

Présentation de l'Analyse Transactionnelle

CAQUIERE Romuald

Praticien en Analyse Transactionnelle

Master 1 de psychologie clinique et psychopathologie

Demi-journée du GRAA

à l'initiative du Docteur Jean-Luc Moreau

Hôpital départemental de Felleries-Liessies

Plan de la présentation

- Qu'est-ce que l'Analyse Transactionnelle ?
 - Quelques « outils » AT
 - Conclusion et questions...
-
-

Présentation de l'Analyse Transactionnelle

I. Qu'est-ce que l'A.T. ?

Qu'est-ce que l'A.T. ?

- Théorie de la personnalité et de la communication
 - Outil d'analyse de la personne dans sa totalité
 - comportements
 - émotions
 - pensées
 - Divers champs d'application (clinique / guidance / éducation / organisation)
-
-

Qu'est-ce que l'A.T. ?

- Historique :
 - fondateur : Eric Berne (psychiatre, 1910-1970)
 - objectif : langage simple clair et usuel
 - Les différentes écoles :
 - école Bernienne (de San Francisco)
 - école des Goulding (de la redécision)
 - école des Schiff (Carthexis Institute)
 - les divers développements (Kahler, Erskine, ...)
-
-

Présentation de l'Analyse Transactionnelle

II. Quelques « outils » A.T.

Etats du Moi

- Modèle fonctionnel : *comment la personne pense, ressent et agit dans l'ici et maintenant.*
 - Modèle structural : *fait référence à la genèse de la personnalité*
 - 1^{er} ordre : *définit les organes psychiques de l'individu*
 - 2nd ordre : *expériences et influences qui ont conduit à l'adoption d'organes psychiques*
-
-





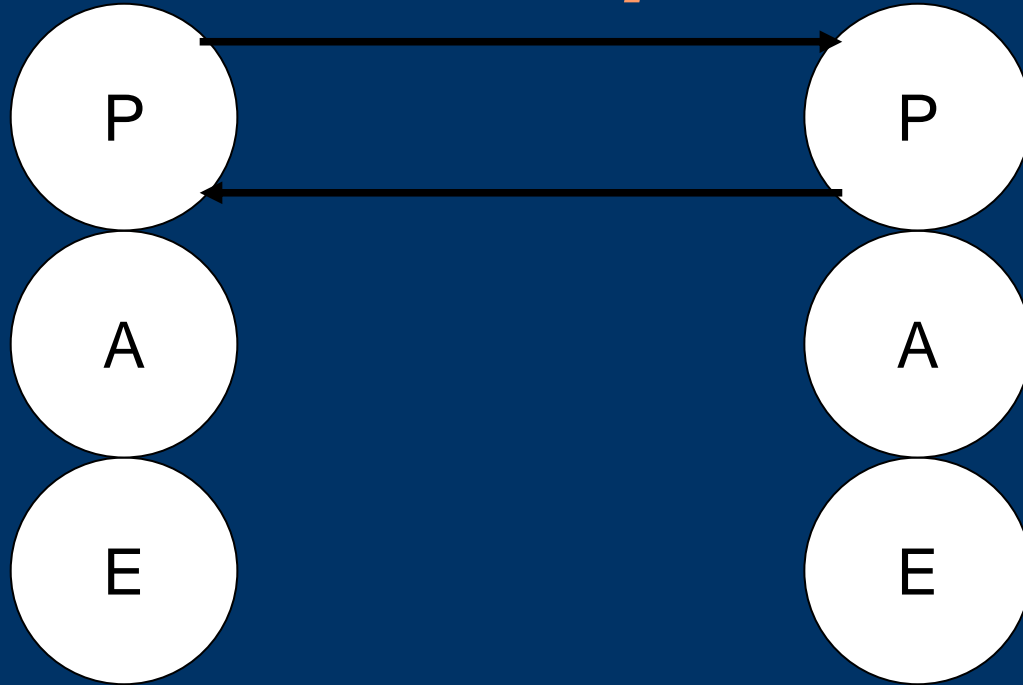
Les transactions

- « *La transaction, constituée d'un seul stimulus et d'une seule réaction, verbaux ou non, est l'unité d'action sociale* » (E. Berne)
- un message envoyé (**stimulus**) et une réaction du récepteur (**réponse**)
 - mode verbal ou non verbal
-
-

Les transactions parallèles

- L'état du Moi visé est celui qui répond
 - La communication peut durer indéfiniment
 - Une transaction complémentaire (= parallèle) est une transaction dans laquelle les « vecteurs » ou flèches sont parallèles.
-
-

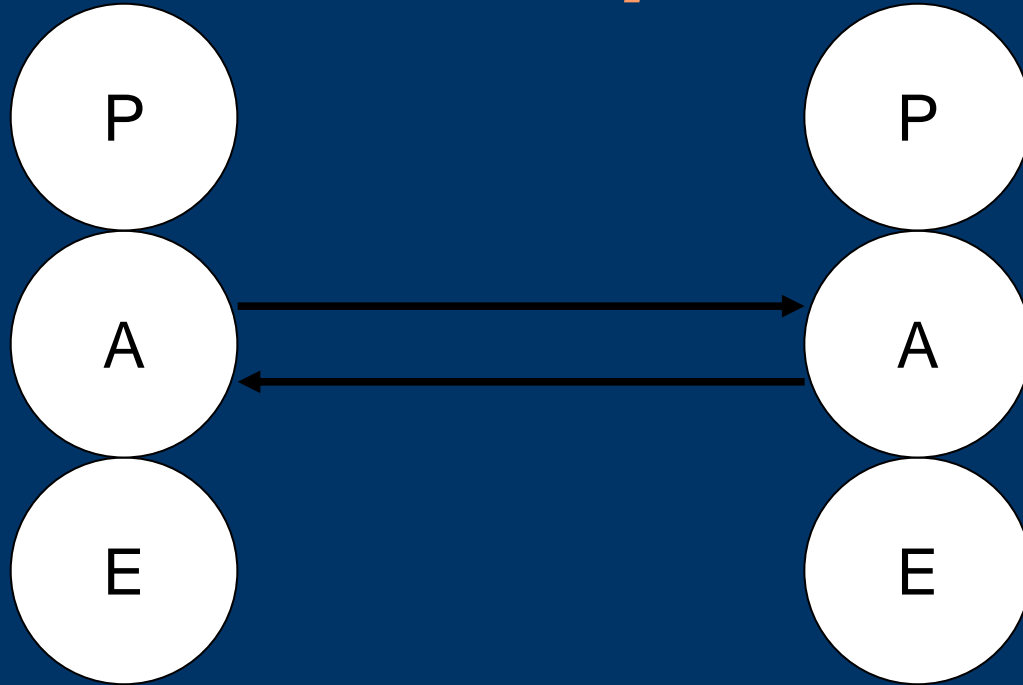
Les transactions parallèles : P - P



*Ce sont toujours les
meilleurs qui s'en
vont en premier*

*Ne m'en parle pas,
quand je pense à
l'autre là !*

Les transactions parallèles : A - A

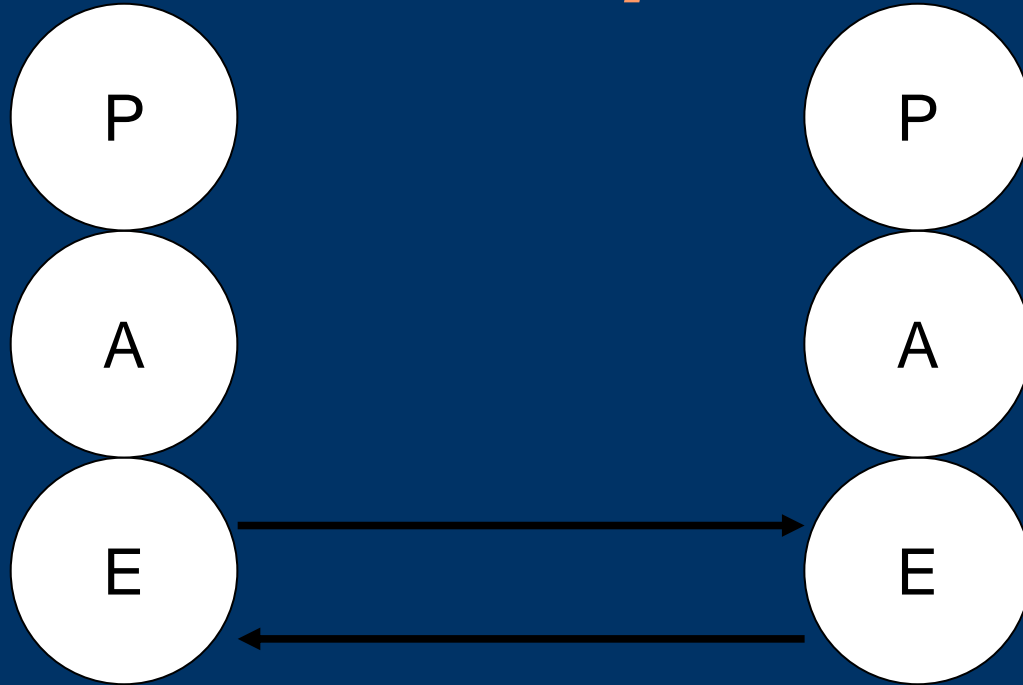


*Avez-vous pu terminer
ce dossier?*

*Oui, je l'ai déposé sur
votre bureau.*



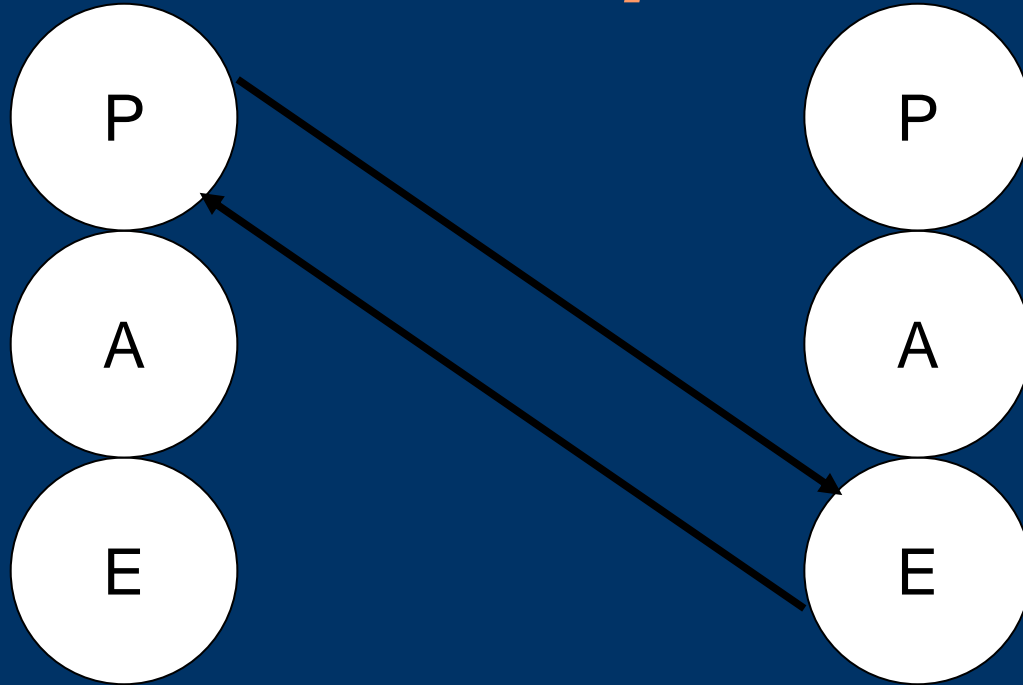
Les transactions parallèles : E - E



Ça te dirait, un ciné ?

Bonne idée ! Avec des popcorns !

Les transactions parallèles : P - E



*Pouvez-vous terminer
ce dossier au plus
vite ?!!!*

*Je m'en charge tout de
suite !*

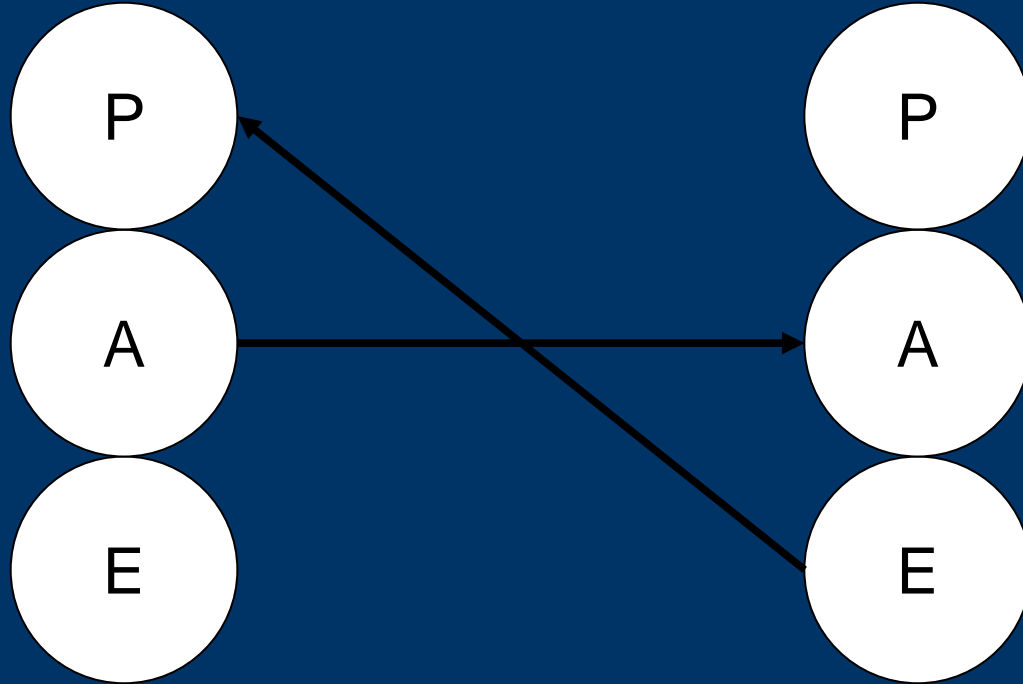


Les transactions croisées

- L'état du Moi visé n'est pas celui qui répond
 - La communication s'interrompt (au moins momentanément)
 - Une transaction croisée est une transaction dans laquelle les « vecteurs » ou flèches sont croisés.
-
-

Les transactions croisées

La
réaction
de
transfert



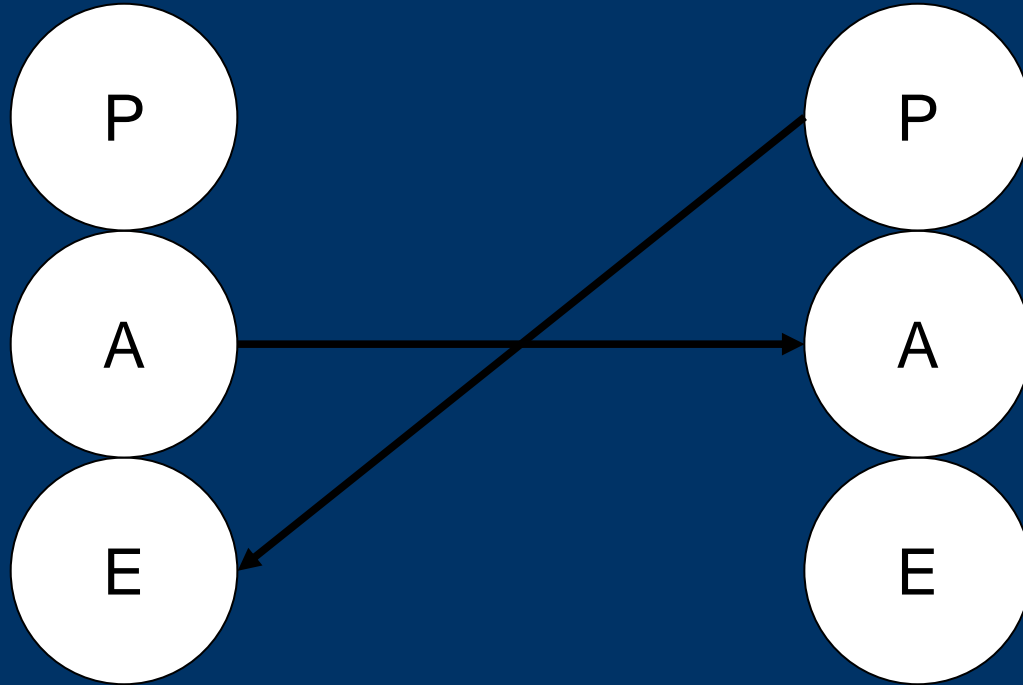
*Avez-vous pu terminer
ce dossier ?*

*Je n'ai pas que ça à
faire !*



Les transactions croisées

La
réaction
de
contretra
nsfert

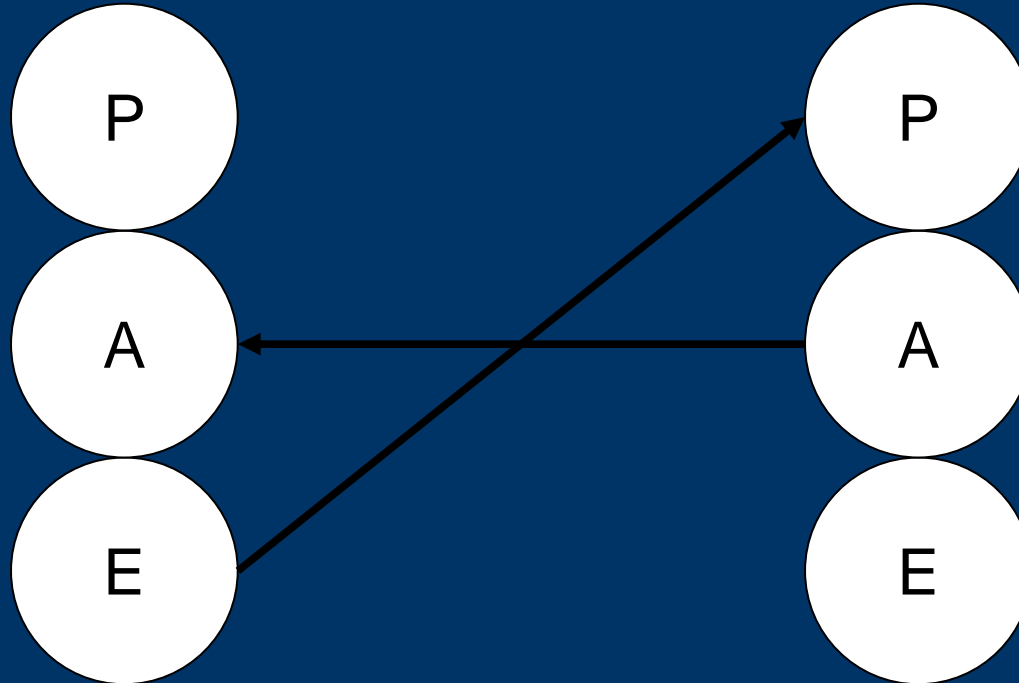


*Avez-vous pu terminer
ce dossier ?*

*Si vous le faisiez vous
même, vous le sauriez
!*

Les transactions croisées

La
réaction
exaspérante

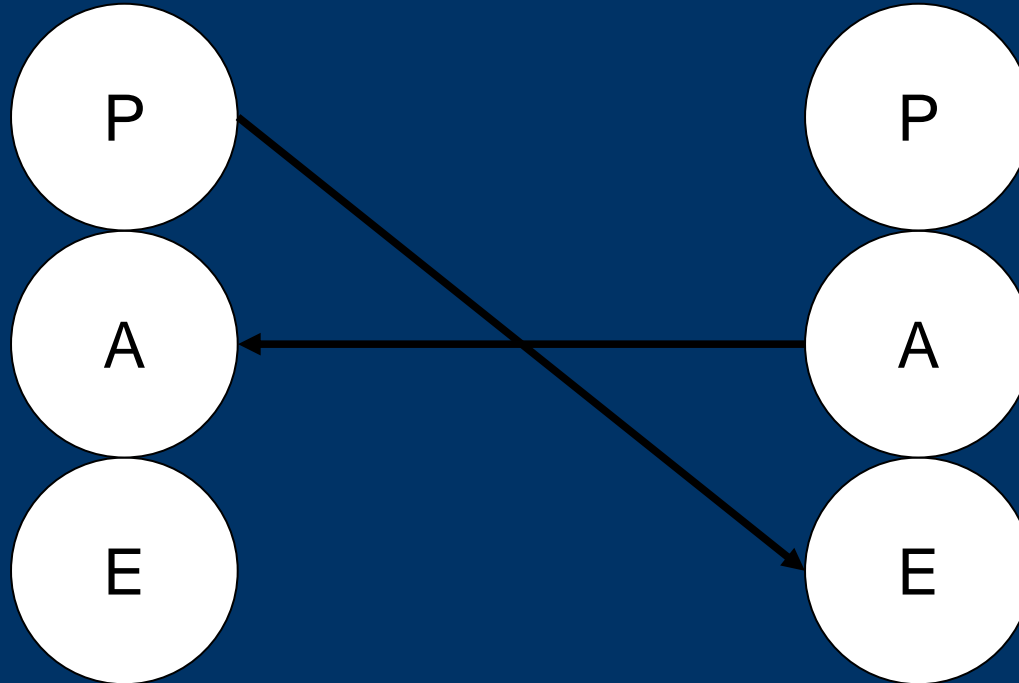


*Pourriez-vous m'aider
à terminer ce
dossier ?*

*Je n'y connais rien, je
ne vous serais
d'aucune utilité.*

Les transactions croisées

La
réaction
insolente



*Pouvez-vous terminer
ce dossier au plus
vite ?!*

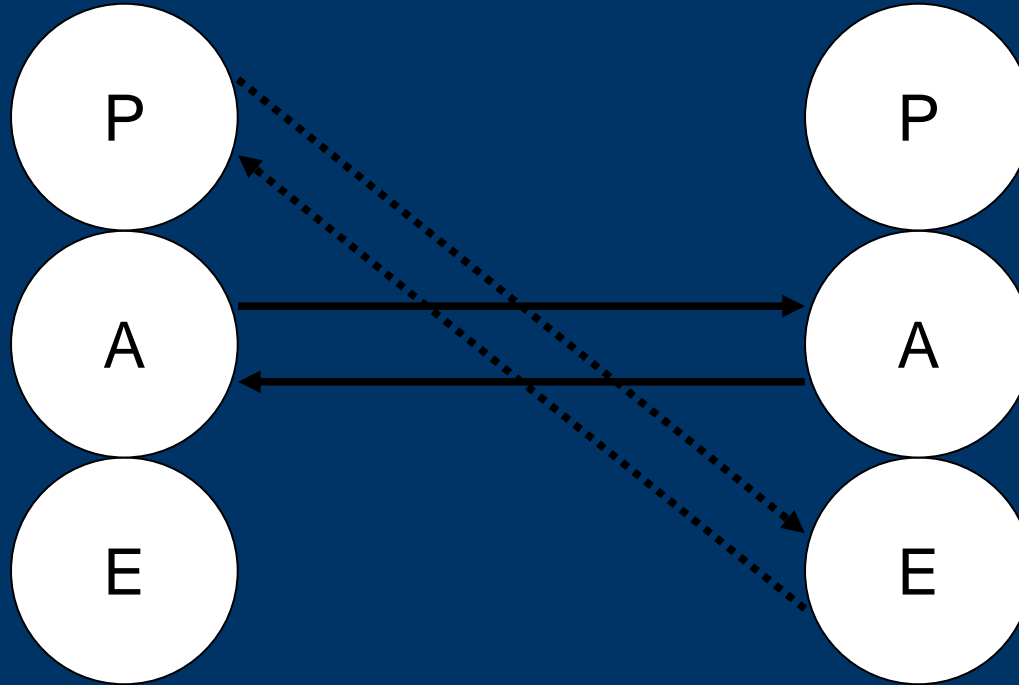
*Il est 16H00 et je dois
aller chercher mes
enfants à l'école.*

Les transactions doubles

- 2 niveaux de communication :
 - niveau apparent (ou niveau social)
 - niveau caché (ou niveau psychologique)

Les transactions doubles

La
transaction
duplex

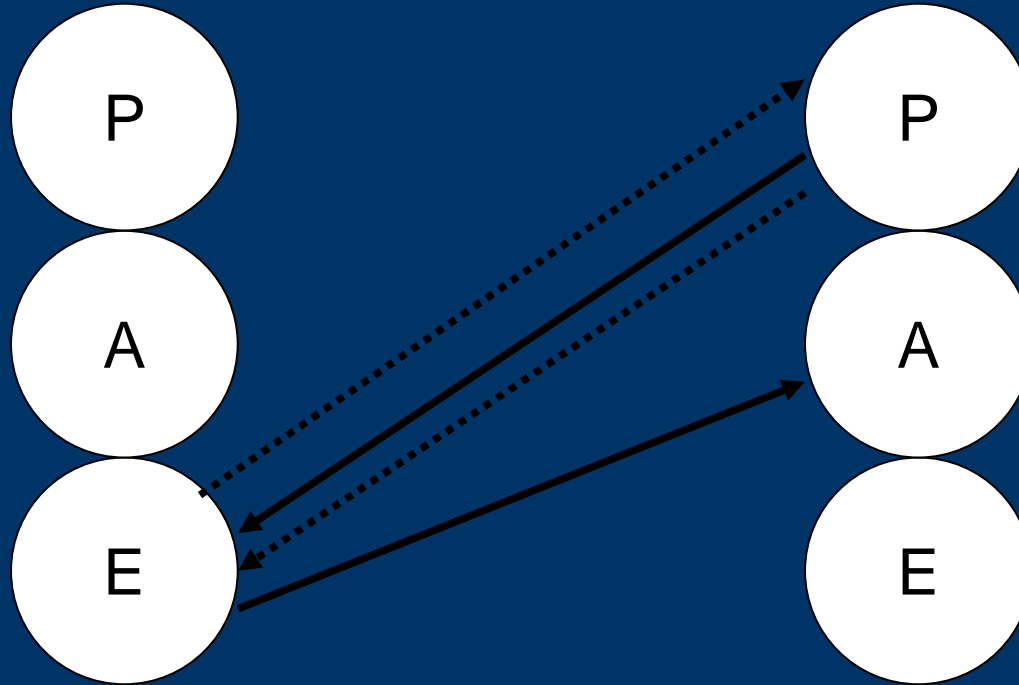


*Fini ton bol si tu veux de
la soupe (Elle n'est pas
bonne ma soupe ?)*

*Merci, je n'ai pas d'appétit ce
soir (Tu sais que je n'aime
pas ta soupe, non mais !)*

Les transactions doubles

La
transaction
angulaire

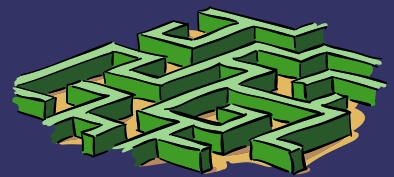


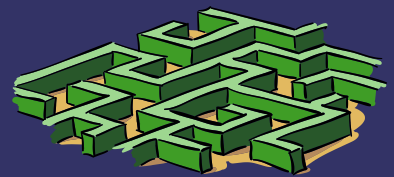
*J'aurai besoin d'un taxi pour
aller à la gare (Tu peux
me conduire ?)*

*T'inquiète, je vais te conduire
(prise en charge de la demande
psychologique -> symbiose)*

Les jeux psychologiques

- Fait partie des 6 formes de structuration du temps :
 - le retrait
 - le rituel
 - le passe-temps
 - l'activité
 - le jeu
 - l'intimité
-
-



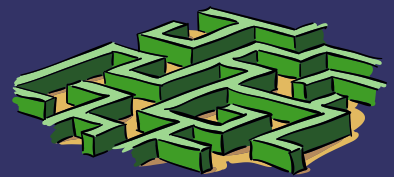


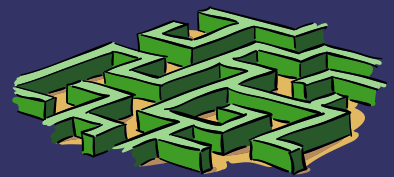
Les jeux psychologiques

- Les 6 avantages des jeux psychologiques :
 - avantage psychologique interne
 - avantage psychologique externe
 - avantage social interne
 - avantage social externe
 - avantage biologique
 - avantage existentiel
-
-

Les positions de vie

- Croyances fondamentales sur soi-même ou les autres
 - Permettent de justifier ses comportements et décisions
 - Se constituent avant 7 ans
-
-





Le contrat

- Les différents objectifs du contrat :
 - engagement de la personne dans son changement
 - relation d'égal à égal dans le changement
 - évite le cadre de référence du thérapeute
 - précise la nature des changements et la contribution de chacun
 - entame le changement dès son élaboration
-
-

Présentation de l'Analyse Transactionnelle

III. Conclusion



Conclusion

- thérapie humaniste :
 - les individus sont OK
 - tout le monde a la capacité de penser
 - ce sont les individus qui décident de leur destinée et ces décisions peuvent être changées
 - boîte à outils
 - concepts simples mais non simplistes
 - > Coursus de formation
-
-

obtenir le titre d'Analyste Transactionnel Certifié (CTA)(CTA -champ clinique)

- ❑ **Test 101 validé** / Avoir un **contrat de formation** en cours / Signer un **contrat de certification** avec l'EATA (*EATA : European Association of Transactional Analysis*) et un TSTA (*Teaching/Supervising Transactional Analyst*)
- ❑ **600 hrs de formation** (dont 300 hrs en AT avec un TSTA)
- ❑ **150 hrs de supervision** (dont 75 hrs en AT avec un TSTA)
- ❑ **750 hrs de pratique professionnelle** (dont 500 hrs en AT)
- ❑ **500 hrs de développement personnel** (formations et psychothérapie personnelle)
- ❑ **examen** : rédaction d'un **mémoire** et **épreuve orale** devant un jury de professionnels

Sources : Institut d'Analyse Transactionnelle de Lille (www.institut-at.com)

-> compter entre 4 et 6 ans minimum pour être prêt à cette accréditation
