



Chapitre d'ouvrage

Avant-propos

Par José Grégoire

Pages 5 à 14

Psychothérapie

Psychologie clinique



Article Auteurs Sur un sujet proche

Feuilleter

PDF

☰	Plan	Notes	✕
🔍	Éric Berne		
📅	La période de « l'A.T. classique »		
🗨️	Transition et débats		
📄	Les orientations récentes de l'A.T.		
📄	Choix et valeurs		

Les aspects de l'existence humaine que décrit la théorie des états du moi sont très vastes. Ce n'est pas qu'elle les décrive tous, car certains relèvent d'autres théories, existantes ou futures, et un grand nombre ne sera sans doute jamais décrit sur le mode théorique. Toutefois, elle regroupe et met en relation des phénomènes appartenant à des dimensions très diverses : l'intérieur de la personne et ses relations, son passé et son présent, ses tendances profondes et leurs manifestations, sa communication et son agir, son corps, sa pensée, son affectivité et son imaginaire.

Les éclairages théoriques, par contre, sont comme des projecteurs, des faisceaux lumineux qui partent chacun d'un angle propre et n'éclairent qu'une aire plus ou moins large. C'est tout spécialement le cas en psychologie. Il ne faut donc pas s'étonner que les théories aient une histoire. À chaque époque, les théoriciens ont leur perception des nécessités pratiques, de la conjoncture théorique ambiante et des exigences de leur approche ; en fonction de cela, ils modifient la position ou la largeur du faisceau, ou le dirigent vers des zones entières encore inexplorées. Pour comprendre comment se situe notre recherche sur la théorie des états du moi, commençons donc par rappeler très brièvement les grandes étapes de son évolution.

Éric Berne

Tout commence en fait avec Éric Berne : bien que le terme « états du moi » vienne de Paul Federn^[1], Berne lui donne un sens, ou plutôt une série de sens en « fondu enchaîné », qui sont fondamentalement novateurs^[2] :

– *Sens 1* : Un état du moi, c'est tout d'abord *l'entièreté du vécu et du comportement* d'une personne à un moment donné^[3] avec tous ses aspects internes et externes. Berne condense ceux-ci dans les formules « ressentis et comportements »^[4] ou « ressentis, pensés et comportements »^[5]. Cette notion convient bien pour la description des réactions successives d'une personne.

– *Sens 2* : Berne répartit en *trois classes* ces vécus associés à des comportements : certains proviennent tout droit de l'enfance de la personne (états du moi Enfant), d'autres reproduisent des vécus de figures parentales (états du moi Parent), d'autres enfin sont présumés « adaptés à la situation présente »^[6] (états du moi Adulte). Ces catégories, on le voit, conviennent surtout au repérage de vécus répétitifs.

– *Sens 3* : Le terme « états du moi » désigne aussi des structures, que Berne appelle « systèmes de personnalité »^[7] ou « organes psychiques ». Il les introduit pour rendre compte de la constitution, de l'organisation et de la mise en œuvre des trois types d'états du moi. Toujours présents et agissant simultanément, chacun de ces systèmes fournit un apport irremplaçable à la croissance et à l'activité de la personne. Ces notions permettent d'analyser les dynamiques croissantes non répétitives.

Après une phase de création, qui va de ses premiers articles sur les états du moi en 1957 et 1958^[8] jusqu'à la parution d'*Analyse transactionnelle et psychothérapie*^[9] en 1961, Berne s'intéresse davantage à d'autres concepts et ne revient plus à la théorie des états du moi que de manière occasionnelle. Sa pensée suit une trajectoire qui s'infléchit d'abord vers l'observation comportementale fine avec les jeux psychologiques^[10], puis revient en force vers l'intrapsychique avec le scénario^[11].

Au niveau des états du moi, le « sens 2 », qui oriente la pensée vers les répétitions de vécus passés, restera prédominant chez Berne. De son vivant déjà, il éclipse plus ou moins le « sens 3 » dans les exposés théoriques, sans que ce dernier, indispensable pour analyser de nombreuses dynamiques, disparaisse complètement. C'est spécialement le cas dans les présentations initiales de l'A.T. : ainsi, dans la seconde mouture de son ouvrage *La psychiatrie et la psychothérapie à la portée de tous*^[12], le chapitre consacré à l'analyse transactionnelle, rédigé par J.Dusay à la demande de Berne, ne parle plus que du « sens 2 ».

La période de « l'A.T. classique »

Après la mort de Berne en 1971, ce mouvement s'accroît dans ce qu'on appelle « l'école bernienne ». En ce qui concerne les états du moi, un élément marquant est l'apparition du « modèle descriptif »^[13] (dit « fonctionnel »). Les indices heuristiques^[14] que Berne mentionne dans *Analyse transactionnelle et psychothérapie*^[15] pour le repérage des états du moi répétitifs^[16] deviennent de ce fait une grille générale des « options », c'est-à-dire des possibilités de réactions de la personne dans l'ici et maintenant. Dans les années 1970 et 1980, cette grille, pleinement valide pour son objectif propre, prendra par la suite de plus en plus de place dans la théorie et la pratique de l'A.T., au point de supplanter parfois le modèle structural, ce qui amènera les réactions de la période suivante.

À cette période se cristallise une sorte d'exposé « classique » et stéréotypé de la théorie transactionnelle. Nous appellerons « A.T. classique » cette suite de formules extraites des textes de Berne ; elle prendra plus d'importance encore lorsqu'elle sera définie comme le programme officiel des introductions à l'A.T.^[17] Au niveau des états du moi elle comprend, outre les termes descriptifs à présent réunis sous le nom de « modèle fonctionnel »^[18], un modèle structural dont les éléments sont exclusivement définis par le « sens 2 » ci-dessus. L'A.T. classique juxtapose ainsi des notions décrivant les répétitions du passé (le modèle structural) à des éléments destinés à la recherche d'options comportementales (les termes descriptifs), laissant ainsi dans la *formulation* de la théorie un vide au niveau de ce qui se passe dans le présent au niveau de la *dimension* intrapsychique.

L'école de la redécision^[19], dont la théorie est centrée sur la notion d'impasse, c'est-à-dire de conflit intrapsychique entre systèmes de personnalité, et l'école du reparentage^[20], où la place centrale revient à la notion relationnelle de symbiose, utilisent néanmoins l'une et l'autre la présentation de l'A.T. classique.

Si les notions d'inconscient^[21] et de transfert^[22] sont absentes de l'A.T. classique, déjà à cette période des transactionnalistes de formation ou d'inspiration psychanalytique ont avancé dans leur intégration avec l'A.T., comme le montrent notamment les publications de C.Moiso^[23] et M.Novellino^[24] sur les notions de transfert et de contre-transfert, ou celles de M.Haykin et des Woods^[25] sur le clivage, une notion qui émane de la théorie des relations d'objet. Beaucoup d'autres, sans doute, se sont posé des questions pratiques et théoriques quant à la manière dont des notions d'origine psychanalytiques pourraient être intégrées en A.T. Mais cela n'apparaîtra au grand jour que dans la période suivante.

Transition et débats

La prédominance quasi exclusive de l'A.T. classique se termine vers 1988. Le numéro du *T.A.J.* de janvier de cette année, consacré aux états du moi, contient plusieurs articles importants^[26] qui remettent en valeur le modèle structural (défini dans le sens 2) tant dans la pensée de Berne que dans la compréhension des dynamiques psychologiques. Vu avec le recul, c'est surtout un retour à Berne et une réaction vis-à-vis d'un usage indument élargi du « modèle descriptif ». Mais l'argumentation montre que le vent change : ainsi, R.Erskine introduit la notion de mécanisme de *défense* inconscient et en fait le fondement même des états du moi Enfant et Parent.

Au cours des années suivantes, le débat quant à la théorie des états du moi s'est clivé en antagonisme opposant deux groupes de transactionnalistes. D'un côté, un groupe traditionnel, représenté entre autres par C.Steiner et S.Karpman^[27], proclame son attachement à la présentation bernienne « accessible » de l'A.T. classique et affiche une répugnance et une opposition de plus en plus radicale face à tout concept d'origine psychanalytique. De l'autre, nombre d'auteurs se montrent de plus en plus critiques face au type de relation qu'une telle théorie induit entre l'intervenant et le client (ou le groupe). Ils lui reprochent son orientation exclusive sur le préconscient et le conscient, sur l'observation externe, sur l'explication verbale et sur l'intervention si possible « décisive »^[28]. Certains y discernent un évitement tant de la prise en compte du vécu inconscient que d'un véritable engagement en profondeur dans la relation, d'autres y voient une source de jeux de pouvoir^[29]. Tous affirment la nécessité, si l'on veut véritablement aider les patients, de prêter attention aux dynamiques inconscientes.

Comme les tenants de l'A.T. classique n'ont reconnu ni le bien-fondé de cette ouverture, ni sa complémentarité avec leurs propres valeurs, le débat s'est crispé sur une opposition « ou bien..., ou bien... », les uns mettant en avant la nécessité de la prise en compte de l'inconscient, les autres la fidélité au style théorique de Berne ou aux intentions qu'on lui attribuit. D'ailleurs, il est présomptueux de s'appuyer sur les réactions personnelles supposées de Berne sur ce point car, en dépit de ses attaques virulentes contre les *institutions* psychanalytiques de son époque^[30] et des affirmations d'une partie^[31] de ceux qui l'ont personnellement côtoyé, une analyse plus poussée de ses ouvrages écrits fait apparaître que *la pensée qu'ils transmettent n'est « ni centrée sur l'inconscient, ni exclusive de l'inconscient »*^[32].

Dans un tel contexte, beaucoup de transactionnalistes appartenant aux orientations récentes de l'A.T. ont choisi la théorie des états du moi d'Erskine et Trautmann comme outil et symbole de cette ouverture aux concepts psychanalytiques et à une pratique qui s'en inspire. Pourtant, en ce qui concerne les états du moi, cette formulation théorique particulière n'était sans doute ni nécessaire ni inévitable^[33], comme nous le verrons.

Les orientations récentes de l'A.T.

Présentons quelques-uns de ces courants transactionnels récents^[34], auxquels nous aurons souvent l'occasion de faire allusion :

– *La psychothérapie intégrative de R.Erskine et R.Trautmann* : au niveau des états du moi, elle se caractérise par une théorie centrée sur le nouveau concept « d'Adulte intégré » et sur la réduction des états du moi Enfant et Parent à des mécanismes de défense ; dans la dimension pratique, elle est axée sur le questionnement respectueux, l'accordage et l'engagement personnel du thérapeute^[35].

– La « psychanalyse transactionnelle » de M.Novellino et C.Moiso met en valeur l'importance du transfert, de l'analyse du contre-transfert et de la communication inconsciente ;

– Plus récente, *l'A.T. relationnelle*, dont les chefs de file sont H. Hargaden et C. Sills^[36], s'attache à « amener dans la sphère interpersonnelle ou intersubjective des processus relationnels largement inconscients, en vue de les comprendre et de les changer au moyen du processus interpersonnel de l'être-en-relation »^[37]. Dans leur vision de la croissance, ces auteurs s'inspirent de D.Stern^[38].

– Dans une direction proche, l'*A.T. co-créative* de G.Summers et K.Tudor^[39] décrit la relation thérapeutique comme une création commune entre la personne et le thérapeute. Ces quatre courants adoptent comme outil de travail la théorie des états du moi de Erskine et Trautmann.

– De son côté, W.Cornell intègre de différents courants centrés sur la relation, le corps et la croissance saine les apports de divers auteurs néo-reichiens, transactionnels et psychanalytiques^[40]. Sa réflexion englobe également les champs d'application non psychothérapeutiques^[41].

Il ne faudrait pas en conclure que toutes les orientations transactionnelles récentes soient d'inspiration psychanalytique. Citons notamment

– l'application aux états du moi de la notion de « représentations généralisées d'interactions » de D.Stern^[42] ; ce concept permet de comprendre la croissance de la personne dans une perspective évolutive à travers des combinaisons de plus en plus étendues d'états du moi.

– Enfin, il ne faut pas oublier l'orientation constructionniste, ou narrativiste, dont le leader est J.Allen^[43] ; elle centre le travail sur les narrations ou éléments de narrations que la personne a élaborés à propos de son existence.

Choix et valeurs

Avant de clore cet avant-propos, explicitons quelques-uns des choix qui ont présidé à la rédaction du présent ouvrage.

D'abord, celui d'une théorie *fondée sur le fonctionnement sain et la croissance saine* plutôt que sur la pathologie^[44]. Ceci implique une mise en lumière des mécanismes de croissance de la personne, que la présentation de l'A.T. classique laisse dans l'ombre au profit des mécanismes répétitifs, qui doivent être situés dans un ensemble plus large.

Ensuite, éviter le piège qui consiste à faire de l'A.T. un simple doublet d'autres théories parce que celles-ci ont incontestablement beaucoup à nous apporter. À long terme, *l'intégration de deux théories n'a de sens qu'entre deux termes qui ne coïncident pas l'un avec l'autre et dont chacun garde sa spécificité propre*. Il n'y a donc pas lieu, en particulier, de se laisser enfermer dans l'antinomie entre conscient et inconscient : la théorie des états du moi doit faire sa place aux deux dimensions.

Ces choix s'inscrivent dans une conception de la psychothérapie qui, malgré l'importance qu'y tient nécessairement la perlaboration d'obstacles anciens ou archaïques, comporte aussi un accompagnement vers l'autonomisation, l'actualisation des ressources et la libération de la créativité. La description de W. Cornell va dans ce sens : « Selon mon expérience clinique, la plupart des psychothérapies consistent en un va-et-vient constant entre les soucis du client pour sa vie quotidienne et ses relations à l'extérieur des séances de thérapie, ses conflits intrapsychiques tels qu'ils émergent au cours du traitement, et la matrice des dynamiques de transfert et de contre-transfert à l'intérieur de la relation thérapeutique elle-même. (...) Beaucoup de clients ont besoin d'un modèle thérapeutique, et d'un thérapeute, ouvert à de multiples niveaux d'intervention »^[45]. Cette orientation convient à une conception intégrative de la psychothérapie^[46] et ouvre la théorie aux applications dans les champs d'application de l'éducation, de la guidance et de l'intervention en organisations.

Toutes ces raisons ont conduit à privilégier pour cet ouvrage une des notions spécifiques de l'A.T., les systèmes de personnalité (sens 3). Comme ceux-ci comportent des aspects inconscients et conscients tout au long de la croissance, les critères ci-dessus sont respectés.

En outre, on espère dans cet ouvrage inviter les lecteurs à renouer ce contact personnel avec les *textes théoriques fondateurs*, qu'ils émanent de Berne ou d'autres théoriciens. C'est pourquoi la plupart des chapitres se terminent par un florilège de textes commentés, que le lecteur pourra sauter s'il le désire, mais qui font partie intégrante de la réflexion de cet ouvrage. Sans ce contact, les textes se réduisent à des formules toutes faites, sorties de leur contexte, et leur richesse se perd. Mieux vaut être conscient des points où l'on s'écarte de la pensée des fondateurs et s'interroger sur les raisons de le faire que de présupposer qu'ils pensaient comme nous en s'appuyant sur quelques mots auxquels il est trop facile d'attribuer le sens qui nous convient. Car Berne, et beaucoup d'autres d'ailleurs, pourraient bien reprendre à leur compte la parole d'un auteur classique : « Monsieur, j'écris des livres, non des phrases ! ».