

# Institut Jean-Pierre Lallemand

## Théorie de la communication

Chapitre 5 – L'analyse transactionnelle (2<sup>e</sup> partie)  
(30 périodes)

Bachelier "Educateur spécialisé"

Niveau I – Approche conceptuelle I

Année académique 2011-2012

Cours de Daniel Cornelis

[dcornelis@skynet.be](mailto:dcornelis@skynet.be)

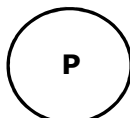
[www.grhcommunication.info/](http://www.grhcommunication.info/)

Chapitre 5 : Analyse Transactionnelle AT – 2<sup>e</sup> partie

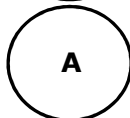
Cours de Daniel Cornelis – Année académique 2011- 2012

## Schéma structural simplifié

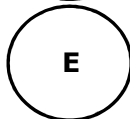
Les états du Moi constituent une grille d'analyse qui peut être appliquée non seulement à vous-même ou à un autre individu, mais aussi à un groupe



Enregistrement des règles, normes, principes, valeurs,  
transmis par nos PARENTS et notre entourage  
**APPRIS**



Domaine de la logique, du raisonnement, contient les moyens  
pour l'ADULTE d'appréhender la réalité et de la modifier  
**REFLECHI**

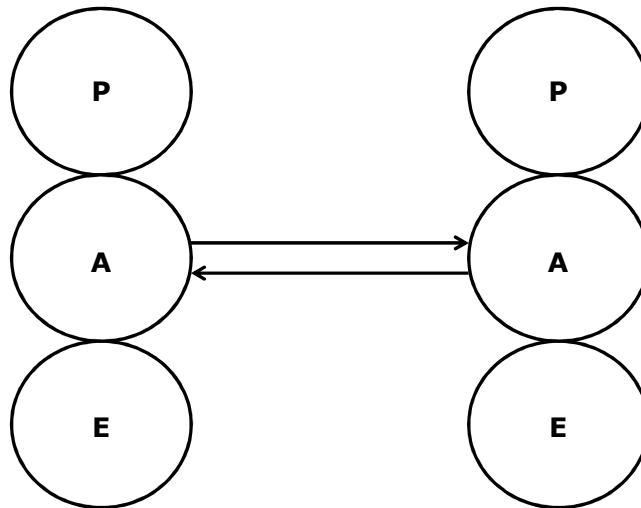


Enregistrement des émotions et des besoins que nous avons  
ressentis quand nous étions ENFANTS  
**RESSENTI**

Chapitre 5 : Analyse Transactionnelle AT – 2<sup>e</sup> partie

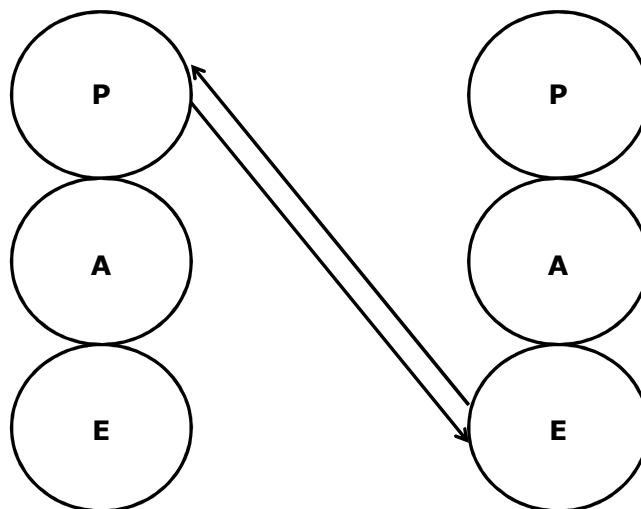
Cours de Daniel Cornelis – Année académique 2011- 2012

## Transactions parallèles (complémentaires)

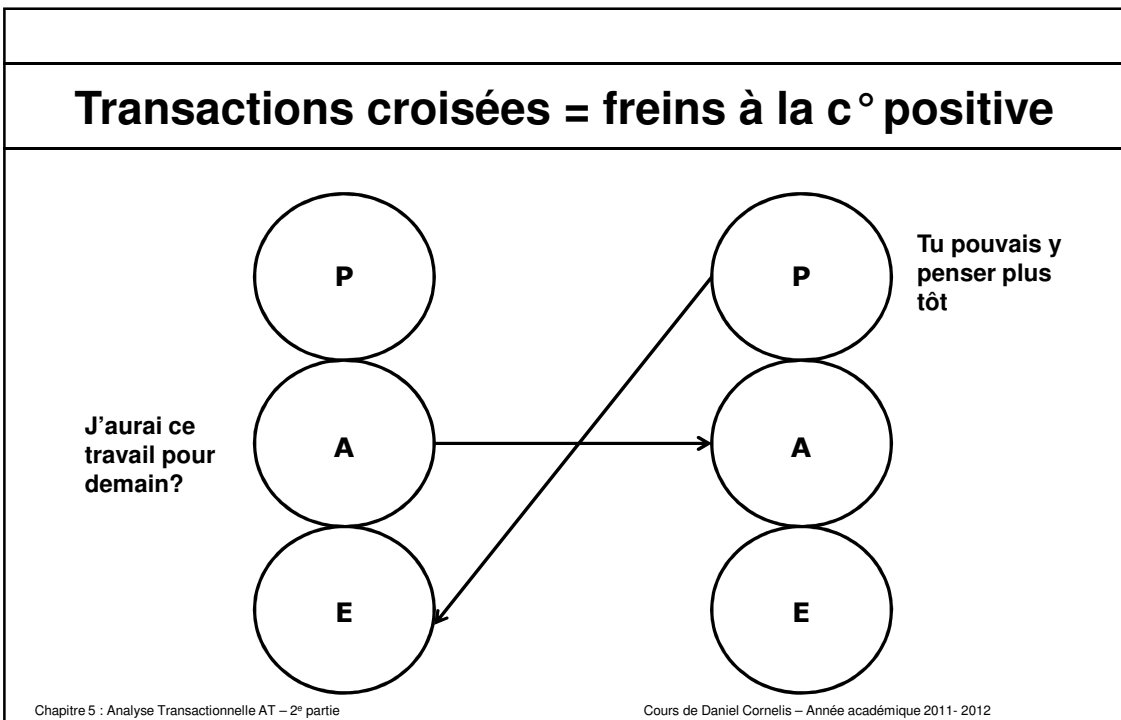
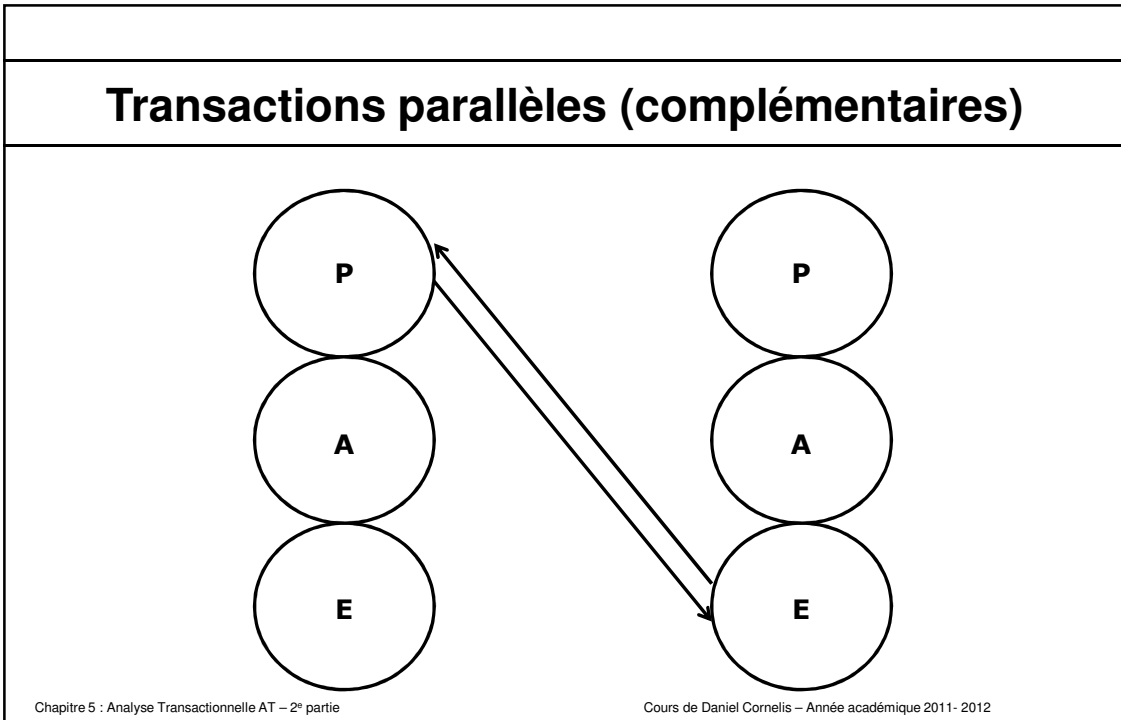
Chapitre 5 : Analyse Transactionnelle AT – 2<sup>e</sup> partie

Cours de Daniel Cornelis – Année académique 2011- 2012

## Transactions parallèles (complémentaires)

Chapitre 5 : Analyse Transactionnelle AT – 2<sup>e</sup> partie

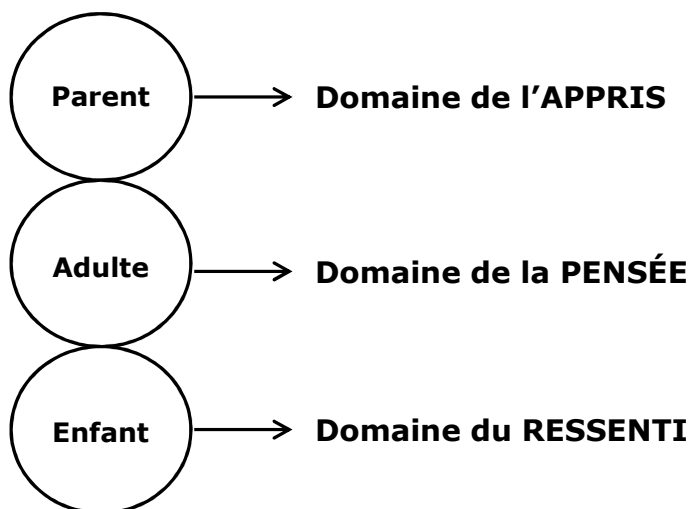
Cours de Daniel Cornelis – Année académique 2011- 2012

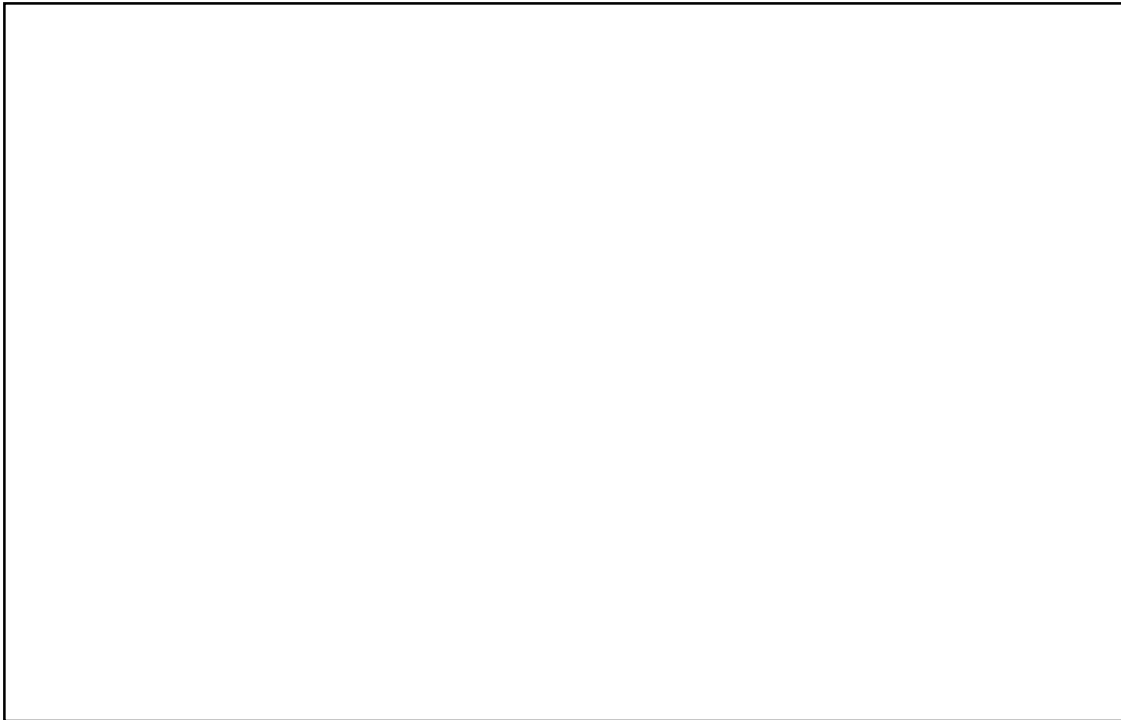


## L'analyse transactionnelle

- ↪ Les états du “moi” sont des systèmes de pensées, d'émotions et de comportements liés aux différentes étapes du développement de la personne.
- ↪ Les états P - A – E n'ont aucun lien avec l'âge de la personne, mais concerne plutôt le domaine de pensée.

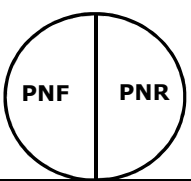
## Schéma structural de la personnalité (1/2)





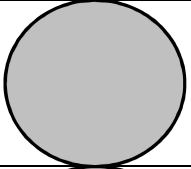
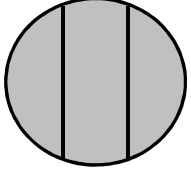
## Schéma structural de deuxième degré (1/3)

**Parent normatif**



**PNF**      **PNR**

**Parent nourricier**

Le PNF comprend les jugements de valeur, les normes sociales. Il a une fonction de protection.

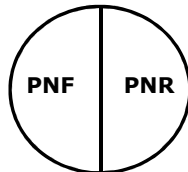
Le PNR comprend les recettes et les façons de prendre en charge et d'assumer des responsabilités. Il a une fonction de permission

Expressions typiques	
PNF	PRN
Vous n'avez pas honte de...	Voulez-vous que je vous aide ?
...	...

Chapitre 5 : Analyse Transactionnelle AT – 2<sup>e</sup> partie
Cours de Daniel Cornelis – Année académique 2011- 2012

## Schéma structural de deuxième degré (1/3)

Parent  
normatif



Parent  
nourricier

Le PNF comprend les jugements de valeur, les normes sociales. Il a une fonction de protection.

Le PNR comprend les recettes et les façons de prendre en charge et d'assumer des responsabilités. Il a une fonction de permission

### Expressions typiques

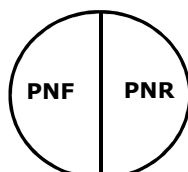
PNF	PRN
Vous n'avez pas honte de...	Voulez-vous que je vous aide ?
Qu'est ce que j'ai dit tout à l'heure	Prenez un congé, vous êtes fatigué.

Chapitre 5 : Analyse Transactionnelle AT – 2<sup>e</sup> partie

Cours de Daniel Cornelis – Année académique 2011- 2012

## Schéma structural de deuxième degré (1/3)

Parent  
normatif



Parent  
nourricier

Le PNF comprend les jugements de valeur, les normes sociales. Il a une fonction de protection.

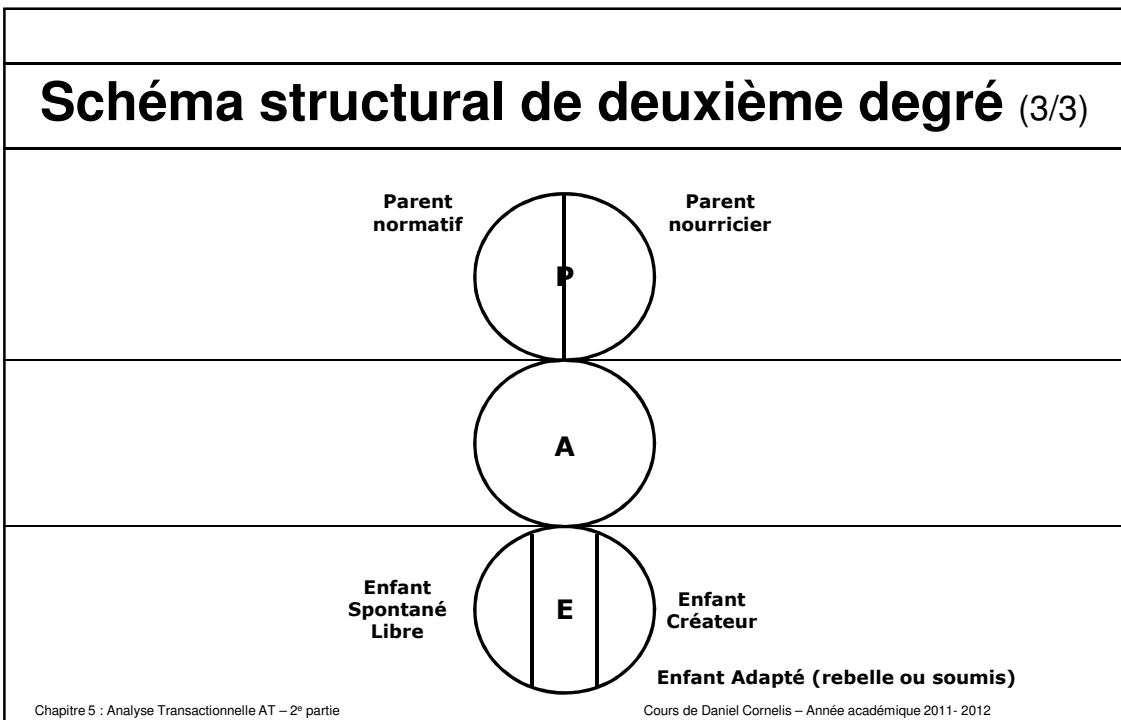
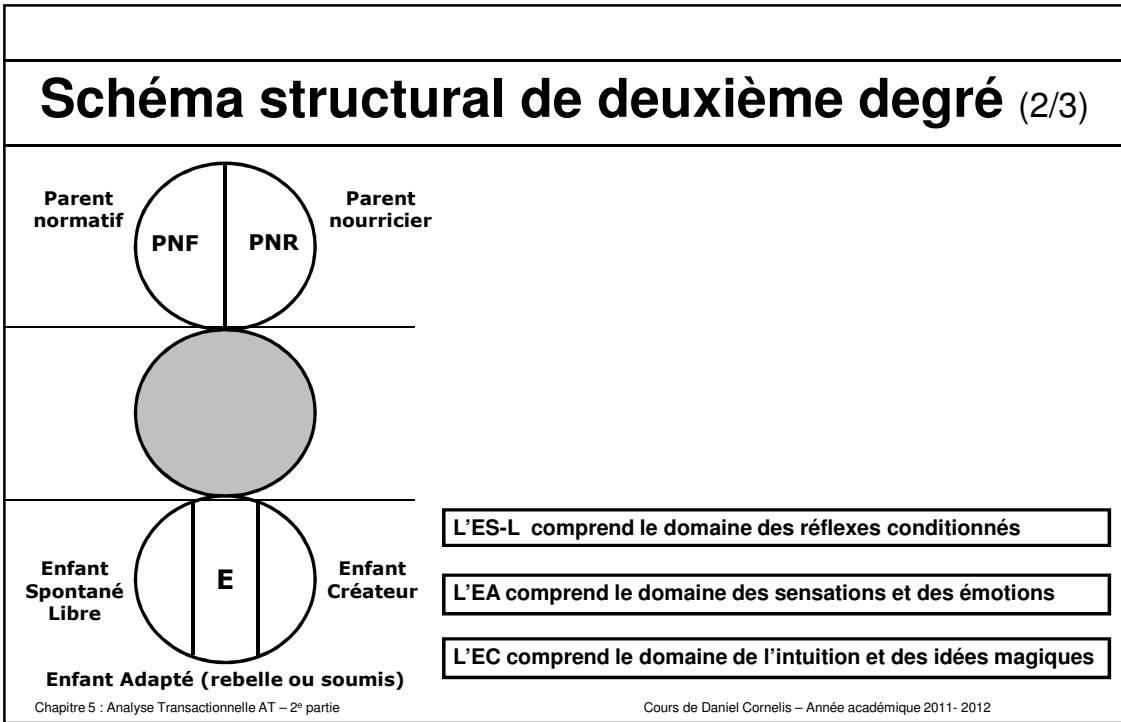
Le PNR comprend les recettes et les façons de prendre en charge et d'assumer des responsabilités. Il a une fonction de permission

### Expressions typiques

PNF	PRN
Vous n'avez pas honte de...	Voulez-vous que je vous aide ?
Qu'est ce que j'ai dit tout à l'heure	Prenez un congé, vous êtes fatigué.
Je l'avais bien dit...	Venez, je vous montre.
...	...

Chapitre 5 : Analyse Transactionnelle AT – 2<sup>e</sup> partie

Cours de Daniel Cornelis – Année académique 2011- 2012



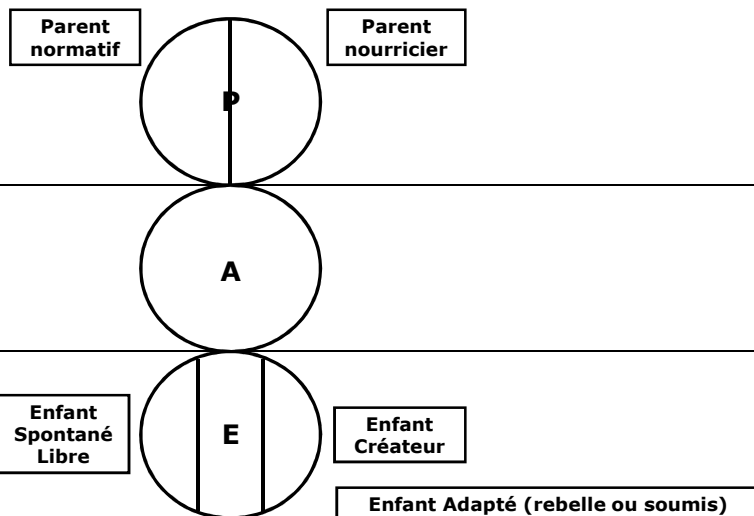
## Les aspects positifs et négatifs des différents états du "Moi"

	Positif	Négatif
<b>PNR</b>	Conseille, protège, soutient et donne des permissions	Il surprotège, couvre, étouffe et freine
<b>PNF</b>	Il pose des limites, des droits et des devoirs et veille à leur application	Il dévalorise, il limite, il stérilise
<b>A</b>	Il résout des problèmes, prévoit, prend du recul	Il prend des décisions sans avoir toutes les informations, ou cherche trop d'informations
<b>ES-L</b>	Il est naturel, libre, vivant	Il peut blesser, ne tient pas compte de la réalité sociale
<b>EA</b>	Il se protège, apprend, se défend et réagit	Il s'autodétruit, il se dévalorise, il provoque
<b>EC</b>	Il comprend rapidement, invente des solutions et trouve des raccourcis	Il prend ses désirs pour des réalités, vit dans un monde magique et est prisonnier de ses jeux

Chapitre 5 : Analyse Transactionnelle AT – 2<sup>e</sup> partie

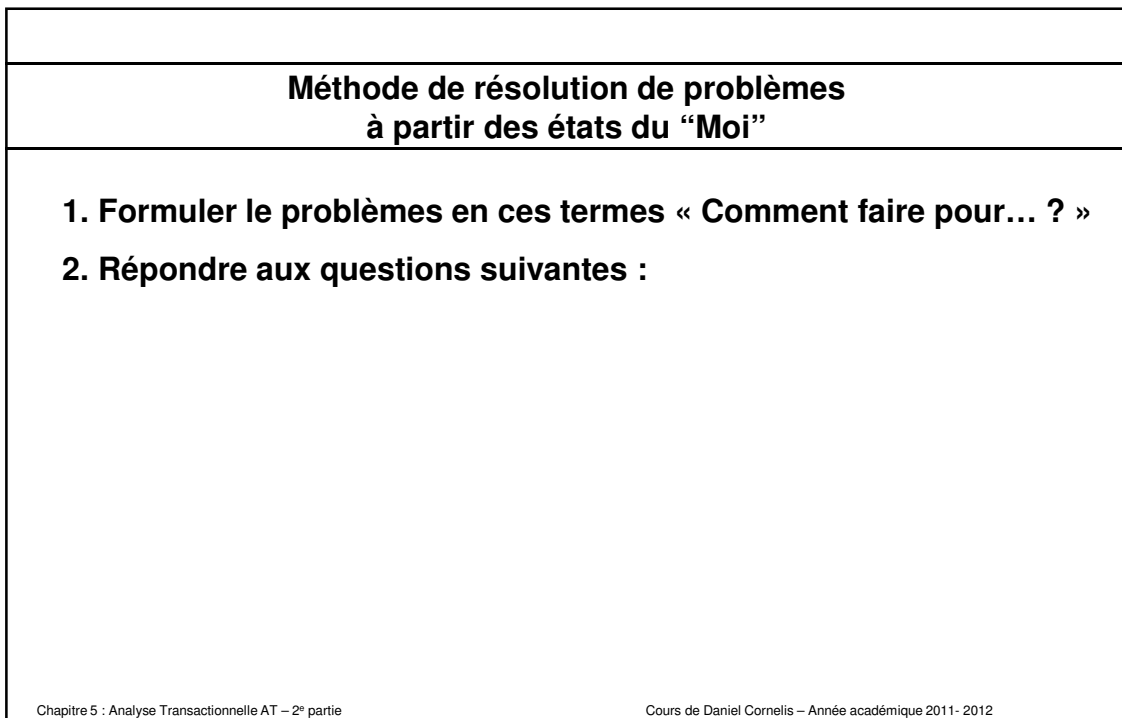
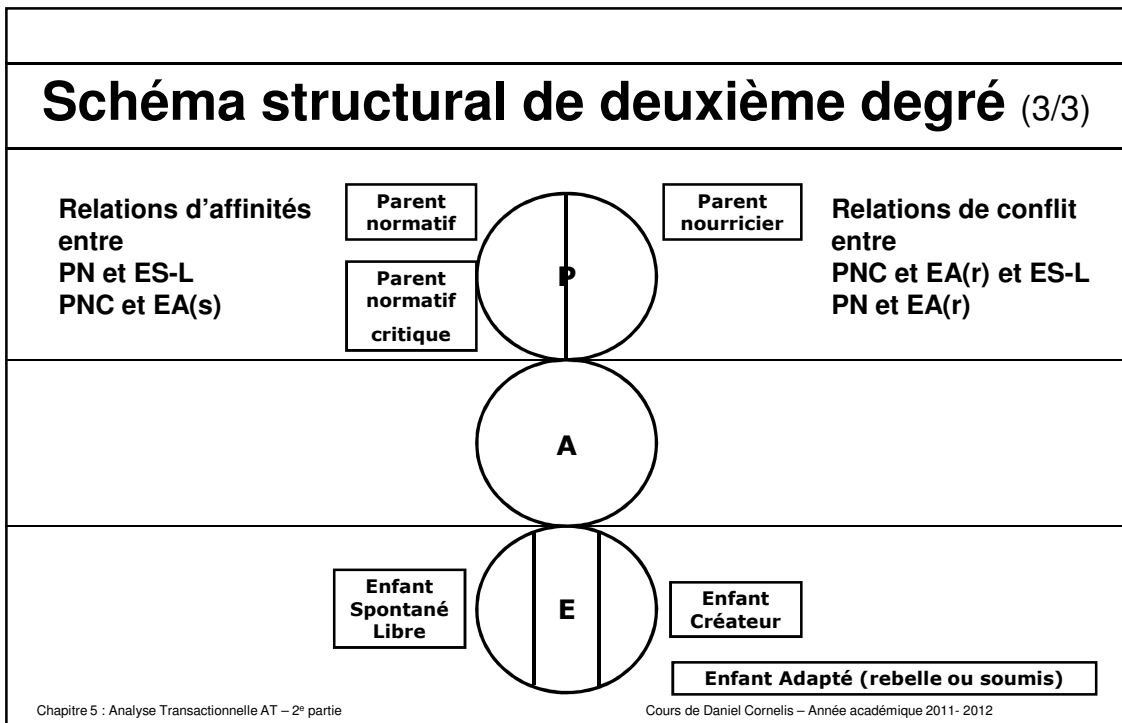
Cours de Daniel Cornelis – Année académique 2011-2012

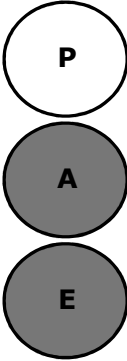
## Schéma structural de deuxième degré (3/3)

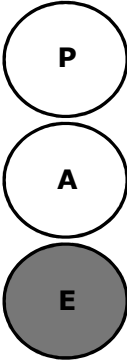


Chapitre 5 : Analyse Transactionnelle AT – 2<sup>e</sup> partie

Cours de Daniel Cornelis – Année académique 2011-2012

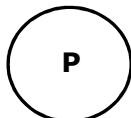


<b>Méthode de résolution de problèmes à partir des états du “Moi”</b>	
<p><b>1. Formuler le problèmes en ces termes « Comment faire pour... ? »</b></p> <p><b>2. Répondre aux questions suivantes :</b></p>	
	<p>Est-ce que je suis chargé de résoudre le problème, est-ce bien de ma responsabilité (ma compétence)?</p>
Chapitre 5 : Analyse Transactionnelle AT – 2 <sup>e</sup> partie	Cours de Daniel Cornelis – Année académique 2011- 2012

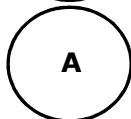
<b>Méthode de résolution de problèmes à partir des états du “Moi”</b>	
<p><b>1. Formuler le problèmes en ces termes « Comment faire pour... ? »</b></p> <p><b>2. Répondre aux questions suivantes :</b></p>	
	<p>Est-ce que je suis chargé de résoudre le problème, est-ce bien de ma responsabilité (ma compétence)?</p>
	<p>Est-ce que j'ai les moyens (informations, outils, finances,...)?</p>
Chapitre 5 : Analyse Transactionnelle AT – 2 <sup>e</sup> partie	Cours de Daniel Cornelis – Année académique 2011- 2012

## Méthode de résolution de problèmes à partir des états du "Moi"

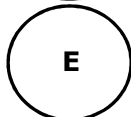
1. Formuler le problèmes en ces termes « Comment faire pour... ? »
2. Répondre aux questions suivantes :



Est-ce que je suis chargé de résoudre le problème, est-ce bien de ma responsabilité (ma compétence)?



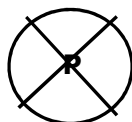
Est-ce que j'ai les moyens (informations, outils, finances,...)?



Ai-je envie que le problème soit résolu?

## Le principe d'exclusion

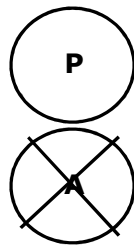
1. Il y a exclusion d'un état du « Moi » lorsque celui-ci, n'est jamais ou rarement utilisé par une personne.



En permanence dans A ou E

## Le principe d'exclusion

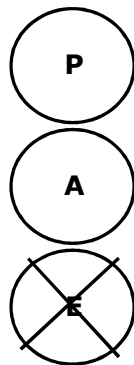
1. Il y a exclusion d'un état du « Moi » lorsque celui-ci, n'est jamais ou rarement utilisé par une personne.



En permanence dans P ou E

## Le principe d'exclusion

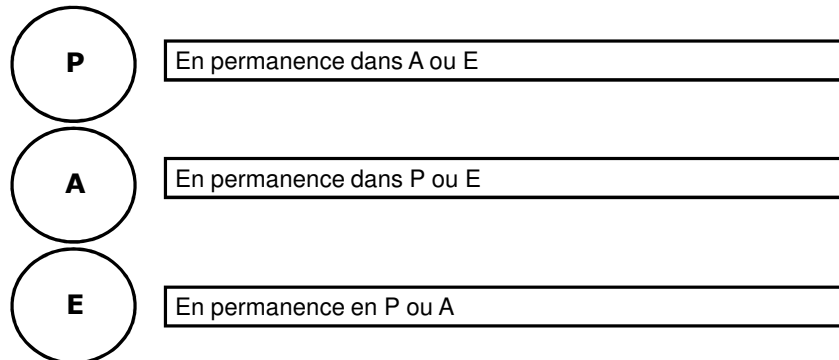
1. Il y a exclusion d'un état du « Moi » lorsque celui-ci, n'est jamais ou rarement utilisé par une personne.



En permanence en P ou A

## Le principe d'exclusion

1. Il y a exclusion d'un état du « Moi » lorsque celui-ci, n'est jamais ou rarement utilisé par une personne.
2. Une personne utilise de façon optimum ses trois états du « Moi » lorsqu'elle met l'Adulte au contrôle.

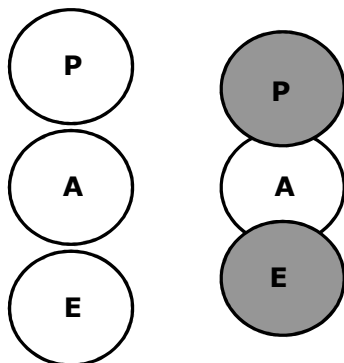


Chapitre 5 : Analyse Transactionnelle AT – 2<sup>e</sup> partie

Cours de Daniel Cornelis – Année académique 2011- 2012

## La notion de contamination

1. Par "contamination" on désigne ce qui fausse le jugement de l'Adulte

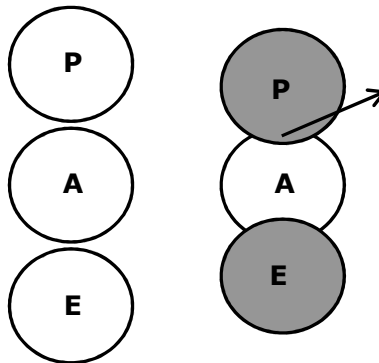


Chapitre 5 : Analyse Transactionnelle AT – 2<sup>e</sup> partie

Cours de Daniel Cornelis – Année académique 2011- 2012

## La notion de contamination

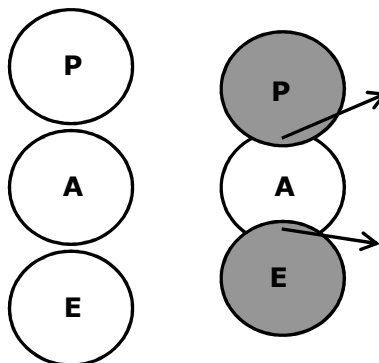
1. Par "contamination" on désigne ce qui fausse le jugement de l'Adulte
2. L'Adulte est parfois contaminé par des préjugés (a priori) venant du Parent



Il y a contamination de l'A par le P lorsque la personne tient pour Adulte, c'est-à-dire actuelle et vérifiée, une information erronée provenant du Parent. Une telle contamination constitue un « préjugé » un « a priori ».  
Transforme les préjugés en lois et règles, renie la réalité.

## La notion de contamination

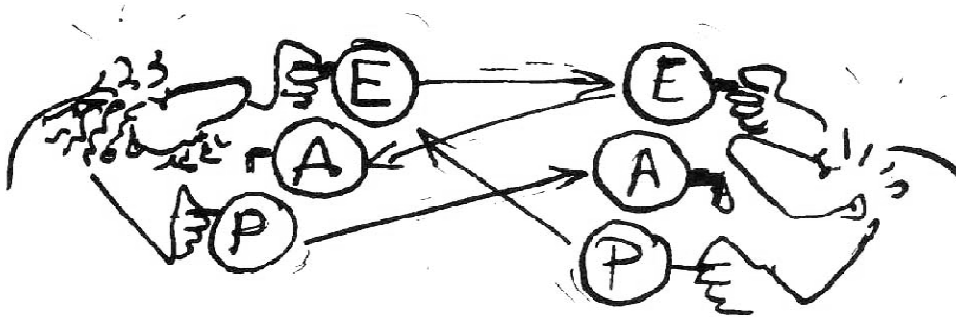
1. Par "contamination" on désigne ce qui fausse le jugement de l'Adulte
2. L'Adulte est parfois contaminé par des préjugés (a priori) venant du Parent
3. L'Adulte est parfois contaminé par des illusions de l'Enfant



Il y a contamination de l'A par le P lorsque la personne tient pour Adulte, c'est-à-dire actuelle et vérifiée, une information erronée provenant du Parent. Une telle contamination constitue un « préjugé » un « a priori ».  
Transforme les préjugés en lois et règles, renie la réalité.

Il y a contamination de l'A par l'E lorsque la personne tient pour Adulte, une information provenant en fait de l'Enfant. Il s'agit généralement d'une sensation imprécise à forte charge émotionnelle. Une telle contamination constitue une « illusion ».

## Schéma de la communication appliqué à l'AT



Chapitre 5 : Analyse Transactionnelle AT – 2<sup>e</sup> partie

Cours de Daniel Cornelis – Année académique 2011- 2012

## L'art de s'adapter à son interlocuteur pour mieux maîtriser la communication

↳ **Nos états du MOI ne se trouvent jamais en équilibre parfait**

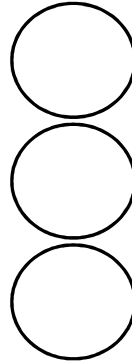
Chapitre 5 : Analyse Transactionnelle AT – 2<sup>e</sup> partie

Cours de Daniel Cornelis – Année académique 2011- 2012

## L'art de s'adapter à son interlocuteur pour mieux maîtriser la communication

↪ Nos états du MOI ne se trouvent jamais  
en équilibre parfait

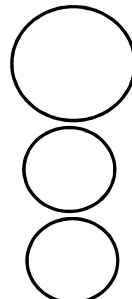
Comme ceci →



## L'art de s'adapter à son interlocuteur pour mieux maîtriser la communication

↪ Nos états du MOI ne se trouvent jamais  
en équilibre parfait

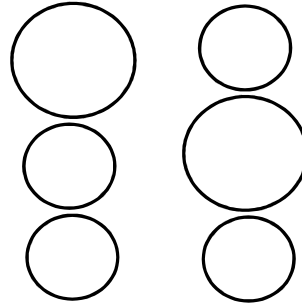
Mais plutôt comme ceci →



## L'art de s'adapter à son interlocuteur pour mieux maîtriser la communication

↳ Nos états du MOI ne se trouvent jamais en équilibre parfait

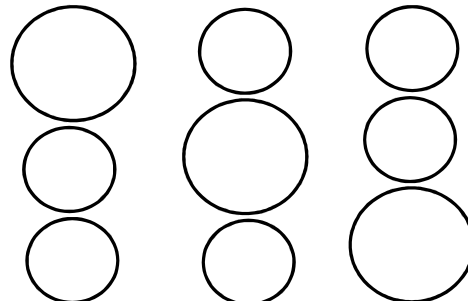
Mais plutôt comme ceci →



## L'art de s'adapter à son interlocuteur pour mieux maîtriser la communication

↳ Nos états du MOI ne se trouvent jamais en équilibre parfait

Mais plutôt comme ceci →



## Les différentes positions de vie

- ↪ Deux façons de penser de soi-même
- ↪ Deux façons de penser des autres

## Les différentes positions de vie

- ↪ Deux façons de penser de soi-même
- ↪ Deux façons de penser des autres

MOI	LES AUTRES	SYMBOLE	
Je suis bien	Ils sont bien	+ +	Confiance en elle et les autres
Je suis nul	Ils sont bien	- +	Peu ou aucune confiance
Je suis bien	Ils sont nuls	+ -	Complexe de supériorité - mépris
Je suis nul	Ils sont nuls	- -	Position tragique

## Communiquer autrement (1/2)

- ↪ **L'AT = permet de comprendre les mécanismes et les rouages de sa propre personnalité et de mon mode de communication**
  - **l'analyse**
- ↪ **Et de repérer la (les) manière(s) dont on négocie avec les autres**
  - **la transaction**

### ANALYSE TRANSACTIONNELLE

Chapitre 5 : Analyse Transactionnelle AT – 2<sup>e</sup> partie

Cours de Daniel Cornelis – Année académique 2011- 2012

## Conclusions

- ↪ **Etre capable de s'adapter à son interlocuteur pour mieux maîtriser la communication**
- ↪ **AT = outil qui permet d'envoyer un message qui :**
  - **Ne soit porteur de conflits (hérisson)**
  - **Ni de soumission (paillason)**
- ↪ **Ni hérisson, ni paillason, mais l'art de l'empathie**

Chapitre 5 : Analyse Transactionnelle AT – 2<sup>e</sup> partie

Cours de Daniel Cornelis – Année académique 2011- 2012