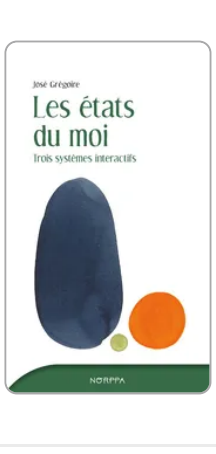

Chapitre d'ouvrage

Se construire

Par José Grégoire

Pages 63 à 88

Plan Notes
Les combinaisons évolutives des états du moi
a) Les triplets d'états du moi
b) La constitution des représentations généralisées d'interactions
c) Renforcements et inhibitions
Croissance et systèmes de personnalité
a) La perspective d'ensemble
b) Les strates les plus profondes
c) Les strates plus récentes
d) La croissance au-delà de l'enfance
Strates de la croissance et systèmes de personnalité
Textes
L'évolution du scénario chez Berne
La structure de deuxième ordre de l'Enfant

Plus que tout être vivant, l'être humain traverse au cours de son existence une évolution radicale. Physiquement, celle-ci le conduit de la naissance à la mort ; socialement, de la dépendance à une indépendance plus ou moins assumée ; psychologiquement, des premières relations enfouies dans la mémoire la plus ancienne à la capacité de parler, de penser et d'agir de manière autonome et créative. Les systèmes de personnalité Enfant, Parent et Adulte, indispensables à l'existence et à la croissance, en traversent les étapes et ne sauraient être compris indépendamment d'elle. C'est pourquoi ce chapitre lui est consacré.

Les combinaisons évolutives des états du moi

Le processus d'évolution de la personne s'appuie tout d'abord sur les combinaisons d'états du moi liés aux expériences de la personne. Nous en aborderons trois aspects : la constitution de triplets d'états du moi émanant d'une expérience particulière, l'élaboration progressive des représentations généralisées d'interactions, et les aboutissements de celle-ci.

a) Les triplets d'états du moi

La notion des triplets d'états du moi découle directement du chapitre précédent. Dans la perspective de l'interaction, les trois systèmes réagissent simultanément aux expériences de la personne, et chacun les perçoit par le biais de sa fonction propre, comme on l'a vu. Chacun d'eux conserve de ces expériences une trace partielle. Par conséquent, *tout épisode relationnel donne lieu à un triplet d'états du moi* [1] *associés* : un état du moi Enfant qui garde la mémoire du vécu de la personne elle-même, un état du moi Parent qui en fait autant pour celui de son ou ses partenaires, selon la perception de la personne, et un état du moi Adulte qui enregistre la scène dans ses aspects indépendants de tous ces vécus subjectifs [2].

Voici un exemple : un père emmène régulièrement son jeune fils à un match de football. Il paie l'entrée et prend soin d'éviter les bousculades, tout en choisissant un endroit où le garçon aura une bonne vue du terrain. Celui-ci enregistre simultanément un état du moi Enfant empreint de son plaisir lors de ces matches, un état du moi Parent qui lui permettra de s'inspirer de la conduite de son père lorsqu'il emmènera son propre fils au stade, et un état du moi Adulte qui relie les deux perceptions et en saisit la cohérence.

Si l'on compare les états du moi aux différentes positions d'une caméra dans une séquence où deux personnages dialoguent, on peut dire que l'état du moi Enfant « filme » la vie de la personne de son point de vue propre, comme si la caméra était située dans sa tête à elle. Lorsque, à l'inverse, la caméra nous fait voir la personne telle que son interlocuteur la voit, elle ressemble au Parent. Lorsqu'enfin elle se met « en champ » et montre les deux personnages à la fois, on a une analogie de la position Adulte [3].

Au niveau des expériences relationnelles de la prime enfance, la théorie des relations d'objet et celle de D.Stern confirment l'une et l'autre, à partir d'approches différentes, que c'est *toute l'expérience relationnelle* qui est mémorisée [4], *avec l'ensemble des personnages et de leur relation*. À ce moment, les états du moi Enfant, Parent et Adulte, réunis en triplets, ne sont encore que des aspects d'expériences relationnelles mémorisées globalement : le pôle du Soi (état du moi Enfant), le pôle de l'Autre (état du moi Parent) et leur relation mutuelle (état du moi Adulte). *C'est là le point de départ de la croissance.*

Notons que, quelle que soit leur époque d'origine, les constituants de ces triplets d'états du moi conservent de manière permanente une relation forte entre eux. On le voit bien quand une personne revit une scène ancienne en thérapie [5] : en général, elle en fait tout d'abord le récit sur un mode narratif qui englobe la figure parentale et elle-même (état du moi Adulte) ; mais dès qu'elle « entre dans la scène » et se met à la revivre plus ou moins intensément (état du moi Enfant), la figure parentale (état du moi Parent) est tout de suite là : c'est à elle que la personne s'adresse, c'est son jugement ou ses réactions qu'elle redoute, c'est devant elle qu'elle se sent honteuse, revendicatrice ou soumise, voire terrorisée au point de ne pas oser même la regarder en face, etc. À la fin d'un travail ayant abouti à une résolution, elle intègre les trois aspects dans une vision globale.

b) La constitution des représentations généralisées d'interactions

Ce sont M.Gilbert [6] et J.Hine [7] qui ont introduit en A.T. la notion de représentations généralisées d'interactions de D.Stern [8]. J.Hine les définit ainsi : « Une représentation généralisée d'un événement est faite de la connaissance, et des réactions de la personne à cette connaissance, qui sont synthétisées à partir de la perception d'événements semblables se produisant plusieurs fois, jusqu'à ce que cela devienne un stéréotype prêt à s'enclencher lorsque le même événement se reproduira. Le mot "événement" correspond ici à une gamme étendue d'expériences mentales ou même physiques. L'expérience peut être une expérience affective, somatique, une interaction, une réaction interne ou une perception passive, pour ne citer que quelques possibilités. » [9]

Dès le début de la vie, l'enfant se met à synthétiser des expériences qui se ressemblent pour élaborer à partir d'elles des « *représentations généralisées* » [10] : celles-ci sont nécessaires pour qu'il ne doive pas à tout propos réélaborer ses attentes et ses stratégies en raison de variations mineures. Reprenons l'exemple de Stern à propos de l'activité relationnelle « le bain avec Maman ». Tant que l'essentiel de son déroulement reste semblable, l'enfant n'en est pas le moins du monde perturbé et sa participation n'est pas modifiée, même si des détails tels que la couleur de la serviette changent. Ceci est possible parce qu'il dispose d'une représentation généralisée du « bain avec Maman » qui n'en retient que les traits essentiels, mais laisse de côté la couleur de la serviette et d'autres aspects mineurs ; chaque expérience lui permet d'ailleurs de la rendre de plus en plus performante. Si par contre il advient un jour quelque chose qu'il n'arrive pas à y intégrer à la représentation « le bain avec Maman », il crée une représentation nouvelle [11], par exemple « le bain en camping » ou encore « le bain quand j'ai avalé de l'eau » ; il construit alors une nouvelle manière de réagir et une nouvelle représentation, autrement dit un nouveau triplet d'états du moi.

Ces combinaisons ne relient pas seulement entre elles des expériences, mais aussi des représentations généralisées préexistantes. Tout au long de sa vie, la personne synthétise de cette manière des représentations généralisées de plus en plus larges. La représentation « le bain avec Maman », par exemple, sera englobée avec de multiples autres dans « être en relation avec Maman » puis dans « être en relation avec une femme » et finalement dans « être en relation » tout court [12]. Une même représentation généralisée de départ peut d'ailleurs s'intégrer à de multiples représentations nouvelles, de sorte que « le bain avec Maman » interviendra aussi dans l'élaboration de « prendre soin de mon corps », d'« avoir du plaisir (ou être mal à l'aise) dans l'eau », de « mon corps tel que les autres le perçoivent », etc.

En général, lorsque la personne met en œuvre ses représentations les plus générales, elle n'a conscience ni des multiples situations d'origine, ni des émotions qui les ont accompagnées, ni des éléments que le processus a relégués dans l'ombre. La plupart de ces aspects semblent pourtant ne pas disparaître entièrement, car ils peuvent plus ou moins être reconstruits dans des expériences comme la régression ; on pourrait dire qu'ils sont « mis hors circuit », mais non détruits.

Remarquons que le processus de constitution et d'extension des représentations généralisées a une conséquence directe pour la théorie transactionnelle : il nous montre qu'*il est impossible d'analyser des états du moi évolutifs, et particulièrement créatifs, avec les définitions que donne l'A.T. classique* des états du moi Enfant et Parent (répétitions d'une expérience passée de la personne ou d'une figure parentale). C'est que la question sous-jacente « quelle est *l'*origine » (au singulier !) « de cet état du moi » n'a aucun sens en-dehors des états du moi qui relèvent de la perspective de la répétition ; c'est pourquoi d'ailleurs il est si tentant de recourir aux termes descriptifs, souvent sans même s'en rendre compte, pour tenter de démêler si une expérience « est » Enfant, Parent *ou bien* Adulte (ce qui déplace la question de l'origine passée aux traits dominants des manifestations d'aujourd'hui). Or dans l'immense majorité des cas les stratégies des personnes puisent à des sources multiples.

Si par exemple un homme retient sa colère, c'est d'ordinaire une conséquence d'une grande quantité d'expériences passées : « Papa évite le conflit », « Maman semble triste quand je suis en colère », « Un jour, j'ai frappé mon petit frère parce que j'étais fâché, il saignait et j'ai eu peur », etc., à quoi il faut ajouter les expériences à l'école, avec les pairs, au travail, dans la rue, etc. L'intervenant ne peut donc *présupposer* qu'il lui suffira de traiter une seule expérience ancienne, fût-elle la plus archaïque. Tant mieux sans doute si c'est le cas, mais il ne doit pas s'étonner si, pour une bonne résolution du problème, il faille aborder au moins deux ou trois expériences passées, anciennes ou récentes, qu'il devra choisir parmi les plus représentatives ou les plus marquantes.

Pour comprendre les états du moi créatifs, c'est encore plus vrai, car ils résultent de combinaisons de multiples états du moi antérieurs. Voici un exemple sur le thème du « jeu ». À trois ans, un petit garçon, qui peut tout juste marcher, joue à la balle avec ses frères et ses amis. Le contenu de l'état du moi est tout-à-fait primitif. Il se ramène, en fait, à une vague association entre se déplacer et saisir la balle ; l'idée de la transmettre à un autre joueur n'est pas encore incluse, de sorte que le petit garçon garde la balle lorsqu'il l'a saisie et ne comprend pas pourquoi on veut la lui reprendre. À quatre ans, l'état du moi est enrichi ; il englobe à présent l'idée que la balle doit avancer dans une certaine direction et passer d'un joueur à l'autre. À six ans, l'état du moi inclut une version approximative des règles, l'interdiction de tricher, et la façon de savoir qui a gagné. La capacité de perdre avec fair-play peut venir plus tard. À l'adolescence, l'état du moi peut à nouveau s'enrichir énormément ; à cette époque, le garçon peut y avoir synthétisé des expériences relatives aux compétitions officielles, aux risques physiques, aux relations avec les entraîneurs, les coéquipiers, les adversaires, etc. À chaque étape la créativité dans le jeu peut considérablement augmenter. Comment pourrait-on rendre compte de ce processus à l'aide d'une seule expérience passée ?

c) Renforcements et inhibitions

Dès que le processus de constitution des représentations généralisées se met à combiner des expériences, des triplets d'états du moi et des représentations généralisées préexistantes, certains aspects se trouvent renforcés et d'autres évités, voire réprimés.

Examinons ici quelques cas.

— 1. Dans les *états du moi répétitifs* (fig.1), il n'y a pas d'évolution, ou très peu, ni de formation de représentations généralisées nouvelles. Berne cite le cas de Madame Enatosky [13]. Bien que le triplet d'états du moi issu de la scène d'origine soit représenté dans la figure, la perspective de la répétition pure ne prend en compte qu'un seul des trois états du moi qui le composent, ici l'état du moi Enfant.

Fig.1 – Un état du moi répétitif

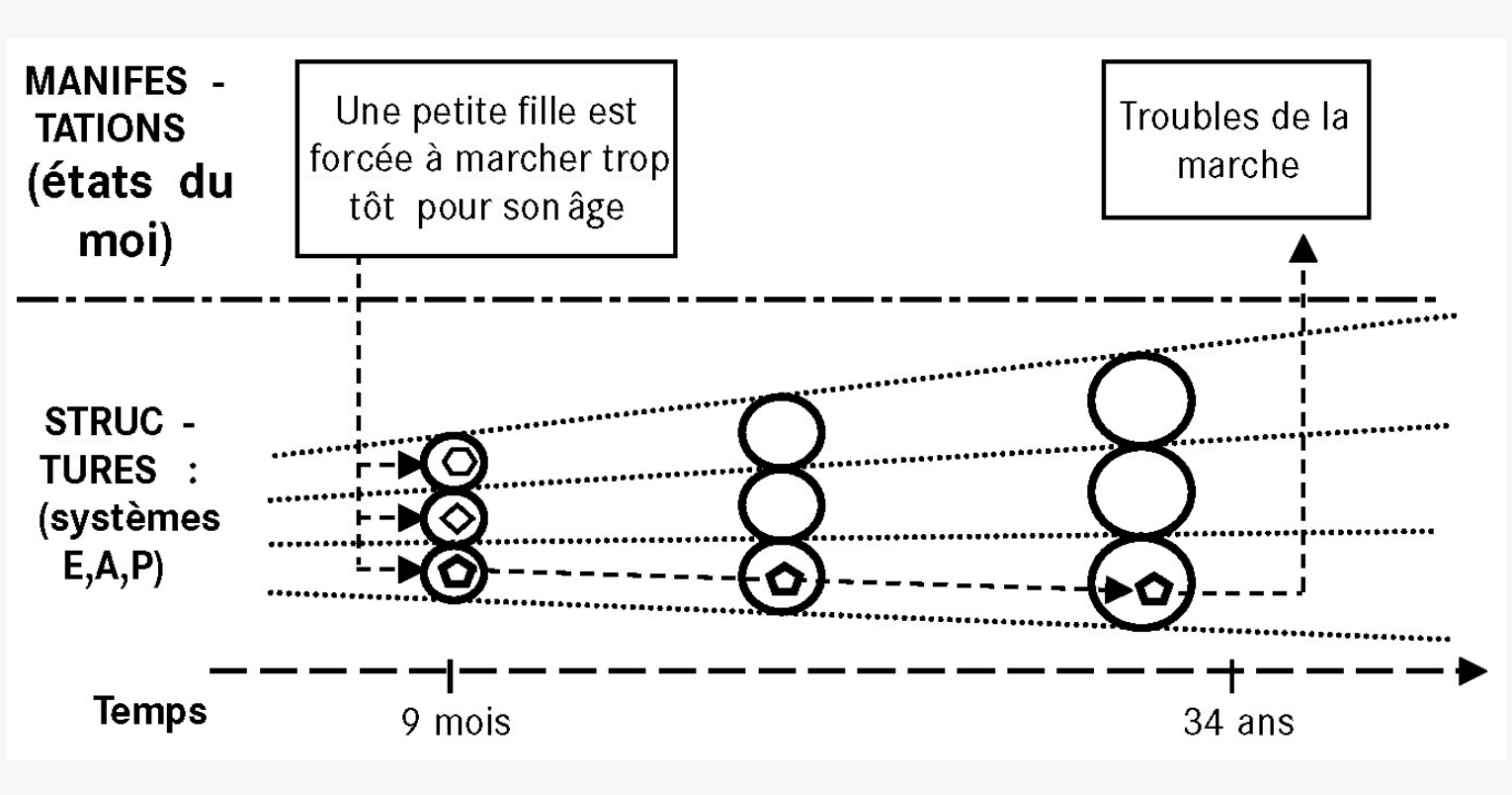
MANIFES - TATIONS (états du moi)
Une petite fille est forcée à marcher trop tôt pour son âge
Troubles de la marche
STRUC - TURES : (systèmes E,A,P)
Temps
9 mois
34 ans

Fig.1 – Un état du moi répétitif

– 2. *Combinaisons d'états du moi aboutissant à une inhibition.* Lorsque le processus de généralisation renforce de plus en plus l'évitement du contact avec une expérience particulière, deux cas se présentent, suivant qu'il donne lieu ou non à des « surgénéralisations » [14]. Ce terme signifie que le pattern d'évitement « fait tache d'huile », c'est-à-dire envahit un domaine de plus en plus large de l'existence de la personne et finit par aboutir à des limitations importantes. En voici un exemple (fig.2).

Un homme (fig.2) est incapable de fermeté face à son jeune fils de cinq ans : « J'ai peur de le traumatiser ». Il réalise que cette inhibition est liée à des scènes de son enfance où son père le battait. Le contact avec l'expérience (état du moi Enfant) et avec la terreur qui l'accompagne a tout d'abord été réprimé, ce qu'indique le carré dans le système Enfant. Mais déjà l'enfant déjà sait par expérience que, si ce contact est ravivé d'une manière ou d'une autre, la répression ne tiendra pas. L'inhibition s'étend donc à tout ce qui pourrait susciter un tel réveil, et notamment au modèle de violence intériorisé à partir du père ; cet état du moi Parent se trouve donc à son tour inhibé (en termes d'influences, le système Enfant influence le système Parent, ce qu'indique la flèche grise). Mais comme d'autres situations pourraient rendre instable cette répression seconde, le processus continue et s'étend à des situations de conflits de plus en plus larges, indépendamment du risque objectif de violence. Finalement, à travers des représentations généralisées de plus en plus larges, l'homme en est venu au niveau du sens de Soi : il se considère comme incapable d'assertion depuis toujours : « C'est ma nature ». La « surgénéralisation » ressemble ainsi à certains châteaux médiévaux où l'on a d'abord construit le donjon, puis un fossé pour protéger celui-ci, puis un second mur pour protéger le tout, et ainsi de suite. Ce sont souvent les traumatismes qui engendrent les surgénéralisations les plus étendues et de ce fait les plus dommageables.

S'il n'y a pas de surgénéralisation, ce type de combinaisons d'états du moi peut mettre en place des limites et une structuration favorables à la croissance. Le processus ne déborde pas de son domaine d'utilité et aboutit à l'évitement d'actes et de réactions destructrices ou dommageables. Nous parlerons à ce propos de *renforcements structurants*.

Fig.2 – La généralisation d'une inhibition

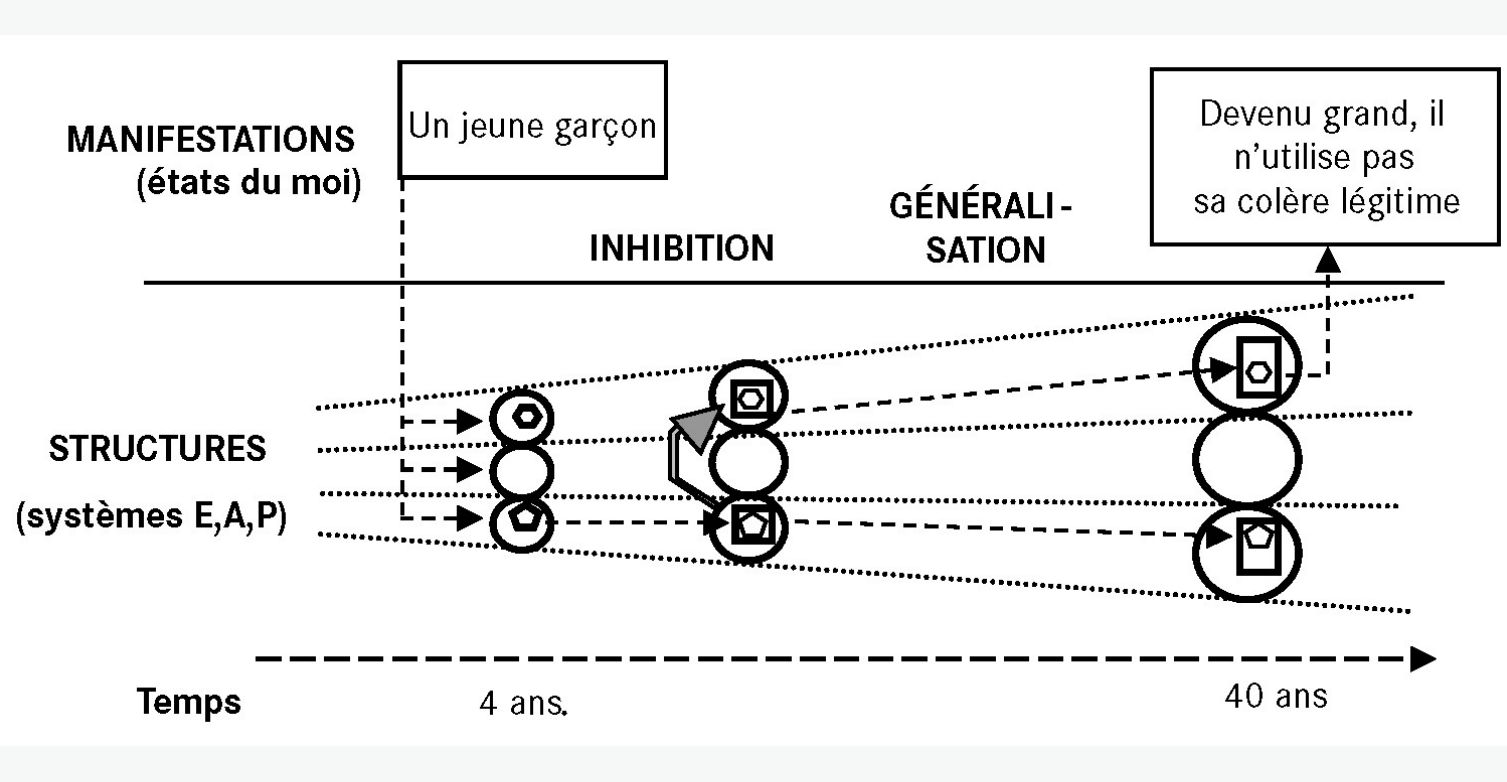
MANIFESTATIONS (états du moi)
Un jeune garçon
INHIBITION
GÉNÉRALI - SATION
Devenu grand, il n'utilise pas sa colère légitime
STRUCTURES (systèmes E,A,P)
Temps
4 ans.
40 ans

Fig.2 – La généralisation d'une inhibition

– 3. *Combinaisons d'états du moi aboutissant à des orientations constantes.* Au lieu d'aboutir à des évitements, ces combinaisons renforcent de plus en plus un mode particulier de réaction ou d'action. S'il y a surgénéralisation, on va dans la direction des réactions stéréotypées, voire compulsives. Dans l'exemple de l'homme ci-dessus, une telle représentation surgénéralisée pourrait être : « En cas de conflit, *toujours* faire plaisir aux autres », résultant d'une accumulation d'expériences du genre : « En faisant plaisir aux autres, j'ai évité le conflit et la peur du conflit ». En l'absence de surgénéralisation, il peut s'agir de qualités positives ou de traits de caractère de la personne ; toutefois, il n'y a pas de créativité parce qu'il n'y a qu'une seule option.

– 4. *Combinaisons d'états du moi aboutissant à des réactions souples et potentiellement créatives.*

Ces combinaisons multiples (fig.3), qui d'habitude se construisent à partir d'états du moi appartenant aux trois systèmes, évoluent vers une souplesse de plus en plus grande, ce qui ouvre la possibilité de la créativité. Dans le schéma ci-dessus, on a cherché à susciter l'impression de la multiplicité d'influences qui rendent celle-ci possible. Un exemple est celui du jeu cité plus haut [15].

Remarquons en passant combien cette conceptualisation met en valeur les liens intimes entre la théorie des états du moi et celle du scénario lorsque celui-ci est théorisé en termes de « messages » [16]. Ainsi, les injonctions et les drivers résultent de surgénéralisations, les premières lorsqu'elles aboutissent à des inhibitions, les seconds lorsqu'elles engendrent des orientations constantes. Les limites saines (protections) et les « permissions », de leur côté, sont en relation avec les renforcements structurants et les réactions créatives. D'autres concepts peuvent également être compris comme le résultat de l'élaboration continue de représentations généralisées, par exemple la position de vie existentielle, l'imago de groupe [17], le cadre de référence [18], les méconnaissances [19], les redéfinitions [20], etc. À cette lumière, la théorie de l'A.T. apparaît non pas comme une poussière de concepts sans liens mutuels véritables, mais comme une théorie qui a son unité dans sa référence aux concepts centraux d'états du moi et de scénario [21].

Fig.3 – Une réaction créative

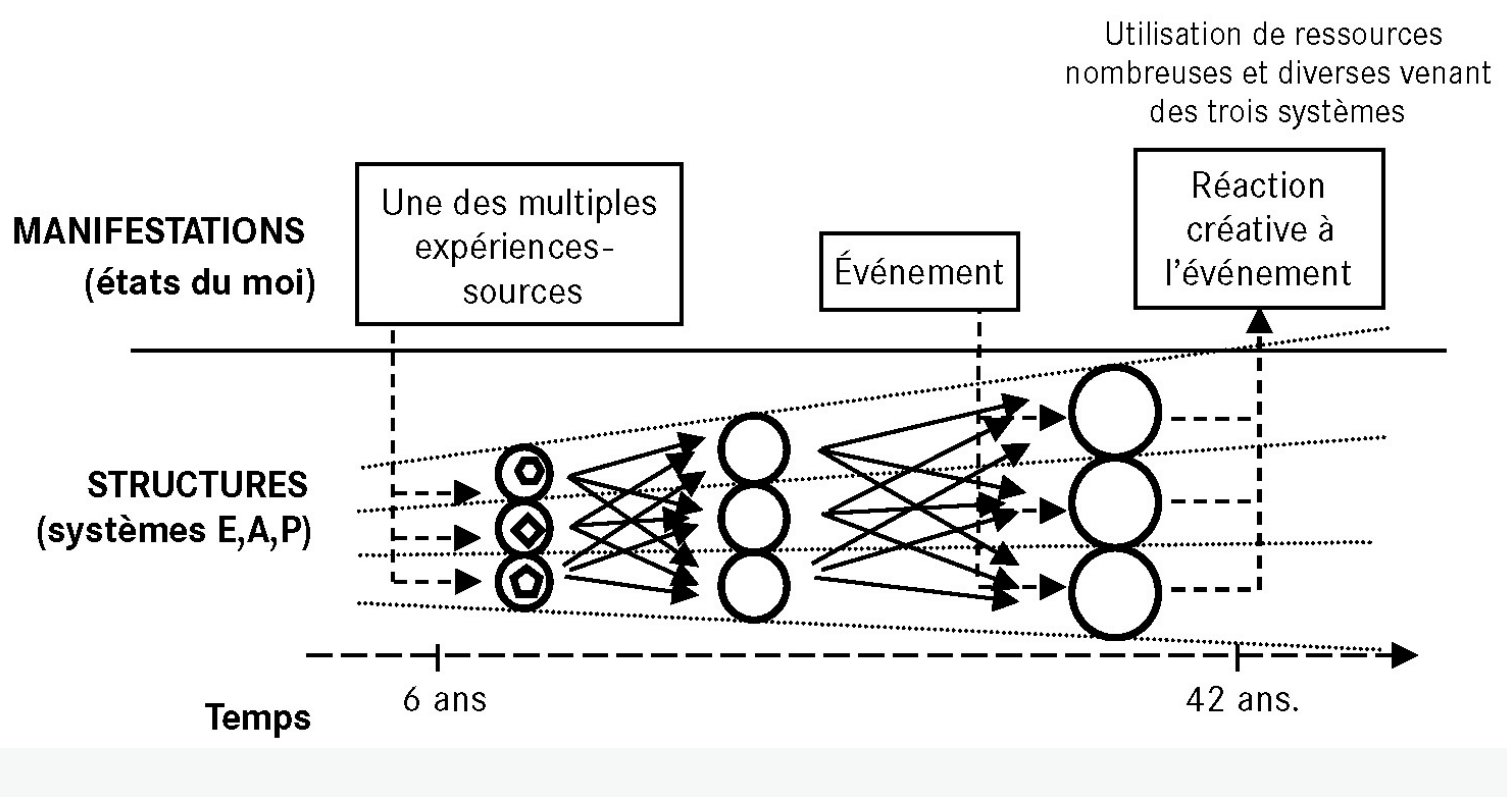
Utilisation de ressources nombreuses et diverses venant des trois systèmes
MANIFESTATIONS (états du moi)
Une des multiples expériences-sources
Événement
Réaction créative à l'événement
STRUCTURES (systèmes E,A,P)
Temps
6 ans
42 ans.

Fig.3 – Une réaction créative

Croissance et systèmes de personnalité

Parmi les apports récents dans ce domaine, celui de D.Stern [22]. tient aujourd'hui une place essentielle. Plusieurs auteurs transactionnalistes en ont fait la base de leur conception de la croissance, notamment M.Thunnissen [23] et H.Hargaden et C.Sills [24]. La suite de ce chapitre met les acquis de D.Stern en relation avec les systèmes de personnalité.

a) La perspective d'ensemble

Fondé sur l'observation sur le vif de la *croissance saine* et des *relations* des enfants depuis la naissance, plutôt que sur la pathologie, les rêves et les fantasmes d'un âge plus récent, il tire également profit des approches psychodynamiques pour en expliciter le sens [25]. L'auteur présente ses conclusions en termes d'évolution d'une dimension particulière du psychisme, le sens du Soi, c'est-à-dire la perception subjective que l'enfant a de lui-même ; cette perception est d'ailleurs intrinsèquement relationnelle, car ce sens de Soi est inséparable du sens de l'Autre, et les deux évoluent ensemble.

En outre, la croissance n'est pas divisée en « stades » [26] dont chacun se termine lors de la mise en place du suivant [27]. Stern la considère au contraire comme résultant de la superposition de *strates* dont chacune repose sur les précédentes, un peu comme des strates géologiques, sauf qu'elles ne sont jamais « enterrées ». Au contraire, chacune demeure active tout au long de la vie et interagit avec les autres. Lorsque dorénavant nous parlerons de « strates », cette conceptualisation sera toujours sous-entendue. Citons quelques-unes de ses très importantes implications pratiques :

– Les expériences de la personne adulte, et spécialement ses expériences relationnelles, ne concernent pas seulement la strate la plus récente, mais résonnent simultanément au niveau des strates les plus profondes sans que cela implique de soi pathologie ou régression. Comme le rappelle W.Cornell, considérer un processus comme « *enraciné* dans les tout premiers âges de la vie est complètement différent de le considérer comme *fixé* ou *archaïque*. » [28]
– Toutes les strates, même les plus profondes, jouent un rôle aussi bien dans nos ressources et notre créativité les plus personnelles [29] que dans les vulnérabilités les plus fragilisantes.
– Lorsqu'une ressource ou un problème d'aujourd'hui apparaît comme lié aux strates les plus profondes du psychisme, cela n'implique pas automatiquement que son origine soit chronologiquement ancienne. Un traumatisme subi à l'âge adulte, par exemple, blesse les strates les plus profondes sans avoir nécessairement d'antécédents dans l'enfance.

b) Les strates les plus profondes

Au départ, nous avons l'intériorisation inconsciente d'épisodes relationnels entiers « tels quels », avec leurs aspects inséparables de vécu personnel (état du moi Enfant), de perception de l'expérience d'autrui (état du moi Parent) et de lien entre les deux, ce qui implique une perception minimale de l'ensemble (état du moi Adulte). À ce niveau, les trois systèmes ne sont que des différenciations secondaires au sein d'une mémoire globale qui enregistre les épisodes dans leur entièreté.

Cette intériorisation relève de ce que les neurophysiologistes appellent la « mémoire implicite ». Celle-ci « est non consciente : elle comporte des émotions, des sensations et des comportements, mais aucun sens (…) du temps, ni du fait que quelque chose est rappelé à la mémoire » [30]. Les souvenirs qui y sont enregistrés « sont bruts et surgénéralisés ; ils ne comportent pas de distinction entre passé et présent », c'est-à-dire qu'ils sont vécus comme s'ils se passaient maintenant [31]. Dans la description de Stern, qui est faite d'un point de vue tout différent, ce processus recouvre au moins les deux strates initiales, celles du Soi émergeant et du Soi noyau.

Fig. 4 – Un schéma transactionnel des phases du Soi émergeant et du Soi noyau

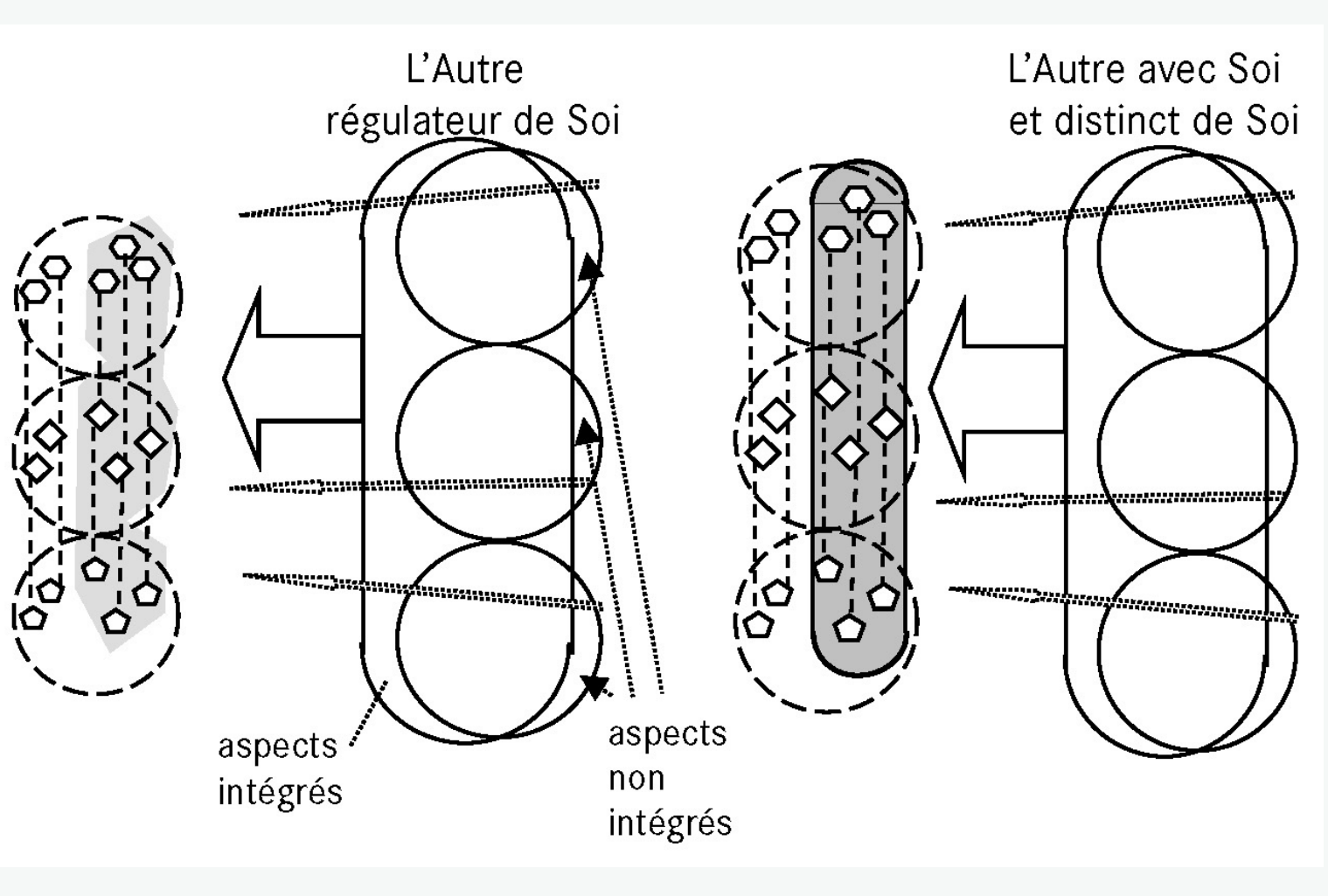
L'Autre régulateur de Soi
L'Autre avec Soi et distinct de Soi
aspects intégrés
aspects non intégrés

Fig. 4 – Un schéma transactionnel des phases du Soi émergeant et du Soi noyau

Dans la strate du *Soi émergeant* (fig. 4 à gauche), les expériences de la personne, représentées par les triplets d'états du moi reliés verticalement, ne donnent lieu qu'à un sens de Soi instable et fugace (en gris), qui a besoin pour se constituer et se renforcer de la présence active de « l'Autre régulateur de Soi ». Dans celui-ci la mère tient en général le rôle central ; son action et sa présence relationnelle agissent sur l'enfant pour offrir un contenant à ses vécus internes et les canaliser. La part de l'enfant, en réponse, met en œuvre sa partie intégrée et cohérente (représentée par l'orbe entourant la plus grande partie de ses systèmes de personnalité) ; mais inévitablement aussi ses parties non intégrées, incohérentes et parfois destructrices interviennent aussi (ce qui est symbolisé par les petites flèches émanant de ses parties non intégrées).

Selon Stern, la strate du *Soi noyau* (fig.4 à droite) se superpose très tôt à celle du Soi émergeant. À ce moment, la personne a déjà à sa disposition un noyau plus cohérent pour élaborer son sens de Soi. Elle se pose déjà comme en relation avec l'Autre et comme distincte de lui [32], ce qui implique une certaine expérience d'être acteur et d'être doté de cohérence, d'affectivité personnelle, de continuité et de permanence [33].

Ces strates profondes sont le fondement de tout ce qui va suivre ; là s'enracinent à la fois les tout premiers apprentissages et les ressources les plus profondes de la personne, mais aussi ce que Berne appelle le « protocole » [34] de scénario, le niveau le plus primitif de celui-ci [35]. Si en effet des contenus destructeurs enfouis dans les strates les plus profondes sont réactivés sans recevoir ni contenant ni sens, des déchaînements violents et imprévisibles peuvent se produire. Ce contenant peut venir de la personne, qui tire profit pour cela de l'interaction de ces strates profondes avec les strates plus récentes, soit d'une relation entre la personne et un Autre, à condition que celui-ci demeure lucide et suffisamment stable quant à ce qui se passe et quant à ses propres réactions, ce qui implique d'ordinaire la conscience et la prise en compte des réactions de contre-transfert.

c) Les strates plus récentes

Aux deux premières strates se superpose ensuite le niveau du Soi subjectif et de l'Autre subjectif, qui débute par la découverte que j'ai un mental et les autres aussi, que celui des autres est différent, et que mes expériences subjectives peuvent être partagées. Ainsi s'ouvre le domaine du lien interpersonnel intersubjectif. « Lorsque cela arrive, la conduite inter-individuelle s'est partiellement déplacée des actes et des réactions manifestes aux états subjectifs intérieurs. Ce changement donne [à la personne] une "présence" et un "vécu" relationnel différents » [36], de sorte qu'« à la fois la séparation-individuation et les nouvelles façons de faire l'expérience de l'état d'union avec l'autre (ou d'être-avec) naissent (…) de la même expérience d'intersubjectivité » [37].

Ce passage, antérieur selon Stern à l'acquisition de la parole, ne peut que mettre en branle une transformation profonde des systèmes Enfant, Parent et Adulte. Au niveau de cette strate qui vient se superposer aux deux premières, le système Enfant accède à un type nouveau de vécu relationnel, où l'échange peut se faire d'une subjectivité à une autre. Le système Parent continue à intérioriser, ce qui est sa fonction, mais il le fait dans un espace plus vaste, que les interactions avec les autres systèmes et l'acquisition de la parole vont lentement transformer en possibilité de positionnement conscient face à ce qui est intériorisé, jusqu'à l'adolescence et au-delà. Le système Adulte, quant à lui, acquiert une lucidité nouvelle, saisit mieux les implications de la différence entre les personnes et acquiert de ce fait une compréhension plus précise de la relation.

Sur cette strate vient se superposer la dernière que Stern examine dans son ouvrage [38], celle du Soi verbal et de l'Autre verbal. Écoutons-le :

> « Au cours de la deuxième année de la vie du nourrisson, le langage apparaît et, durant ce processus, le sens de Soi et le sens de l'Autre acquièrent de nouveaux attributs. Dorénavant, le soi et l'autre ont une connaissance distincte et séparée du monde, propre à chacun d'eux, de même qu'ils possèdent un nouveau moyen d'échange pour créer des significations partagées. Un nouveau système d'interprétation apparaît et ouvre un autre domaine du lien interpersonnel. Des modalités beaucoup plus nombreuses "d'être-avec" un autre sont maintenant possibles. À première vue, le langage paraît être seulement un avantage qui facilite l'accroissement de l'expérience interpersonnelle. Des parties communes de notre expérience deviennent plus facilement partageables avec d'autres. En plus, il permet à deux personnes de créer des expériences mutuelles de signification partagée, inconnues auparavant et qui n'auraient jamais pu exister sans être façonnées par les mots. Mais en fait le langage est à double tranchant. Il rend certaines parties de notre expérience moins partageables avec nous-même et avec les autres. Il enfonce un coin entre deux formes simultanées d'expérience interpersonnelle : telle qu'elle est vécue et telle qu'elle est représentée verbalement. Les expériences des liens interpersonnels émergent, noyau et intersubjectif qui continuent en dépit de l'apparition du langage, ne peuvent être que très imparfaitement saisies dans le domaine du lien interpersonnel verbal (…). Ainsi, le langage est à l'origine d'une scission dans l'expérience de soi. Il déplace le lien interpersonnel vers un niveau abstrait et impersonnel, intrinsèque au langage, loin du niveau immédiat et personnel intrinsèque aux autres domaines de lien interpersonnel. » [39]

Dans ces deux strates qui s'élaborent sur le fondement des autres, c'est la mémoire explicite qui prédomine. Celle-ci se superpose à la mémoire implicite, mais n'en interrompt pas le fonctionnement ; elle le canalise seulement sous une forme plus nuancée et plus socialement acceptable, accompagnée d'émotions qui cette fois peuvent être préconscientes, conscientes et même verbalisées. Mais en cas de stress intense, les processus de la mémoire implicite reprennent le dessus. « La mémoire *explicite* est consciente et implique un sentiment de soi, du temps et du fait qu'un souvenir est remémoré… La mémoire implicite se développe plus tôt qu'elle. Non verbale et symbolique, elle n'en est ni moins riche ni plus primitive, et n'est pas remplacée par la connaissance explicite » [40].

Ces deux strates permettent la construction d'un type de relation qui, sans mettre un terme à ce qui précède, en approfondit le côté interpersonnel. Le chemin de la personne se poursuit dans cette perspective d'être Soi en relation avec d'autres, qui d'ailleurs se limiteront de moins en moins aux figures parentales.

Fig. 5 – Une représentation transactionnelle des strates subjective et verbale

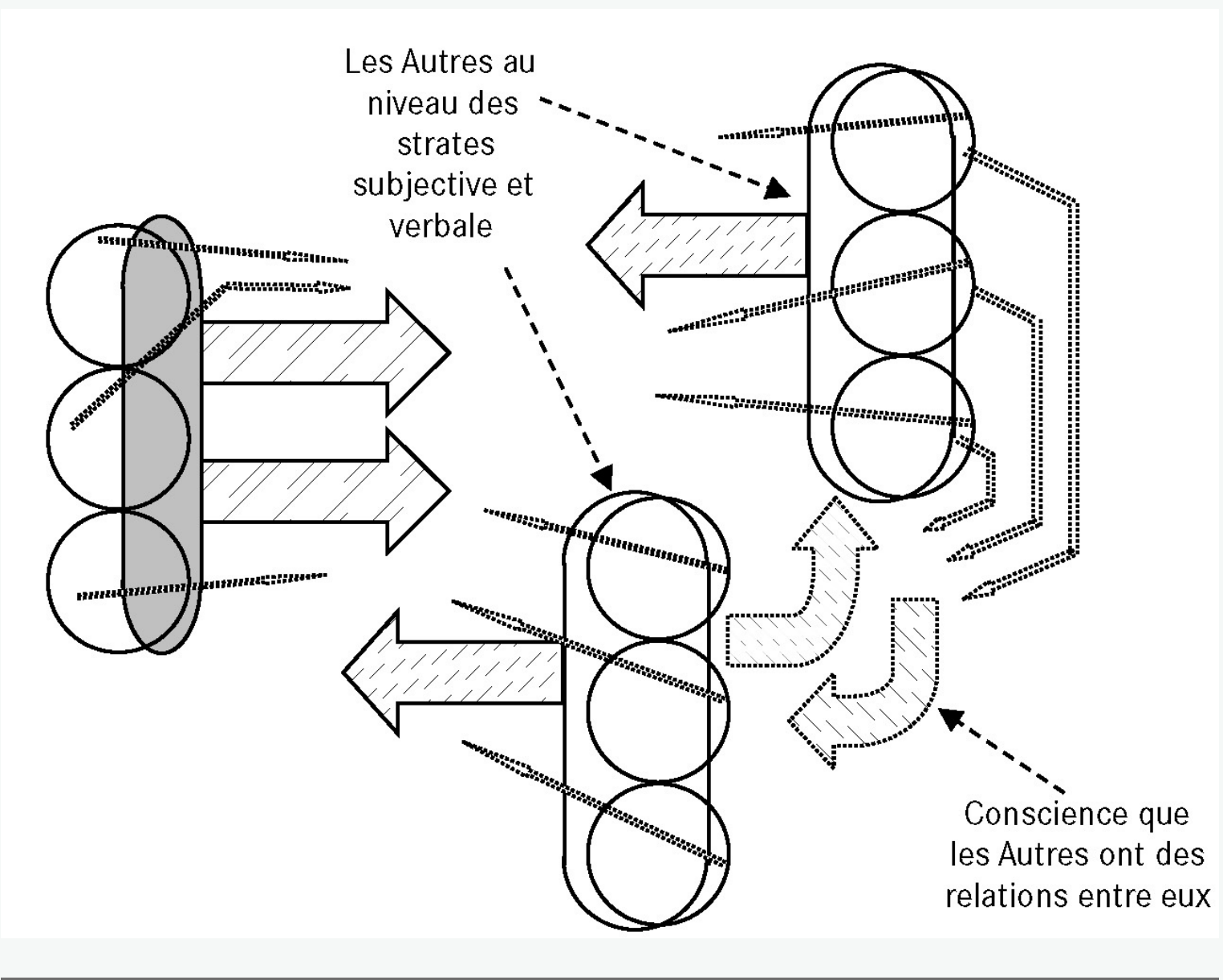
Les Autres au niveau des strates subjective et verbale
Conscience que les Autres ont des relations entre eux

Fig. 5 – Une représentation transactionnelle des strates subjective et verbale

Le schéma ci-dessus (fig.5) représente « les Autres » (ici ramenés à deux personnes, à droite du schéma), et non plus seulement « l'Autre ». Percevoir en effet que l'Autre possède une subjectivité propre implique qu'il est le sujet de sa vie personnelle, avec des relations qui lui sont propres. Pour l'enfant, être en relation signifie du coup être en relation avec des personnes qui sont elles-mêmes en relation avec des tiers qu'il connaît (c'est le cas représenté ici) ou non, et qui sont présents ou « ailleurs », par exemple les collègues des parents.

Par-dessus le « protocole » de scénario, qui est inconscient, Berne distingue le « palimpseste » préconscient, qui en est une atténuation défensive, puis l'élaboration consciente du scénario. Bien qu'on ne puisse faire coïncider purement et simplement ces concepts cliniques avec ceux de Stern, leur qualité préconsciente ou consciente permet d'attribuer le palimpseste et surtout le scénario conscient à la mémoire explicite et aux strates du Soi subjectif et verbal.

d) La croissance au-delà de l'enfance

L'idée d'une élaboration et d'une construction continues du sens de Soi et du psychisme en

L'idée d'une élaboration et d'une construction continues du sens de Soi et du psychisme en général conduit à l'idée qu'*on ne peut déclarer la croissance close à un moment donné :* ni avec la résolution de l'Œdipe, ni avec l'indépendance de l'objet, ni avec l'apparition du Soi verbal selon Stern. Pourtant, rares sont les psychothérapeutes et les psychanalystes qui se sont intéressés à la croissance de la personne au-delà de l'enfance, comme s'ils n'avaient pas à se préoccuper de la croissance de la personne aujourd'hui.

Éric Erikson et G.Jung font pourtant exception. Le premier a dressé la liste des « huit étapes de l'homme », qui balisent la croissance humaine de la naissance à la mort. Il leur a donné la forme de dilemmes existentiels que la personne doit résoudre successivement : 1) confiance/méfiance fondamentales ; 2) autonomie/honte et doute ; 3) initiative/culpabilité ; 4) travail/infériorité ; 5) identité (face au monde)/diffusion de rôle ; 6) intimité/isolement ; 7) générativité/stagnation ; 8) intégrité personnelle/désespoir [41].

Dans sa théorie des archétypes, G.Jung nous présente une autre description des grands défis qui jalonnent le parcours de l'être humain : il les représente par les rencontres successives de l'inconscient, de l'Ombre (la partie de soi qu'on ne veut pas voir), de l'Anima ou de l'Animus (la partie de soi qui porte des caractéristiques de l'autre sexe), et enfin du Soi (qui symbolise une ouverture à ce qui nous dépasse, indépendamment des croyances et des engagements philosophiques ou spirituels) [42].

En A.T. enfin, Pam Levin a ouvert dans son article sur la croissance la perspective d'un développement continu qu'elle a représenté sous forme de spirale [43].

Strates de la croissance et systèmes de personnalité

La perspective de l'interaction considère que, puisque les trois systèmes de personnalité sont tous trois nécessaires à la survie, à la croissance et à la créativité, ils sont nécessairement présents sous une forme ou l'autre dès le début de la vie. Tous trois plongent donc leurs racines dans la mémoire implicite inconsciente et dans les strates les plus anciennes, mais toujours actives, de la croissance. On ne peut donc les restreindre ni au conscient, comme tend à le faire l'A.T. classique [44], ni à l'inconscient, comme le fait en pratique la théorie des états du moi de Erskine et Trautmann dans le cas des systèmes Enfant et Parent [45]. Cette vision, au contraire, aboutit à une *articulation étroite de ces deux dimensions.*

D'autre part, les résultats de D.Stern nous permettent de mieux saisir l'évolution des systèmes de personnalité. Au départ, comme on l'a vu, ils sont étroitement liés les uns aux autres dans les triplets d'états du moi lié à chaque expérience. Mais il est logique de penser que, dès que le jeu des représentations généralisées intervient, il arrive régulièrement que certaines des innombrables combinaisons possibles réunissent entre elles des expériences où le vécu de la personne est semblable. Si ce vécu est perçu subjectivement comme positif, d'autres expériences similaires seront perçues comme souhaitables. Cette représentation généralisée tendra alors à renforcer ce type d'expériences ; elle les diversifiera tout en s'enrichissant elle-même et ouvrira la possibilité d'une créativité de plus en plus importante. Si ce n'est pas le cas, elle tendra au contraire à les inhiber. De cette façon se constitue graduellement un mécanisme général dans lequel nous pouvons reconnaître l'action du système Enfant en tant qu'organisateur qui, selon la description donnée au chapitre précédent, classe les expériences selon le type de vécu subjectif qu'elles comportent, et élabore sur cette base des conclusions et des stratégies liées à des affects pour favoriser les vécus souhaitables et éviter les autres.

La même chose s'applique au système Parent, mais cette fois c'est le pôle de l'Autre qui sert de terrain aux rapprochements constitutifs des représentations généralisées. Globalement parlant, les ensembles d'expériences où la réaction de l'autre est considérée comme souhaitable seront favorisés, les autres freinés ou inhibés. Avec des représentations de plus en plus générales, on en arrive au niveau de « ce qui suscite chez tout le monde (ou presque) des réactions souhaitables ou non », puis finalement aux valeurs.

Sur un mode similaire, le système Adulte se constitue à partir d'ensembles d'expériences regroupées par leur pôle « en champ », c'est-à-dire sur ce qui en elles est indépendant des réactions des protagonistes.

On peut faire un pas de plus et affirmer qu'au fur et à mesure que la distinction est mieux perçue et représentée entre Soi et l'Autre, puis entre Soi et les différents autres, les trois systèmes de personnalité seront de moins en moins « collés » l'un à l'autre et vont évoluer vers des systèmes ayant chacun leur fonction distincte, sans toutefois pouvoir jamais se passer des autres pour l'exercer. Leur fonction d'organisateurs est de plus en plus nette, mais leur réalisation ne peut que s'appuyer sur les strates antérieures.

Cette évolution peut être représentée par la figure suivante :

Fig. 6 – Genèse et évolution des systèmes de personnalité

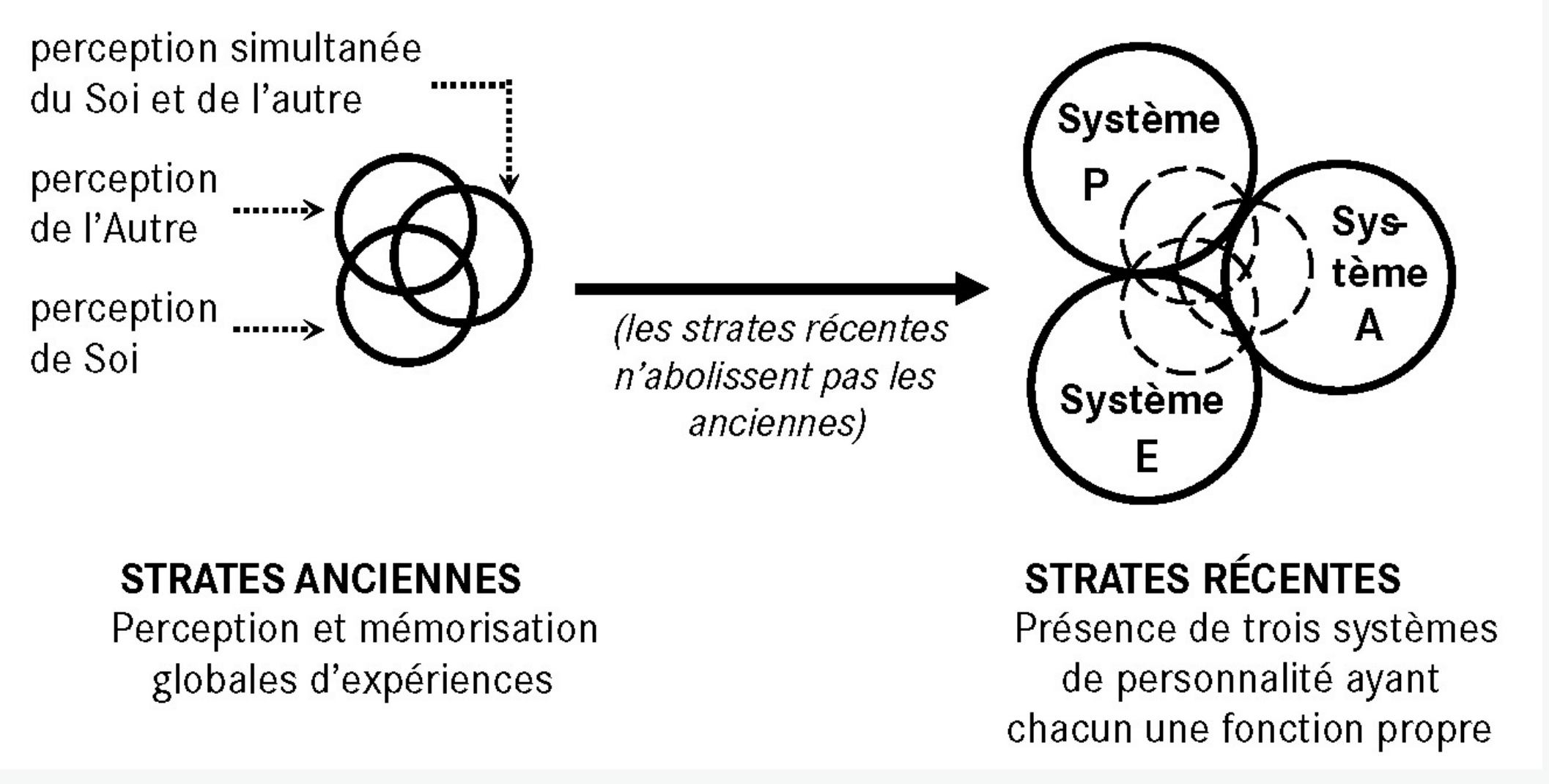
perception simultanée du Soi et de l'autre
perception de l'Autre
perception de Soi
(les strates récentes n'abolissent pas les anciennes)
Système P
Sys-tème A
Système E
STRATES ANCIENNES
Perception et mémorisation globales d'expériences
STRATES RÉCENTES
Présence de trois systèmes de personnalité ayant chacun une fonction propre

Fig. 6 – Genèse et évolution des systèmes de personnalité

Berne, on l'a dit, utilise rarement une perspective d'évolution, sauf dans deux cas importants : celui de l'imago de groupe, que nous retrouverons au chapitre 13, et celui du scénario. De ce dernier, il a été question plus haut, mais nous rappellerons ci-dessous un bref résumé de Berne lui-même quant à son évolution. Nous aborderons ensuite une difficulté liée à la représentation de la croissance dans l'A.T. classique et l'A.T. en général : la convention, devenue obligation implicite et liée à la perspective de la répétition, qui consiste à représenter l'évolution de la personne par des structures de deuxième et troisième ordre du système Enfant.

Textes

L'évolution du scénario chez Berne

On voit dans le texte suivant que, pour Berne lui-même, les différentes dimensions du scénario constituent des strates dont l'apparition n'entraîne pas la disparition des précédentes. La pratique montre d'ailleurs que le protocole de scénario demeure actif et peut se manifester de manière puissante et brusque [46]

> « L'élaboration du protocole, du drame originel, est d'ordinaire terminée durant l'enfance, souvent vers l'âge de cinq ans, mais quelquefois plus tôt. Au cours des années suivantes, ce drame peut être rejoué par l'enfant sous des formes plus élaborées, selon l'évolution de ses capacités, de ses besoins et de sa situation relationnelle et sociale. Cette version plus tardive s'appelle le palimpseste. Mais protocole et palimpseste sont d'une nature si brutale qu'ils sont complètement inadaptés à des relations entre grandes personnes. La plus grande partie en est oubliée par la suite (elle devient inconsciente) et est remplacée par une version plus civilisée, qu'on appelle le scénario proprement dit : c'est un plan dont la personne n'est pas activement consciente (il est préconscient), mais qui peut être amené à la conscience par des procédures appropriées [47]. »

La structure de deuxième ordre de l'Enfant

C'est l'usage habituel en A.T. d'inscrire les états anciens d'évolution des systèmes Enfant, Parent et Adulte à l'intérieur du système Enfant au titre de structures du deuxième et troisième ordre (fig.7). Un exemple remarquable est le diagramme des trois types d'impasses dans la théorie de K.Mellor [48], où ces sous-structures lui permettent de diagrammer trois strates successives de la croissance et trois modes d'intervention. Un autre exemple est la transposition ingénieuse mais visuellement compliquée de la théorie de Stern en diagrammes transactionnels par Hargaden et Sills [49]. Cette représentation graphique, qui tire son sens de la perspective de la répétition, est fréquemment utilisée en A.T. et dans des sens très différents [50]. Si ce type de diagramme met bien en valeur le fait que les dynamiques du passé sont actives aujourd'hui encore dans la personne, il peut néanmoins, du point de vue de la perspective de l'interaction, engendrer des confusions de différents types :

– il donne l'impression qu'il y a des états du moi Adulte et Parent à l'intérieur du système Enfant, ce qui est contradictoire puisque les trois systèmes ont des fonctions distinctes, irréductibles l'une à l'autre ;
– il suggère également que le système Enfant (E2) est un agrégat composite, alors qu'il a son unité définie par son apport structural spécifique ;
– il estompe par contre le lien étroit qui unit les strates anciennes du système Parent (P0, P1) avec le Parent actuel (P2), alors qu'il s'agit des différentes strates du même système ; il en est de même pour le système Adulte ; c'est pourquoi dans les figures 1 à 3 [51] l'évolution a été déployée suivant l'axe du temps ;
– enfin, s'il permet de montrer que des dynamiques anciennes sont toujours actives, il ramène dans le présent des éléments qui appartiennent au passé.

Fig. 7

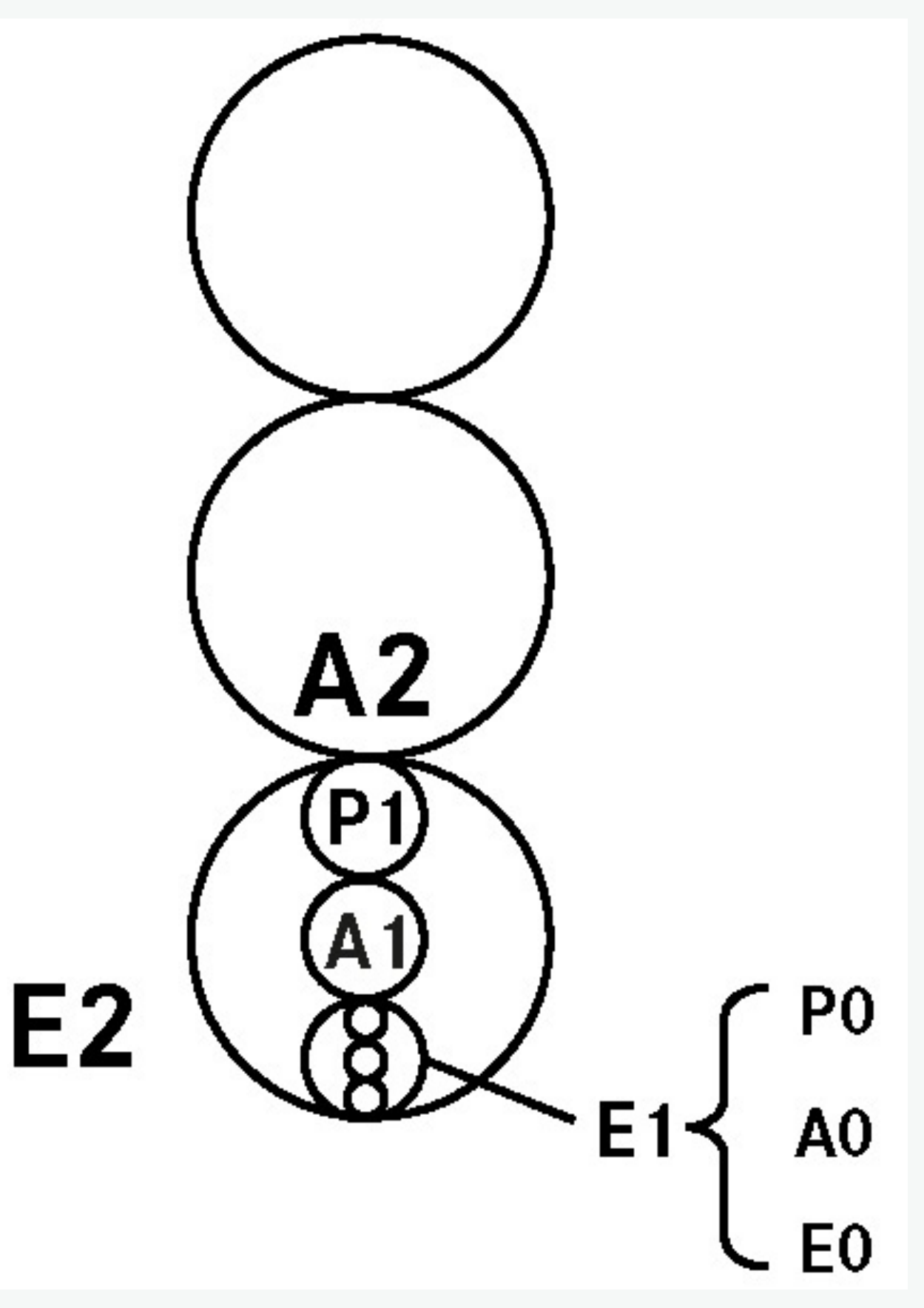

Fig. 7

C'est pourquoi, dans la perspective de l'interaction il est préférable d'introduire dans les diagrammes la « ligne du temps », qui après tout paraît naturelle lorsqu'il s'agit de visualiser un processus d'évolution. Le but n'est pas ici de remplacer les diagrammes traditionnels par de nouveaux, mais de libérer la créativité dans ce domaine et de permettre à chaque intervenant, quel que soit son champ d'intervention, de créer ses diagrammes en fonction de ses objectifs et des besoins de ceux à qui ils sont adressés.

La question se pose donc : qu'est-ce qui a poussé Berne à utiliser de cette manière la structure de deuxième ordre de l'Enfant ? Écoutons comment il introduit l'idée de cette sous-structure :

> « Monsieur Deuter (A), patient de vingt-trois ans, raconta le rêve suivant : "J'ai rêvé que j'étais un petit garçon (E) en train de sucer mon pouce, bien que j'aie su que j'étais beaucoup trop grand pour cela et que j'aie été inquiet de ce que ma mère dirait si elle me voyait. Vous savez, j'ai toujours eu un sentiment de culpabilité (P) à l'idée de la décevoir." Il est évident que c'est l'Adulte (A) qui raconte le rêve, l'Enfant (E) qui en est le protagoniste, et le Parent (P) désapprobateur qui fait se sentir le patient coupable (…). Pour représenter cela dans un diagramme structural, il faut inclure à l'intérieur de l'Enfant non seulement le besoin de sucer son pouce, mais aussi le sentiment de culpabilité et l'évaluation objective. C'était cet Enfant qui apparaissait dans le rêve. Par conséquent, l'Enfant reproduit la structure complète de la personnalité d'un suceur de pouce régressif alors que l'Adulte et le Parent de Mr Deuter peuvent être représentés de la façon habituelle [52]. »

Qu'est-ce qui dans ce texte introduit et justifie l'idée d'un état du moi Enfant ? La perspective de la répétition ou de la régression. C'est parce qu'aujourd'hui Mr Deuter vit un rêve qui reproduit une scène de son enfance [53] que l'on peut à bon droit diagnostiquer un état du moi Enfant répétitif ou « régressif ». Tout à la perspective de la répétition, Berne ne parle pas ici des états du moi Adulte et Parent que la scène d'origine a suscités chez Mr Deuter enfant. Cependant, dans un passage tout proche il rappelle qu'un enfant a trois systèmes de personnalité :

> « Quand [les visiteurs] allaient voir les enfants dans la salle de jeux ils trouvaient généralement Aaron dans l'un ou l'autre de ces trois états : en train de bouder [E], de jouer avec sa sœur [en lui apprenant à faire des constructions avec des cubes, A] ou de la gronder dans le rôle d'un parent [P]. [54] »

Il est donc clair qu'un enfant a trois systèmes de personnalité distincts : un système Enfant, un système Parent et un système Adulte ; *impossible d'y voir trois états du moi Enfant.* Mais *dans la répétition*, ils font ensemble partie du *contenu* du système Enfant qui reproduit le vécu passé du petit garçon ou de la petite fille. C'est *ce vécu passé* qui comport*ait* trois systèmes [55]. Le système Enfant, on l'a dit, est comme l'une des couches d'une ancienne plaque photographique couleur : de l'existence d'une photo d'un enfant jouant avec sa sœur, on ne conclut pas que ceux-ci sont des sous-structures d'une couche particulière de la plaque, mais qu'ils sont des éléments de la scène de jadis, qui a été « photographiée » !

D'ailleurs, rappelons-le, les systèmes Adulte et Parent d'aujourd'hui ont aussi leur perception de cette scène passée [56] ; d'autre part, le Parent ancien (souvent désigné par le sigle P1) est une strate du système Parent, non une partie du système Enfant [57].

Ce mélange de perspectives a eu pour conséquence que, dans certains textes de Berne et d'autres auteurs, P1, A1 et E1, au lieu de désigner des strates anciennes des systèmes de personnalité, ont effectivement fini par désigner des aspects du fonctionnement du système Enfant, sans que ce changement de sens soit explicité. C'est le cas notamment dans l'article de Holtby [58] sur la décision de scénario : E1 y signifie la perception interne du système Enfant, A1 son élaboration de conclusions et de stratégies, et P1 son processus de mémorisation. On voit qu'il n'y a là rien de plus que les divers aspects qui définissent un système de personnalité et qui ont été décrits au chapitre 2. Ceci, d'ailleurs, ne change rien à l'éclairage important qu'apporte l'article sur la décision de scénario.

Enfin, lorsqu'on diagramme la croissance sous la forme d'un développement successif de E1, A1, A2, P1 et P2 [59], on ne parle pas en fait d'états du moi, mais des états de la personne globale, de sorte que chacun de ces sigles ne représente rien d'autre que l'ensemble de ses trois systèmes de personnalité à des moments différents de sa croissance. Quant à E2, il n'a pas vraiment de place dans cette présentation et ne s'y trouve en fait que pour la symétrie des termes théoriques.

CAIRN.INFO MATIÈRES À RÉFLEXION
Cairn.info, plateforme de référence pour les publications scientifiques francophones, vise à favoriser la découverte d'une recherche de qualité tout en cultivant l'indépendance et la diversité des acteurs de l'écosystème du savoir.
Raccourcis
Revues
Ouvrages
Que sais-je ? / Repères
Magazines
Rencontres
Dossiers
Listes de lectures
Domaines
Sciences Humaines et Sociales
Sciences, techniques et médecine
Droit et Administration
Cairn.info
Connexion
Cairn Pro
À propos
Contact
Aide
Langues
Français
English
Español
Avec le soutien de
CNL CENTRE NATIONAL DU LIVRE
Retrouvez Cairn.info sur
Conditions d'utilisation | Conditions de vente | Politique de confidentialité | Gestion des cookies | Accès distant
Accessibilité : partiellement conforme
Université de Lorraine - 193.50.135.4