir les messages proposés par ses parents, comment eux-mêmes se débrouillaient avec leurs contradictions, ce qu'elle a pris et ce qu'elle n'a pas pris. Elle fait nettement la différence entre ce qu'ils sont et ce qu'elle est. Elle peut leur rendre ce qui leur appartient et repartir sur un nouveau pied. La plupart de mes étudiants après ce travail ont interrogé leurs parents et en ont ressenti beaucoup de joie et de paix. Chacun dans le groupe travaille sur lui-même. L'essentiel, le travail de réorganisation des représentations personnelles, se poursuit bien

après la séance et il m'est arrivé que l'un ou l'autre me donne des nouvelles de la permission qu'il avait prise et des changements effectués.

Quelle extension de ce type de travail pour aborder ses conflits de valeur et mieux se connaître ?

J'y vois l'intérêt de donner une méthode d'analyse fine du système de valeur d'une personne. Les valeurs ne sont pas seulement issues des discours, mais elles sont inspirées par les conduites qui ont servi de modèle et elles ont grandi, nourries par les émotions manifestées par les figures parentales.

On analyse le plus souvent les systèmes de valeurs en les classant selon différents types. Je pense en particulier à l'ouvrage de Luc Boltanski et Laurent Thévenot : *Les Economies de la grandeur* cité par Jacques Moreau dans son atelier sur les conflits de normes dans le monde du travail⁵. On peut imaginer aussi pour explorer les systèmes de valeurs à propos de différents sujets (santé, prise de risque, réussite sociale ou économique, responsabilité envers les plus faibles) des entretiens plus personnels, conduits en suivant le fil de la structure de deuxième ordre du Parent.

Paris le 15 novembre 2006

¹ Mary et Robert Goulding dans « Messages inhibiteurs, décisions et redécisions. AAT Vol. 1, N° 2, Avril 1977, décrivent trois types d'impasses. Ken Mellor les met en relation avec les étapes du développement génétique et les formalise de manière différente : « Les impasses : une vue structurale selon les étapes du développement génétique ». AAT Vol. 5, N° 17. C'est la version à laquelle je fais référence.

² John R. McNeel : l'interview du parent, (*T.A.J. VI, 1, janvier 1976 pp 61-68*) ; AAT Vol. 2 , N° 6

³ Joan Kahn-Schneider : Un usage thérapeutique de la structure de deuxième ordre du Parent (*TAJ VIII, 4, octobre 1978 , pp. 295-296*) AAT Vol. 5, N° 17 , janvier 1981.

⁴ Stanley Woollams ; Michael Brown ; Kristyn Huige : Transactional Analysis in brief, p.3

⁵ Jacques Moreau, TSTA O : Les conflits de normes dans le monde du travail, les identifier et en sortir en utilisant la notion A.T. de « cadre de référence », Actes XXVIème congrès d'analyse transactionnelle, Lille 2005. Les auteurs évoquent sept types de valeurs de référence : inspiré, domestique, centré sur le renom, civique, marchand, industriel et centré sur le projet..