

Jour 1, Année 2

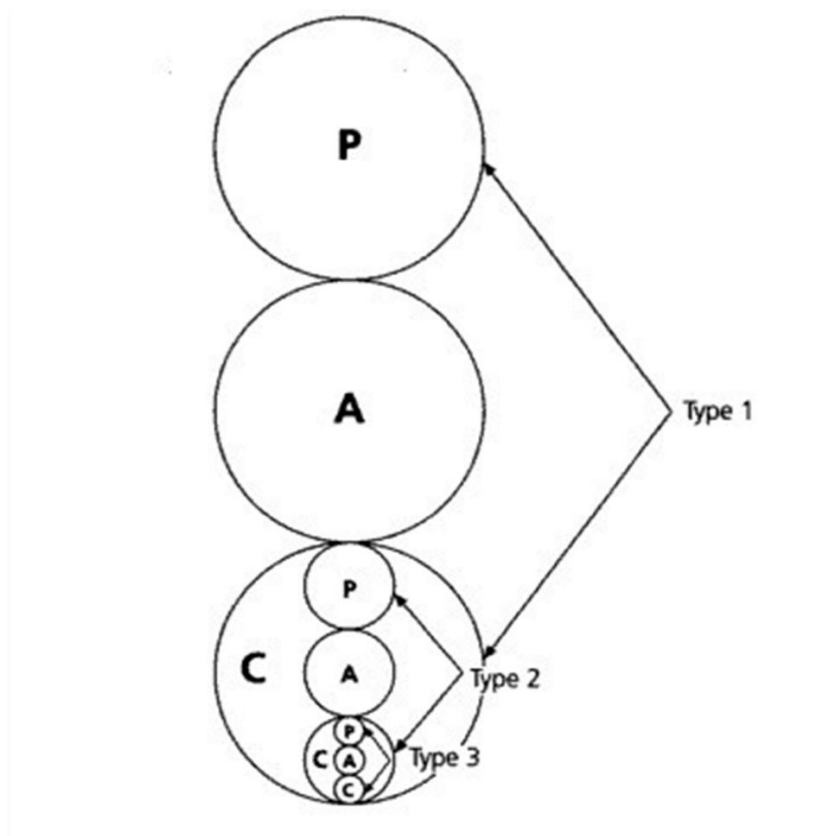
Les Impasses

Bob & Mary Goulding

Ken Mellor

Une impasse est un point de blocage où s'affrontent des forces égales et opposées. Les Goulding ont été les premiers à élaborer la théorie de l'impasse à la suite de leurs travaux avec Fritz Perls, le créateur de la thérapie gestaltiste qui considérait le conflit interne comme une lutte interne entre le « dominant » et le « dominé ». Les Goulding ont repris cette conception et ont appliqué la théorie structurelle de l'analyse transactionnelle (AT) pour comprendre le conflit comme un conflit entre des états du moi.

Modèle de la « redécision »



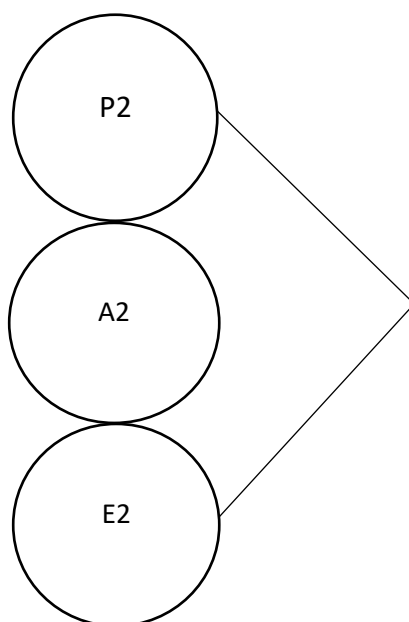
Impasse du 1^{er} degré : Opposition entre les messages du P2 et les besoins de E2

L'EM Adulte est encouragé à examiner les messages du Parent et à négocier un compromis avec les besoins de l'Enfant.

L'impasse de premier degré (EM-Parent – EM-Enfant) : le conflit oppose un message parental interne (ou contre-injonction) et les besoins propres à l'état du moi enfant de la personne. Il se traduit souvent par un dialogue interne entre « tu devrais » et « je ne veux pas ».

Exemple : une personne à qui ses parents ont dit « Travaille dur pour que je puisse être fier de toi » se retrouve à travailler compulsivement, même si son EM Enfant a désespérément envie de se détendre et de jouer.

Résolution : elle est obtenue en prenant une décision consciente de l'Adulte de modérer les exigences du Parent et de répondre aux besoins de l'Enfant.



P₂ : Donne des prescriptions ou des interdits. Ces messages sont clairs, verbaux, répétés souvent par les parents.

Ex. façon de se comporter, de travailler, de se montrer,

E₂ : désir de l'enfant d'agir comme il l'entend, d'avoir du plaisir sans faire attention aux autres...

Impasse 2^{ème} degré

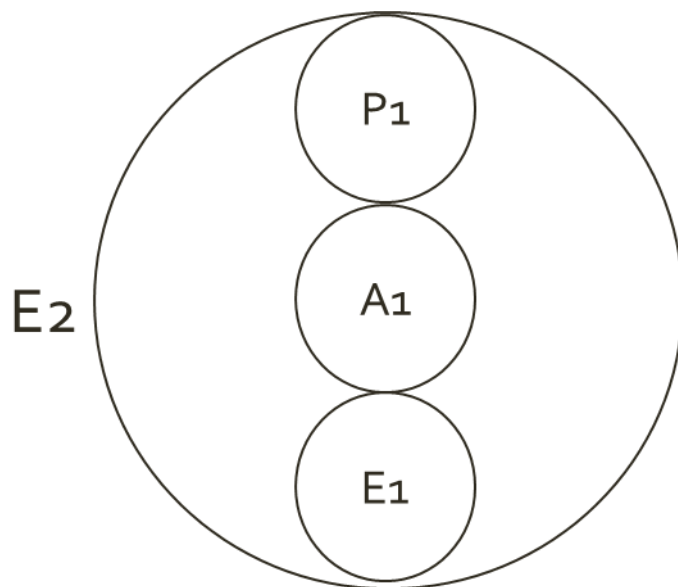
Cette impasse plus profonde, liée à la « survie », est un conflit au sein de l'état du moi Enfant, découlant d'une injonction plus primaire provenant de l'état du moi Enfant d'un parent. Le conflit oppose une décision prise par la personne lorsqu'elle était enfant pour survivre et son désir actuel de spontanéité.

Opposé entre P₁ messages et E₁, ou l'Adulte a décidé d'obéir. Impasses préverbales. Plus d'émotions qu'au première degré.

Le thérapeute crée un environnement sûr pour que la personne puisse revivre l'émotion et le blocage de l'Enfant, et puisse réactiver la décision de survie qui a conduit à l'impasse.

Exemple : si un parent, stressé par sa situation, dit à son enfant « J'aurais préféré que tu ne sois jamais né », l'enfant peut décider de « ne pas exister ». Pour résoudre cette menace à sa survie, l'enfant peut développer une personnalité adaptée afin de cacher son vrai moi. À l'âge adulte, cela peut le conduire à se renfermer ou à devenir inhibé.

Résolution : implique de revenir à la scène originale de l'enfance et de prendre la décision de « être moi-même » et d'exister de manière authentique.



P₁ Injonction : Ne sois pas important

A₁ Décision : Je ne demanderai plus rien

E₁ Besoin : Besoin d'aide, demander du soutien

Impasse 3ème degré : le plus difficile

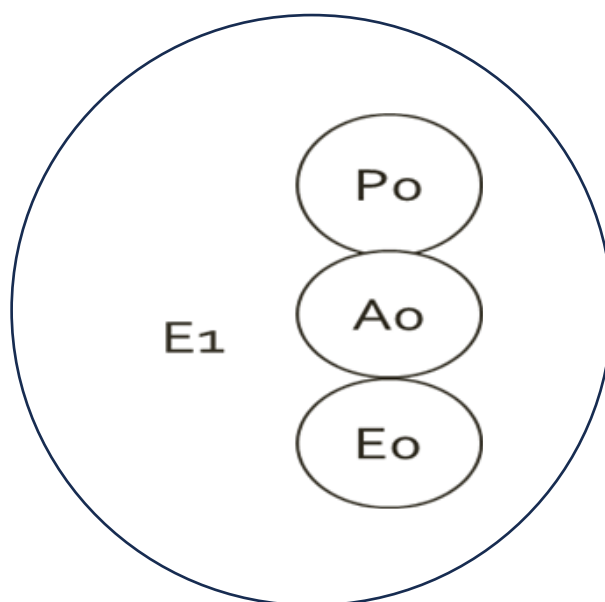
Impasse de troisième degré (enfant adapté-enfant naturel).

Il s'agit de l'impasse la plus précoce et la plus profonde, représentant un conflit d'identité entre l'enfant adapté (« moi ») et l'enfant naturel (« pas moi »). Le conflit oppose ce que la personne pense être et les aspects fondamentaux d'elle-même qu'elle a appris à réprimer.

Pour le troisième degré : Le thérapeute est un conteneur pour l'expérience préverbale du client. L'objectif est de mettre des mots sur l'émotion pour l'intégrer. Travail psychocorporel.

Exemple : une personne dont les premières expériences lui ont donné le sentiment d'être sans valeur peut être en proie à un conflit permanent entre la croyance intériorisée de l'enfant adapté (« je ne vauds rien ») et l'envie de s'épanouir de l'enfant naturel. L'enfant naturel est perçu comme une partie étrangère de soi, « pas moi ».

Résolution : nécessite souvent un travail thérapeutique pour accéder aux expériences préverbaux et permettre à l'enfant naturel authentique d'émerger et de s'intégrer.



Conflit entre P_o (ce qui passe de l'inconscient maternel vers l'enfant qui inhibe sa pulsion de vie) et E_o (pulsion de vie du bébé)

Cette impasse provient des premiers rapports de l'enfant et de sa mère, même au niveau intra-utérin.

On parle d'impasse somatique, parce que la personne n'a pas de mot pour la décrire. Il la ressent souvent dans son corps.

Littérature supplémentaire : Ken Mellor : Les impasses : une vue structurale selon les étapes du développement génétique (Cairn)

Bibliographie :

Passe-Partout : W. Veenbaas – Phoenix Opleidingen

Into TA – W. F. Cornell (red)