



Les États du Moi

Chaque individu est plus sensible à certains aspects d'une situation, en fonction de sa sensibilité et de son histoire personnelle. Cette perception se construit à partir de **3 façons distinctes d'appréhender la réalité** suivant la structure de notre personnalité : ce que l'analyse transactionnelle appelle les **États du Moi**.



Le Parent est orienté vers les autres et le monde.
C'est un État appris et enregistré dans l'enfance, sous influence du modèle parental et de l'entourage.



L'Adulte se construit tardivement.
Il observe, s'informe, réfléchit et prend des décisions avec méthode, de façon appropriée à la réalité du moment.



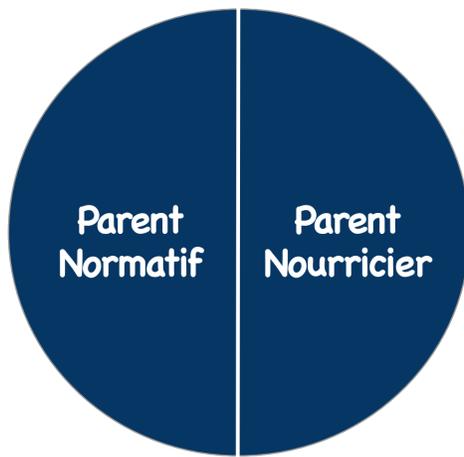
L'Enfant est le premier État construit après la naissance.
Il exprime l'affectivité, les besoins, les sensations, les émotions de la personne.

Le Parent

Le Parent Normatif

Parent Normatif Positif
Il est le garant des traditions, donne les règles, les valeurs

Parent Normatif Négatif
Il critique, sur-contrôle et impose des règles



Le Parent Nourricier

Parent Nourricier Positif
Il soutient et encourage

Parent Nourricier Négatif
Il déresponsabilise, fait à la place de l'autre et l'étouffe

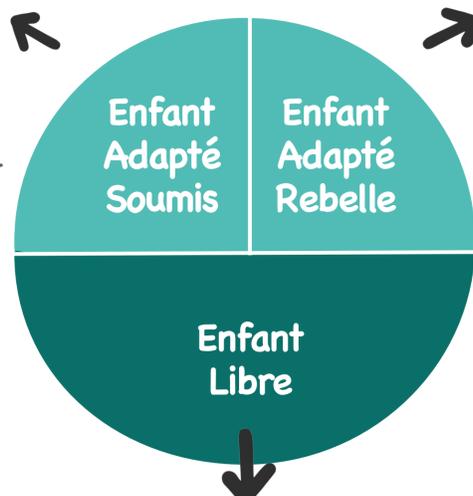
L'Adulte



L'Enfant

L'enfant Adapté (Soumis et Rebelle) est influencé par son environnement, ses règles et ses contraintes

L'enfant Adapté Soumis
se soumet à son environnement



L'enfant Adapté Rebelle
se rebelle contre son environnement

L'Enfant Libre se manifeste par des formes de comportements indépendants de son environnement. Il est totalement libre, sans règle, ni filtre.