

Introduction

Les concepts fondamentaux de l'analyse transactionnelle sont nés: les États du Moi, les transactions, les Jeux psychologiques ou stratagèmes, une première approche du scénario.

L'Analyse Transactionnelle devient de plus en plus reconnue. L'Institut International d'analyse transactionnelle est créé en 1964 (I.T.A.A.). Éric Berne meurt en 1970 foudroyé par une crise cardiaque, laissant de nombreux livres en chantier.

Depuis l'A.T. n'a cessé d'évoluer et de s'étendre, tant sur le plan théorique que sur le plan pratique. De nombreux secteurs des ressources humaines y trouvent une bonne indication: éducation, guidance, organisation, psychothérapie, développement personnel...

A. Origine

Analyse des échanges ou "transactions" interpersonnelles, l'analyse transactionnelle a été fondée en 1956 par Eric Berne s'inspirant notamment des travaux du psychanalyste Federn à qui l'on doit le concept d'état du moi et du neurochirurgien Penfield. Animé par le désir de rendre la psychologie accessible à un large public, Berne, formé à la psychanalyse, développa sa propre conception de l'analyse. Elle rencontra rapidement un vif succès outre-Atlantique.

Ses travaux sont marqués d'un double mouvement : l'un s'inscrivant dans la filiation de la pensée freudienne, l'autre s'en démarquant. Berne, a pour objectif la guérison rapide des patients. C'est dans cette perspective qu'il centre ses recherches sur l'étude du moi pour rendre le traitement plus opérationnel. Sur le plan intra-psychique, il met l'accent sur la responsabilité de la personne dans la mise en place de son histoire de vie et dans sa capacité à changer. Il a construit alors une philosophie qui prend en compte l'ensemble de l'être humain et met en lumière la compréhension de son fonctionnement interne et de son mode de communication avec les autres.

B. Définition

"L'Analyse Transactionnelle est une théorie de la personnalité et une psychothérapie systématique en vue d'une croissance personnelle et d'un changement personnel."

(Selon l'Association Internationale d'Analyse Transactionnelle fondé en 1964 par Berne et ses collègues)

Basée sur une certaine conception de la relation et de la communication, l'analyse transactionnelle (AT) examine nos échanges avec notre entourage selon les trois facettes de notre personnalité : l'enfant, le parent ou l'adulte. L'AT propose ainsi une grille de lecture de nos comportements, pour une meilleure compréhension du soi et une amélioration de la communication avec autrui, tant dans le cadre personnel que professionnel.

C'est une méthode d'analyse de la structure de la Personnalité, de la communication entre les gens, des règles qui sont instituées dans les relations de groupe.

L'Analyse Transactionnelle étudie nos comportements, nos attitudes, nos paroles, nos réactions physiques et émotionnelles à l'aide de paramètres analytiques tel que les états du moi et les positions de vie.

Il existe une relation entre ce qui est appelé l'état du moi et le code de communication particulier à chaque état du moi.

C. Concepts de l'AT

1. Le concept de besoin de reconnaissance et de structure :

S'appuyant sur les travaux du médecin analyste René Spitz, Eric Berne a mis en évidence trois besoins essentiels à tout être humain : les besoins de stimulation, de reconnaissance dans la relation à l'autre et de structure. Ces besoins doivent être satisfaits pour qu'une personne se maintienne dans un état d'équilibre physiologique et psychologique sain. Au cours d'un traitement, la prise de conscience d'un manque dans la gestion de ces besoins peut aider le client à changer et à envisager de nouvelles options allant dans le sens de sa santé et de sa guérison.

2. *Le concept d'inhibition des sentiments et de racket :*

Les quatre sentiments de base sont la joie, la tristesse, la colère, la peur. Le petit enfant apprend quelquefois à réprimer l'un de ces sentiments qui n'est pas accepté dans sa famille pour le remplacer par un autre sentiment qui est autorisé. Il utilise alors ce sentiment dit «parasite ou racket» pour obtenir les gratifications et signes de reconnaissance dont il a besoin. Plus tard, il pourra entretenir des relations confuses en continuant inconsciemment à utiliser ses «sentiments-parasites» dans la relation aux autres. En thérapie, la mise en évidence et l'analyse des "rackets" permet au client de prendre conscience du sentiment refoulé et de se le réapproprier.

3. *Le concept de scénario de vie :*

Berne définit le scénario comme «un plan de vie inconscient reposant sur des décisions prises dans l'enfance, renforcées par les parents, justifiées par les événements ultérieurs, aboutissant à une fin prévisible et choisie». Ce concept est fondamental pour saisir la dynamique intrapsychique et interpersonnelle. Il permet de comprendre que les gens prennent dans l'enfance des décisions pour survivre et répondre à leurs besoins immédiats d'amour, de sécurité et de protection, et que plus tard ils continuent inconsciemment à se conformer à ces décisions même si elles sont dommageables et les limitent dans leur croissance et leur épanouissement. La prise de conscience et le changement de ces décisions précoces constituent l'objectif central du traitement en A.T.

4. *Le concept du jeu psychologique :*

Berne décrit le Jeu psychologique comme la répétition d'une séquence du scénario que l'enfant a appris à jouer dans sa famille lorsqu'il n'a pas trouvé d'autre moyen que la manipulation pour satisfaire ses besoins de stimulation de reconnaissance et de

structure. Devenu grand, il peut inconsciemment chercher à satisfaire ses besoins dans la relation avec les autres sur ce même mode de communication manipulateur. Ce concept permet de mettre en évidence et d'analyser les dysfonctionnements dans la communication, et d'aider la personne à trouver une manière différente et saine de satisfaire ses besoins dans la relation.

5. *Le concept d'autonomie*

Depuis Eric Berne, le but du traitement en AT est orienté vers la guérison du scénario et l'autonomie. L'autonomie correspond à l'utilisation par la personne de ses capacités de conscience, de spontanéité et d'intimité. La personne autonome accepte la responsabilité de ce qu'elle vit, prend ses décisions en fonction de ses critères personnels et non plus pour s'adapter, vit ses sentiments authentiques et les exprime selon ses choix, perçoit l'autre et elle-même comme une personne qui a le droit d'exister et mérite d'être respectée.

6. *La Structure de l'individu ou les états du moi :*

La personnalité de chacun d'entre nous est composée de 3 systèmes d'attitudes et de comportements, les états du moi.

En A.T. la structure de l'individu (les 3 États du Moi) se représente ainsi :

PARENT

ADULTE

ENFANT

■ **L'état du moi PARENT** : est le domaine de l'acquis.

Il contient tous les messages qu'on nous a enseignés de la vie. Cet état recouvre tout l'acquis d'une personne, tout ce qu'il a appris de ses parents, de ses éducateurs, tout ce que la société lui a représenté comme une valeur. Nous sommes ici dans le monde des échelles de valeurs, des convenances, des règles de société, de l'appris.

Nous sommes dans notre état Parent lorsque nous critiquons mais aussi lorsque nous encourageons ou protégeons. En effet l'état parent se subdivise en 2 sous-états :

- Le parent Critique ou Normatif (PC) positif lorsqu'il intervient pour sauver la vie ou les droits de quelqu'un. Il est négatif lorsqu'il déprécie les efforts d'autrui, lorsqu'il juge sans réfléchir.
- Le Parent Nourricier (PN) positif lorsqu'il aide et reconforte à bon escient. Il est négatif lorsqu'il devient sur protecteur, étouffant l'épanouissement de l'autre.

■ **L'état du moi ADULTE** : est le domaine du pensé et du réfléchi.

C'est l'ordinateur que nous avons en nous. Notre rationalité. Notre système de saisie et de traitement de l'information. A l'aide de cet état du moi nous interrogeons, enquêtons, notons, analysons, tirons des conclusions et les transformons en actes logiques.

L'état adulte est le plus efficace dans toutes les circonstances où il faut raisonner, déduire, tirer des conclusions objectives des données, des faits.

Cet état est inutile et même néfaste lorsqu'il nous empêche de ressentir ou de participer à la joie ou à la tristesse des autres.

■ L'état du moi **ENFANT** : est le domaine du senti.

Il contient tous les messages ressentis de la vie. C'est historiquement le premier état du moi à apparaître au cours de notre vie.

Il recouvre le domaine du ressenti, de l'émotion, du sentiment, des besoins et aspirations. Il est aussi le monde du plaisir et du déplaisir, de l'expression spontanée.

C'est dans l'enfant que résident la joie et la tristesse pure, le chagrin ou le rire, la soumission ou la révolte, la création spontanée ou le goût de la destruction.

Il faut noter que cet état du moi n'est pas assujéti à l'âge mais aux circonstances, il est vrai que cet état se présente plus souvent chez les enfants mais il est fréquent plus tard (attitudes de joie, d'égoïsme, d'avidité, de créativité, de jeu, d'affectivité...)

L'état Enfant se subdivise en plusieurs sous-états :

➔ **L' Enfant Adapté :**

-Enfant Adapté Soumis (**EAS**)

- Enfant Adapté Rebelle (**EAR**)

L'Enfant Adapté (Soumis ou Rebelle) est l'état qui apparaît lorsque nous nous situons à partir des autres.

Très tôt l'enfant apprend à s'adapter aux diverses demandes et comportements de ses parents.

Suivant le cas il s'y adapte de 2 façons, soit en s'y soumettant, sans faire sien d'ailleurs le système de valeurs qu'ils sous-tendent, mais pour " avoir la paix ". C'est l' Enfant Adapté Soumis. Soit en se rebellant. Cette rébellion reste une forme d'adaptation car c'est une conduite dictée par les attentes d'une autorité (parentale ou autre). Lorsque

nous nous adaptons aux autres, à ce qu'ils attendent de nous, que nous nous imposons un comportement attendu, nous sommes **EAS**.

Au contraire nous pouvons choisir l'opposition, la révolte dure ou douce, pour exprimer sous une forme ou une autre nos désaccords. Dans ce cas nous sommes **EAR**. Devenu adulte, l'**EAS** acquiescera aux propos d'un supérieur, sans même y croire, se forcera à être poli et souriant alors qu'il aurait envie de s'emporter, par crainte des conséquences.

L'**EAR** lui se révoltera contre l'autorité, simplement parce que c'est l'autorité. Il est évident qu'il est parfois prudent et utile de se soumettre ou de se révolter et que notre Enfant adapté a un rôle à jouer.

Mais s'il domine une personnalité nous aurons des personnes sans aucune personnalité ou revers de la médaille à des opposants perpétuels.

✦ L'Enfant Nature :

-Enfant Libre (**EL**)

-Le Petit Prof (**PP**)

L'Enfant Nature est l'état qui apparaît lorsque nous sommes sans contrainte.

Dans l'Enfant Nature se trouve la source de nos émotions les plus authentiques.

Nous sommes dans notre Enfant Naturel lorsque nous pleurons à gros sanglots ou lorsque nous rions aux éclats. Il est assez rare de voir des personnes adultes dans leur Enfant Naturel car la société en perçoit surtout les aspects négatifs (les émotions ne doivent pas venir gêner le bon fonctionnement de l'adulte ni les désirs instinctifs contrecarrer les instructions du Parent).

L'Enfant Libre est aussi appelé l'Enfant spontané, il se caractérise par un comportement immédiat dans l'expression des sentiments. Nous sommes dans le monde de l'émotion. La peur, la colère, la joie, le désir...

Dans son versant positif l' Enfant Libre est gai, séduisant, attachant, naturel, dans son versant négatif il devient avide, orgueilleux, égoïste, blessant...

Le Petit Prof porte aussi le nom d'Enfant créateur. Nous sommes dans le monde de l'imagination, de l'invention.

Le Petit Prof se sert de ses émotions pour alimenter une pensée non rationnelle et imaginer des solutions étonnantes.

Sa démarche s'appuie sur des perceptions intenses mais très peu formalisées. Il " pige ", il " sent ", il est brillant et sait utiliser son intuition.

Dans son versant négatif sa capacité à créer l'adhésion autour de ses thèses peut le conduire à des excès préjudiciables aux buts de l'organisation dans laquelle il évolue.

Les 3 états du moi (ADULTE - PARENT - ENFANT) sont présents en même temps chez chaque individu mais un seul prend les commandes à un moment donné. Les différents états du moi ne sont ni bons ni mauvais en eux mêmes mais positifs (adaptés) ou négatifs (inadaptés) en fonction des situations, des interlocuteurs et des objectifs fixés.

Chacun de nous passe par les différents états du moi et parfois très rapidement.

Pourtant nous consacrons plus de nous à un état qui, parfois, devient dominant.

Il faut repérer cet état et se poser les bonnes questions pour prendre mieux conscience des autres et de nous mêmes.

Voici une grille qui peut nous permettre de repérer les différents états du moi chez vous-même mais aussi chez les autres :

	Parent Critique	Parent Nourricier	Adulte	Enfant Nature	Enfant Adapté
Mots	Mauvais (Je, tu) dois Il faut Nécessaire Toujours Ridicule	Bon Joli Je t'aime Gentil Magnifique Tendre	Exact Comment Quoi Pourquoi Combien Pratique	Extra Super Marrant Je veux Je ne veux pas Aïe	Je ne peux pas J'aimerais J'essaie J'espère S'il te plaît Merci

Voix	Critique Condescendante Dégoûtée	Affectueuse Rassurante Intéressée	Égale	Libre Bruyante Énergique	Plaintive Triste Innocente
-------------	--	---	-------	--------------------------------	----------------------------------

Geste ou Expression	Montrer du Doigt Froncer les sourcils Furieux	Bras ouverts Accueillante Souriante	Pensive Agile Ouverte	Sans inhibition Relâchée Spontanée	Boudeur Triste Innocente
----------------------------	---	---	-----------------------------	--	--------------------------------

Attitude	Critique Moralisante Autoritaire	Compréhensive Soucieuse d'autrui Généreuse	Tenue droite Objective	Curieuse Aimant s'amuser Changeante	Exigeante Docile Honteuse
-----------------	--	--	---------------------------	---	---------------------------------

7. *Transactions :*

La transaction se définit comme une unité d'échange verbal ou non verbal (de communication) entre 2 personnes.

Elles peuvent être :

- Simples.
- Cachées.

Les transactions simples :

Elles ne mettent en jeu qu'un seul état du Moi entre les interlocuteurs et font état d'un message explicite.

Elles portent aussi le nom de transaction parallèle ou complémentaire, oblique, croisé.

Les transactions parallèles ou complémentaire : Dans ce type de transaction, l'état du Moi sollicité répond directement à l'état du Moi solliciteur.

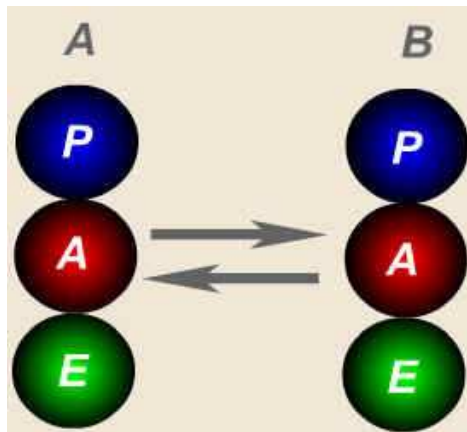
La différence avec une transaction oblique tient du fait que les états sollicités sont de même niveau.

Exemple :

L'Adulte sollicité répondra à l'Adulte solliciteur.

Le Parent sollicité répondra au Parent solliciteur

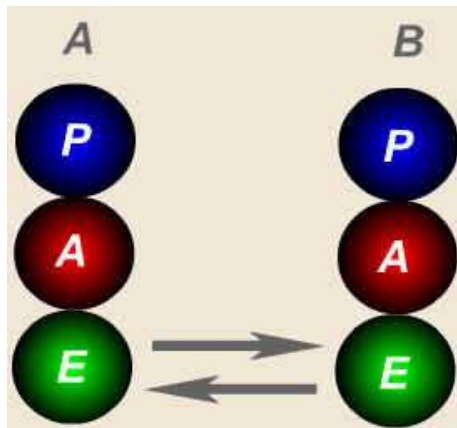
L'Adulte de A s'adresse à l'Adulte de B qui lui répond.



Adulte de A : Pensez-vous avoir terminé ce rapport dans les temps ?

Adulte de B : Oui, vous l'aurez dans une heure.

L'Enfant de A s'adresse à l'Enfant de B qui lui répond.

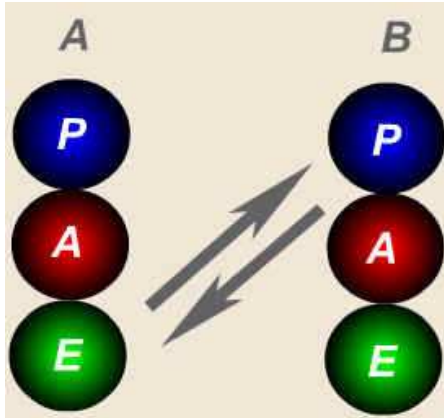


Enfant de A : Et si on faisait une petite fiesta ce soir

Enfant de B : Ah oui ok ce serait chouette !

Les transactions obliques :

L'Enfant de A s'adresse au Parent de B qui lui répond.



Enfant de A : Et si on déclenchait un conflit social ?

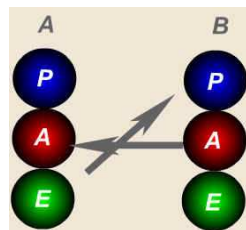
Parent de B : Vous n'y pensez pas sérieusement ! Espère !

Les Transactions croisées :

Dans ce type de transaction, à la différence des transactions parallèles ou obliques, c'est un état du Moi non sollicité qui répond. Celui-ci peut s'adresser soit à l'état du Moi solliciteur, soit à un autre état du Moi.

Ce genre de Transactions est la cause de bien des conflits ou de malentendus...

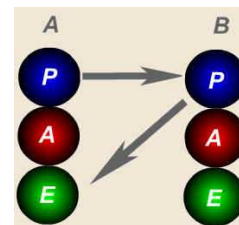
L'Enfant de A s'adresse au Parent de B qui répond à l'Adulte de A.



L'enfant de A : Et si on déclenchait un conflit social ?

Adulte de B : Quel élément vous permet de déclarer cela ?

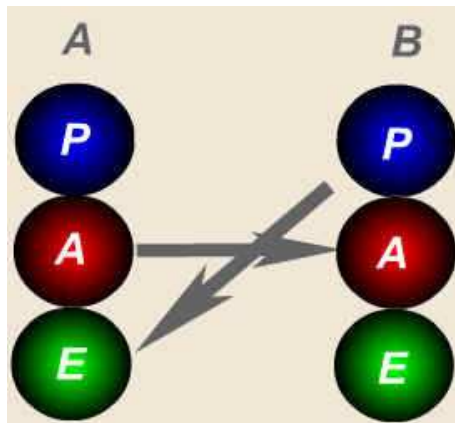
Le Parent de A s'adresse au Parent de B qui répond à l'enfant de A.



Parent de A : De mon temps les directions étaient plus compréhensives et tout allait mieux....

Parent de B : Et oui, mais c'est parce que des gens comme vous ont trop tiré sur la corde que...

L'Adulte de A s'adresse à l'Adulte de B mais c'est le Parent de B qui répond à l'Enfant de A.



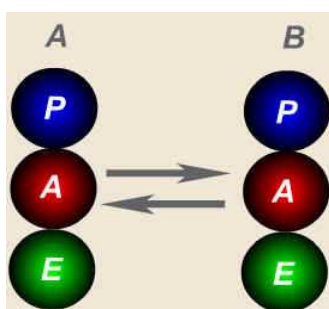
Adulte de A : Où est mon guide des hôtels ?

Parent de B : Si tu savais où tu ranges tes affaires...

Les Transactions cachées :

En apparence les messages sont émis d'un état du Moi à un autre état mais au niveau psychologique et secret 2 autres états sont mis en jeu. Elles peuvent aussi mettre en jeu plusieurs états du Moi chez un ou plusieurs interlocuteurs.

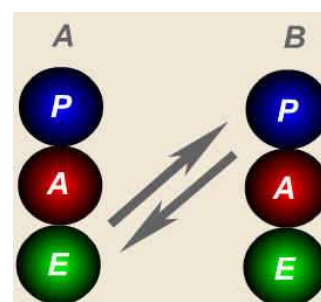
En apparence



Adulte de A : Alors si je comprends bien vous ne voulez pas nous augmenter ?

Adulte de B : Non je ne peux pas et je vous ai déjà expliqué pourquoi !

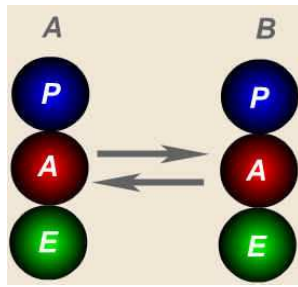
Au niveau psychologique



Enfant de A : Sachez que je ne l'oublierai pas !

Parent de B : Non mais !

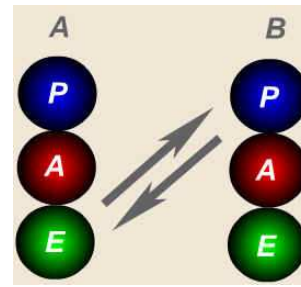
En apparence



Adulte de A : Je ne peux pas achever ce rapport urgent pour ce soir

Adulte de B : Eh bien, tu le finiras demain matin.

Au niveau psychologique



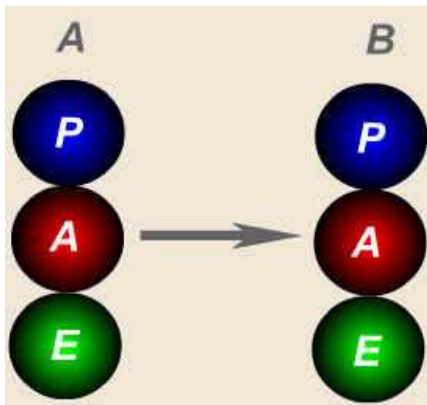
Enfant de A : Plainte EAS
Enfant adapté soumis

Parent de B : Protection PN
Parent nourricier

Les transactions angulaires :

C'est un message que l'on envoie en apparence vers un état du Moi alors que l'on a décidé sciemment d'accrocher un autre état de l'interlocuteur.

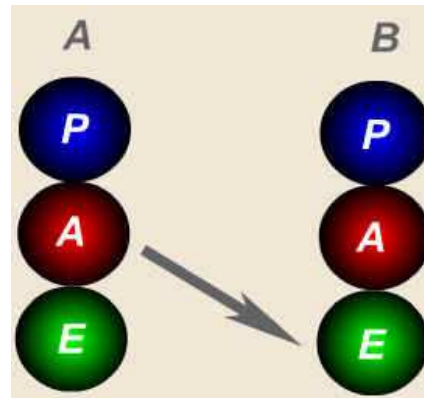
En apparence



C'est notre dernière proposition si vous attendez trop...

Ok je suis d'accord...

Au niveau psychologique



Attention !

Pas de problème...

Toutes ces constatations nous amènent à penser que pour un négociateur le plus simple pour ne pas se laisser influencer par son état du Moi Parent ou Enfant est de mettre l'Adulte aux commandes durant tout le temps de la négociation.

Ceci implique la capacité à reconnaître chez l'autre le moment où justement l'adulte n'est plus aux commandes et à le lui faire remarquer. Ceci se nomme un *recadrage*.

Le plus simple est de faire appel à son bon sens, à le faire raisonner, à faire appel à sa rationalité et à lui faire remarquer quand celle-ci n'est plus utilisée.

Chaque état du moi correspond à une position de vie et en négociation il y a des positions de vie préférables à d'autres...

8. *Les Positions de vie :*

Au nombre de 4 elles déterminent notre comportement par le choix que nous faisons souvent inconsciemment de nous installer dans l'une ou l'autre. Chacun de nous a une certaine perception, un certain degré d'estime de lui-même et des autres.

Selon les moments et les circonstances cette perception est plus ou moins positive, plus ou moins négative.

C'est dans l'imaginaire que tout se passe. J'ai dans la tête une image double : la mienne et celle de l'autre.

Le langage que je vais employer alors sera largement conditionné par l'image que j'ai de moi par rapport à lui et par l'image que j'ai de lui par rapport à moi.

1/

Moi :

Je suis bien.
Je réussis ce que j'entreprends.
Si ça ne marche pas voyons pourquoi.

Je suis OK.

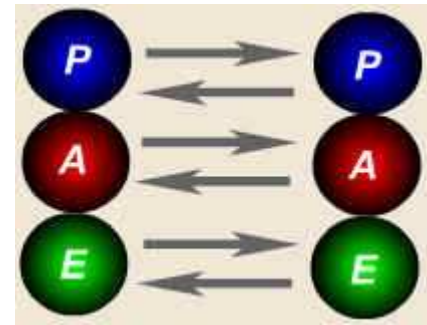
Je suis +

L'autre :

Il est bien.
Lui aussi réussit
Il fait Idem.

Il est OK.

Il est +



Cette position (+ +) est la plus satisfaisante pour soi-même et les autres, elle signifie que l'on s'accepte, que l'on est bien dans sa peau, en harmonie avec soi-même et le monde, car on accepte aussi les autres tels qu'ils sont, sans avoir de projets sur eux. Dans cette configuration toutes les formes de transaction sont possibles, Parent / Parent pour des échanges de valeurs, de conseils, de jugements...

Adulte / Adulte pour les échanges d'information, de réflexion...

Enfant / Enfant pour des échanges de plaisirs, de déplaisirs, de création, de rêves...

Notre communication est directe, sans arrière-pensées.

Nous sommes sur un pied d'égalité.

2/

Moi :

Je suis bien.
Je réussis ce que j'entreprends.
Je suis satisfait de moi.

Je suis OK.

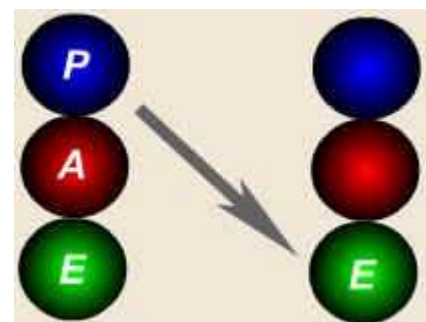
Je suis +

L'autre :

C'est un minable.
Il ne vaut rien.
Je perds mon temps avec lui.

Il n'est pas OK.

Il est -



Je suis Parent

Il est Enfant

Dans cette configuration (+ -) je me sens supérieur à l'autre. J'aurais donc tendance à le critiquer ou à le protéger.

C'est la position de celui qui laisse constamment parler son Parent Critique négatif, qui ne veut croire qu'en ses propres valeurs, ne faire confiance qu'en lui-même en même temps qu'il méprise ou néglige les autres.

Dans la version protectrice cela peut conduire au paternalisme, dans la version critique au harcèlement et à des comportements pervers.

3/

Moi :

Je ne suis pas bien.

Je me sens petit à côté de lui..

Je ne sais pas quoi dire.

Je ne suis pas OK.

Je suis -

L'autre :

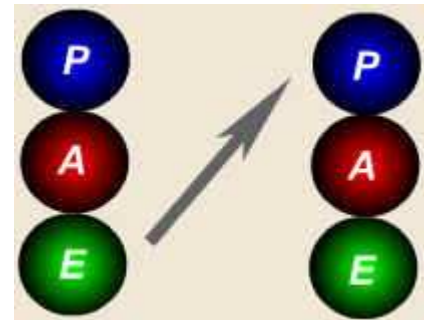
Il est bien.

Il est brillant.

Il a les meilleures solutions.

Il est OK.

Il est +



Je suis Enfant

Il est Parent

Dans ce cas, (- +), j'ai tendance à me dévaloriser, à le regarder avec admiration.

Mon comportement sera ou de soumission ou de contestation.

C'est la position de l'Enfant perpétuel.

Le plus souvent Enfant adapté Soumis.

Il doute de lui, ne se sent pas à la hauteur et donne à chacun le privilège exorbitant d'être son juge.

4/

Moi :

Je ne suis pas bien.

Je ne réussis rien.

Je suis un imbécile.

Je ne suis pas OK.

Je suis -

L'autre :

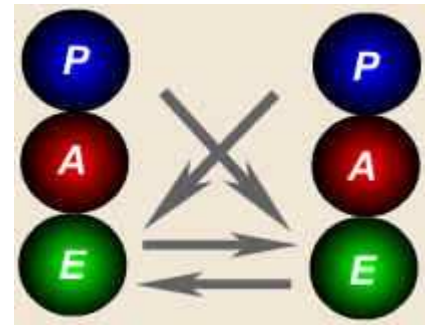
Lui non plus il n'est pas bien.

Lui non plus.

Il ne vaut pas mieux.

Il n'est pas OK.

Il est -



Cette position (- -) est la plus désespérée.

Elle conduit à ne faire confiance ni à soi ni aux autres, à refuser tout espoir.

Dans sa forme extrême elle peut se traduire par le repliement voire la dépression car le monde n'est fait que de perdants, il n'y a aucun espoir à avoir.

Lorsque les positions de vie se rencontrent en négociation :

On peut noter que de façon générale que :

L'intention d'un + - est de faire passer l'autre en - +.

Si celui-ci se laisse faire le + - considère que c'est une reddition et un triomphe.

Il se montre alors très aimable puisqu'il a selon lui remporté une " victoire ".

Mais si l'autre se place aussi en + - c'est l'escalade.

L'enjeu de la négociation devient la recherche du coup triomphal qui écrase l'autre.

C'est un jeu de pouvoir néfaste pour négocier.

L'intention d'un - + est de se convaincre de son impuissance et, pour ce faire, il recherche inconsciemment un + - qui le rabaissera.

Dans leurs relations les personnes en positions - + et + - se retrouvent et se complètent. Elles ont des difficultés à se séparer car se serait renoncer à leur scénario d'origine. Scénario d'Échec pour l'un de domination pour l'autre.

3 situations sont plus fréquentes que les autres dans les négociations de la vie professionnelle ou sociale :

- ▶ Les 2 négociateurs sont en + + : la relation est saine.
- ▶ Les 2 négociateurs sont en + - : il naît un jeu de pouvoir et des conflits.
- ▶ Un négociateur est en + -, l'autre en - + : la relation est du type dominant / dominé.

D. Champs d'application

Le Champ Psychothérapie concerne le développement des personnes, le traitement des dysfonctionnements par la psychothérapie individuelle ou en groupe. vise à soulager les symptômes des clients et/ou à les aider à restructurer leur personnalité et/ou leur cadre de référence au sein de la société.

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

Le Champ Organisation concerne la dynamique des personnes et des groupes au sein des organisations (managers, consultants, chefs de personnel et subordonnés...), il est choisi par ceux 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.

Le Champ Guidance concerne les personnes liées aux activités d'accompagnement, il est choisi par ceux dont l'activité vise la croissance et le développement des personnes et de leur cadre de référence social, sans correspondre à l'une des trois catégories ci-dessus. Ce sont par exemple les infirmiers, les conseillers paroissiaux, les travailleurs sociaux, les fonctionnaires de justice, etc.

Conclusion

Ainsi, on a pu constater que l'analyse transactionnelle (AT) est à la fois une psychothérapie et une théorie de « psychiatrie sociale » parce qu'elle propose d'étudier le psychisme des personnes en analysant leurs relations sociales. D'ailleurs on a déjà qualifié cette approche de « version populaire de la psychanalyse ».

L'analyse transactionnelle veut être une approche pragmatique, formulée dans un langage simple et concret, du comportement et de la structure psychique des individus.

Mais le contrat passé entre le thérapeute et son patient implique une certaine normativité liée au but de l'entreprise (une modification du comportement). La régulation sociale qu'apporte l'usage des thérapies de groupe renforce ce caractère qui fait de l'analyse transactionnelle un outil efficace dans le traitement de certaines déviations sociales, ainsi que dans celui de certaines personnalités psychotiques.

Bibliographie / Webographie

« Analyse transactionnelle et psychothérapie » Eric Berne

« Les états du Moi : de la séparation à la synergie » José Grégoire

<http://www.ifat.net/chap1at/definconcepts.htm>

<http://www.freewarriors.org/Accueil.htm>

<http://www.reseauproteus.net/fr/Therapies/Guide/Index.aspx>

http://www.santeetcommunication.com/analyse_transactionnelle.htm