



Karpman Process Model

DETECTION - GESTION- EVITEMENTS ET RÉPARATION DES CONFLITS

LE TRIANGLE DRAMATIQUE - Histoire

Au milieu des années 1960, le docteur Steve –Stephen Karpman, médecin pour l'armée, décide de se passionner pour les théories nouvelles de la psychologie développée en Californie.

Il s'installe à San Francisco et rejoint l'équipe du Docteur Eric Berne, fondateur de l'analyse Transactionnelle qui est en train de révolutionner la psychothérapie.

C'est lors de cette période qu'il découvrira, ce que beaucoup appelle le E=MC2 des conflits, son fameux « triangle dramatique et ses process ».

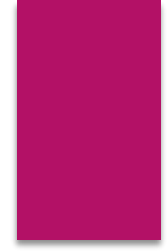


Définition - Wikipédia



- ▶ Le **triangle dramatique** ou **triangle de Karpman** est un des jeux de manipulation de la communication.
- ▶ C'est une figure d'analyse transactionnelle proposée par Stephen Karpman en 1968 (dans son article *Fairy Tales and Script Drama Analysis*) qui met en évidence un scénario relationnel typique entre victime, persécuteur et sauveur.
- ▶ Le triangle dramatique est la représentation d'un jeu psychologique entre deux(ou plus) personnes capables de jouer alternativement les trois rôles

LE TRIANGLE DRAMATIQUE



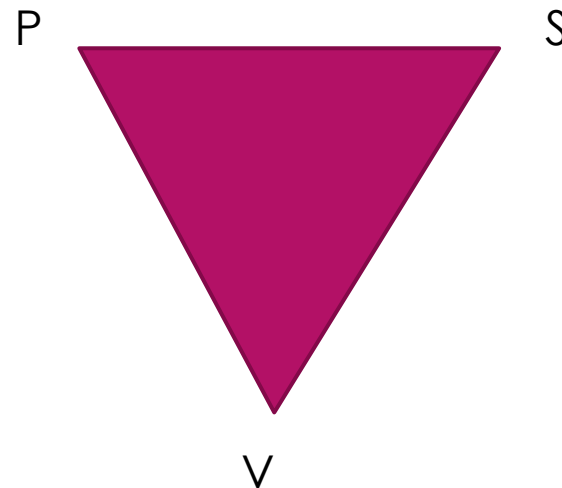
Le Dr S Karpman décrit les prémisses d'un conflit, puis le conflit lui-même, à travers ce modèle nommé **le triangle Dramatique**. Ce triangle peut se comparer à un plateau de jeu, la pointe vers le bas, donc instable par définition

A chaque coin du plateau, se trouve une position appelée « ROLE ».

S Karpman a observé au cours de ses travaux que l'un des premiers signes d'un conflit correspond à l'entrée sur le plateau de jeu **de l'un de 3 protagonistes**.

En effet, l'entrée dans le jeu se fait par l'un des 3 coins, représentant l'un des 3 rôles suivants, toujours présents dans un conflit, à savoir :

- Le rôle du persécuteur
- Le rôle du sauveur
- Le rôle de la victime





EN RÉSUMÉ

Vous le connaissez de près parce que vous l'utilisez, ou de loin parce que vous en avez entendu parler.

Souvent appelé « Triangle Dramatique », contre la volonté de son concepteur, c'est un outil pertinent qui décrit les trois rôles possibles dans les conflits (*Persécuteur, Victime et Sauveur*).

Le Triangle de Karpman n'est connu en France que pour ces trois rôles alors qu'en réalité, le concept recèle de nombreux arcanes indispensables pour une utilisation plus fine et plus immédiate.



L'utilisation de l'approche KARPMAN Process Model permet de travailler plusieurs dimensions pour les personnes accompagnées ou formées :



Ainsi, celles-ci seront en capacité :

D'analyser les situations de conflit avec une nouvelle grille de lecture.
De repérer les signaux précurseurs d'une amorce de Jeu Psychologique.
D'utiliser des outils de réparation et de prévention.

Les outils et méthodes Karpman Process model favorisent l'apprentissage et le repérage des rôles néfastes que nous jouons afin d'en sortir.

Ils permettent également d'apprendre à repérer les fonctionnements habituels de nos interlocuteurs afin d'éviter de rentrer dans leurs jeux, et dans des jeux psychologiques.

Ils favorisent enfin le développement de l'estime de soi, de l'affirmation de soi et la communication assertive, et ainsi de déjouer les pièges de la manipulation.





L'utilisation de l'approche KARPMAN Process Model permet d'apprendre et de travailler plusieurs concepts, outils et méthodes pour les personnes accompagnées ou formées :

Ainsi, celles-ci seront en capacité d'apprendre et d'utiliser :

Le triangle de la compassion pour contrer le triangle dramatique

La détection des différents niveaux de jeux, les sabotages, les boucles perdantes ou les boucliers de non intimité avec l'autre

Les boucles favorisant la relation

Les options et états du moi pour mieux contrer les jeux

Les boucles de réparation,

Les contrats de confiance et les clauses de contrat

Le process des 7 P

La méthode BTW

