



LE POINT SUR...

PARENT ACTIF, PARENT INFLUENT

Dans *Analyse transactionnelle et psychothérapie*, E. Berne écrit que l'état du moi Parent peut se manifester de deux manières : soit « sous la forme d'un état du moi actif, soit sous la forme d'une influence »¹.

Le Parent est dit *actif*, lorsque la personne se comporte à l'égard de quelqu'un d'autre ou d'un événement comme l'une de ses figures parentales introjectées. À ce moment-là, son Parent a le pouvoir exécutif et est vécu par la personne comme son Soi véritable. J. Grégoire nomme ce Parent, le Parent externe : « la personne sous l'influence des contenus de son propre système Parent incite les autres à agir en conformité avec eux »². Les comportements manifestés peuvent être nourricier (bienveillant ou sauveteur), normatif (structurant ou persécuteur) et pas seulement. En effet, la personne peut aussi agir l'Adulte de la figure parentale introjectée, ainsi que son Enfant Adapté (soumis ou rebelle) ou son Enfant Libre.

Quand le Parent se manifeste sous la forme d'une *influence*, on ne le voit pas agir directement à l'égard d'une personne ou d'un événement, on en voit ses effets. La personne se comporte comme l'une de ses figures parentales aurait désiré qu'elle le fit. La manifestation en sera par le biais de l'Enfant Adapté. Il est le résultat visible d'un dialogue interne entre une figure parentale intériorisée, portant des jugements sur le comportement de la personne, mais aussi donnant des permissions, des encouragements. Il est en quelque sorte le régulateur de l'action de la personne pour l'aider à aller de l'avant ou pour inhiber tout changement. J. Grégoire nomme ce Parent le Parent Interne dont « l'action s'exerce avant tout sur le système Enfant, mais aussi sur le système Adulte, car il peut encourager les investigations de celui-ci ou au contraire étiqueter comme tabous certains sujets, comme ceux qui touchent à la mort, à la sexualité ou aux secrets de famille »³.

J. Grégoire souligne qu'il peut y avoir concordance ou divergence entre le Parent interne et le Parent externe. Quand il y a concordance, la personne intervient auprès des autres de la même manière qu'elle intervient en interne avec elle-même : par exemple, elle est

excessivement indulgente à l'égard des autres et elle l'est de même à son égard. Ou bien divergence : la personne est excessivement indulgente à l'égard des autres et intolérante à son propre égard.

Dans *Principes de traitement psychothérapeutique en groupe*⁴, Berne rapproche l'influence parentale du Surmoi : « Le Surmoi et l'influence parentale modifient tous deux le comportement sur la base d'expériences passées en relation avec certains individus ». Toutefois, il souligne que l'influence Parentale n'est pas seulement répressive comme peut l'être le Surmoi, elle inclut aussi « les permissions, les encouragements et les ordres ».

Dans l'accompagnement, il est important d'aider une personne à identifier les moments où elle agit une figure parentale (ou figure d'autorité) et quelle est cette figure (diagnostic historique) afin de permettre à la personne d'amorcer une séparation d'avec cette figure. La prise de conscience de *l'influence* parentale va permettre de comprendre la dynamique des impasses : émergence d'un désir jusqu'ici réprimé, par exemple : « Faire les choses à sa manière », puis ressenti de peur lié à l'émergence de ce désir, qui va suivre l'intervention de l'influence parentale, soit sous forme douce « Tu sais, ça va te fatiguer, et puis les gens vont plus te reconnaître » ou bien sous forme répressive « Tu dois faire comme on t'a toujours dit de faire. Le reste, c'est que du caprice ».

La personne fait marche arrière par rapport à son désir, et le manifeste en disant par exemple « Il faut que je fasse bien les choses ». Elle a été peu ou même pas du tout consciente du dialogue interne qui l'a conduite à cette conclusion, exprimer par son Enfant. Reprendre avec elle ce dialogue interne, comme au ralenti, pourra lui permettre d'en dérouler chaque phase.

Elyane Alleysson, T.S.T.A., Lyon, France.

NOTES ET RÉFÉRENCES

¹ BERNE, E., *Analyse transactionnelle et psychothérapie*. (orig. 1961), Payot, 1997, p. 42.

² GREGOIRE, J., *Les états du moi, trois systèmes interactifs*. Eds d'A.T., 2007, p. 118

³ *Ibid*, p. 118.

⁴ BERNE, E., *Principes de traitement psychothérapeutiques en groupe* (orig. 1966). Eds d'A.T., 2006, pp. 297-298.