

---

## Symbiose et passivité

### La Symbiose

La symbiose est un concept passionnant, et pour le comprendre, prenons le petit exemple suivant, tiré d'un ouvrage de Maupassant.

Jeanne, héroïne de *Une Vie*<sup>1</sup>, reçoit régulièrement de son fils ce type de lettre :

*Ma pauvre maman, je n'ai plus qu'à me brûler la cervelle si tu ne viens pas à mon secours (...) je dois 85 000 francs. C'est le déshonneur si je ne paye pas, la ruine, l'impossibilité de rien faire désormais. Je suis perdu. Je te le répète, je me brûlerai la cervelle plutôt que de survivre à cette honte. (...) Je t'embrasse du fond du cœur, c'est peut-être pour toujours. Adieu. Paul". Le Baron hypothéqua des terres pour se procurer l'argent qui fut envoyé à Paul. Le jeune homme répondit trois lettres de remerciements enthousiastes.*

Vous aurez peut-être remarqué que dans cette lettre le fils ne fait aucune demande claire et directe ? Mais sa mère et son grand-père ont néanmoins très bien compris de quel secours il s'agissait. Dans ces conditions, il y a fort à parier que ce ne soit qu'une question de temps avant la prochaine lettre du même acabit... Voyons pourquoi.

### Qu'est-ce que la symbiose ?

Ce concept a été élaboré dans le courant des années 1970 par Aaron et Jacqui Schiff. Je reprends ici leur définition que je trouve particulièrement explicite : il y a symbiose "*lorsque deux personnes se comportent **comme si ensemble elles ne formaient qu'une personne complète***"<sup>2</sup>. C'est ce que l'on appelle parfois dans un autre cadre de référence la relation fusionnelle. Par "*comme si ensemble elles ne formaient qu'une personne complète*", il faut entendre que l'un prend en charge les besoins de l'autre, de telle sorte que, face à une situation, il y aura deux "*intervenants*" au lieu d'un.

Précisons tout de suite que la symbiose n'est pas synonyme de pathologie ! Et heureusement : que l'on songe par exemple à un moment intense d'une relation

---

<sup>1</sup> Guy de Maupassant, *Une Vie*, Folio, p.235

<sup>2</sup> A. et J. Schiff, "*Passivité*", Classiques AT, Editions d'AT, Vol. 2, p. 139

amoureuse, voilà ce qui peut être une relation symbiotique nageant dans le bonheur...

Cependant, dans la mesure où j'ai besoin de l'autre pour "*former une personne complète*", il peut être utile de savoir où je me situe dans la relation à l'autre (conjoint, enfants, collègues...).

Prenons des exemples :

- ❖ "*Je ne m'occupe jamais des comptes, c'est mon mari qui s'en charge*" : sur cet aspect cette femme s'appuie sur son mari pour une tâche qu'elle pourrait sans doute faire elle-même, elle est ici dépendante, prise en charge. Il est fort probable que si son mari ne le fait pas personne ne le fera. Cette situation est très fréquente (et pratique) mais peut aussi être le support de jeux de pouvoir ou poser problème en cas de séparation.
- ❖ Entre collègues : "*Le patron m'a encore donné un dossier ingérable*", "*Laisse, je vais le faire*". Ici, sans le demander directement, le premier a besoin du second pour faire son travail. Au bout d'un certain nombre de fois, le premier peut utilement se demander ce qu'il fait à son poste par exemple, et le second s'interroger sur l'utilité qu'il se donne en faisant le travail de son collègue.

Dans ces deux exemples, il y a bien deux "*intervenants*" au lieu d'un. On aperçoit bien le besoin pris en charge au bénéfice de la personne en dépendance et l'avantage qu'elle en tire. Cependant, la relation est à double sens : en quoi la personne qui prend en charge a-t-elle besoin de l'autre pour être une "*personne complète*" puisqu'elle a l'air, elle, d'être indépendante ?

Pour de nombreuses raisons : dans le premier exemple, le mari, en s'occupant des comptes, peut avoir troqué cette tâche contre celle du ménage que sa femme assume seule (permet un donnant-donnant). Ou alors, il peut penser qu'en se rendant utile, voire indispensable, aux yeux de sa femme en faisant les comptes mais aussi les courses, la vaisselle... elle ne le quittera pas. Dans le second exemple, le collègue "*aidant*" peut tout simplement avoir des journées creuses qu'il ne sait comment remplir par lui-même. Ou alors, quand il sera de notoriété publique que c'est lui qui fait tout, il pourra se faire valoir aux yeux de son patron au détriment de son collègue. La personne qui prend en charge a tout autant besoin de l'autre.

### **Comment repérer une relation symbiotique ?**

Pas simple pour les parties prenantes. Un indice comportemental peut nous y aider : lorsque l'un demande à l'autre de faire ce qu'il pourrait faire lui-même - généralement d'une manière détournée - ou lorsque l'un fait pour l'autre ce que celui-ci pourrait faire tout seul (n'oubliez pas : la symbiose "*marche*" dans les deux sens).

Exemples :

- ❖ "*Il faudra aller chercher la petite après son sport*", dit une mère à son mari. Vous apercevez à présent que si la phrase est au sens strict la transmission d'une information, en réalité c'est une demande indirecte de madame à

---

monsieur d'aller chercher leur fille (on retrouve la différence entre le niveau social et le niveau psychologique - voir les transactions cachées).

- ❖ Une mère, rangeant la chambre de son fils, lui dit, alors qu'il joue aux jeux vidéos : "*Tu pourrais ranger ta chambre quand même*",

La symbiose a une logique interactionnelle simple que l'exemple de Jeanne met clairement en évidence. Le fils attend de sa mère de l'argent : sa mère lui donne. Et sans doute lui donnera-t elle à chaque fois qu'il se positionnera ainsi. Dans ces conditions, pourquoi le fils arrêterait-il de solliciter sa mère ? Mais s'il compte sur sa mère, comment peut-il réfléchir à une autre solution puisqu'il n'en a pas la nécessité ? De son côté, si sa mère ne lui dit pas qu'elle court à la ruine, le fils n'a, une nouvelle fois, aucune raison d'arrêter. C'est un cercle qui s'auto-alimente.

### À noter :

- ❖ On appelle les demandes faites d'une manière indirecte, des "*invitations symbiotiques*", c'est-à-dire qu'elles invitent à la symbiose : l'autre peut l'accepter et prendre en charge, l'ignorer ou la reformuler pour faire en sorte que la demande soit dite expressement (mettre à jour le niveau caché de la demande).

## La passivité

La passivité, telle qu'elle vous est présentée ici, fait partie du triptyque passivité, méconnaissance et symbiose, conçu par Aaron et Jacqui Schiff dans le courant des années 1970.

Voici une illustration de l'une des formes de passivité :

[Linda s'apprête à quitter son mari et l'interpelle :] *Harry, est-ce que cela te laisse indifférent ? - Il aurait tant voulu lui tendre la main, lui demander - la supplier - de ne pas partir, mais il se sentait sans force, accablé de douleur et de désespoir, en proie à un découragement incompréhensible et pitoyable qui s'était abattu sur ses épaules et l'étouffait peu à peu, tel un serpent. Il sentait son regard posé sur lui, et, plus il fixait le sol, plus il se sentait incapable de lever la tête vers elle et de la regarder en face. Linda attendit ses protestations d'innocence pendant une éternité, mais, devant son mutisme, elle se décida finalement à agir. Elle alla dans la chambre, mit rapidement quelques affaires dans une valise (...). Pendant qu'elle faisait sa valise,*

*Harry l'entendit respirer, soupirer, aller et venir, puis il sentit sa présence à ses côtés et son regard posé sur lui, sentit qu'elle s'éloignait, entendit la porte se refermer et la voiture s'éloigner... Il n'y eut rien pour l'empêcher de partir. Et il n'y eut rien pour l'empêcher, lui, de rester assis. De fixer le sol.<sup>3</sup>*

## Qu'est-ce que la passivité ?

La passivité est un ensemble de comportements dont la raison d'être pourrait se résumer ainsi : *“Comment puis-je m'y prendre pour ne pas résoudre ce problème ?”*. Bien entendu, ce n'est pas une question consciente : seul un observateur extérieur peut se rendre compte que, quoi que fasse la personne, le problème demeure alors qu'une solution est possible.

On distingue quatre comportements passifs.

- ❖ **L'abstention** : la personne est passive au sens premier. Elle ne fait rien.
- ❖ **La suradaptation** : la personne fait quelque chose, mais l'action ici n'a pas pour objectif de résoudre le problème mais de faire ce qu'elle imagine que l'autre attend d'elle.
- ❖ **L'agitation** : la personne « *s'agite* », elle est nerveuse, ne tient pas en place : elle manifeste souvent sa présence par des bruits parasites.
- ❖ **La violence ou “l'incapacitation”** : la personne devient violente et blesse l'autre ou soi-même (*incapacitation* : anglicisme qui a pour ambition de faire passer l'idée d'incapacité).

Exemple : Un employé doit rendre une note sur un rapport pour le lendemain, date limite, et à ce jour rien n'est fait.

- ❖ Abstention : il regarde par la fenêtre, fait des petits dessins sur une feuille...
- ❖ Suradaptation : il compile les rapports des cinq dernières années sur ce thème parce qu'il imagine que son patron apprécierait un petit préambule contextuel, ou il retape le rapport en supprimant les fautes d'orthographe en se disant que ce sera toujours utile...
- ❖ Agitation : il regarde ses mails pour la 15<sup>e</sup> fois en cinq minutes, téléphone à Pierre, à Paul, relis pour la 10<sup>e</sup> fois la première page du rapport en tapotant son bureau avec son stylo ou avec son pied, va chercher un café, revient...
- ❖ Violence et “*incapacitation*” : tout d'un coup il se lève, se rend chez son patron et lui envoie le rapport à la figure et criant “*J'en ai marre de ces rapports de ...*” ou alors il tombe malencontreusement dans l'escalier et se brise les deux poignets.

Dans ces quatre cas, non seulement la personne n'a pas fait le travail attendu, mais elle ne s'est même pas mise en mesure de le faire d'une manière ou d'une autre (anticiper, demander conseil, etc.) : nous retrouvons ici une méconnaissance sur l'existence du problème.

<sup>3</sup> Hubert Selby Jr, *Le démon*, 10/18, p. 259

---

**À noter :**

- ❖ La passivité est une sorte de blocage où l'énergie n'est pas orientée vers la réalisation souhaitée. Ce "*détournement d'énergie*" suit ainsi souvent l'ordre indiqué (1→4) : au début la personne méconnaît purement et simplement son énergie, ensuite elle la met à la disposition de son "*imagination*", puis, l'énergie s'accumulant sans être utilisée, elle ne peut plus ne pas en prendre conscience, mais ne sait toujours pas qu'en faire, enfin l'énergie se "*décharge*" contre soi ou les autres.
- ❖ Il est possible d'être passif face à une situation problématique ponctuelle, mais il est aussi possible que pour certaines personnes, la passivité soit un mode de fonctionnement relativement permanent.

**Pour aller plus loin :**

Quel(s) lien(s) faites-vous entre comportements passifs et symbiose ?

Un comportement passif peut être une invitation symbiotique : je n'agis pas, agissez à ma place .