

# COMPORTEMENTALISME

## ET THERAPIES COMPORTEMENTALES

*Patrick Juignet, Psychisme, 2011*

Le comportementalisme est la doctrine psychologique qui ne prend en compte que les aspects visibles des conduites (les comportements) et les met en rapport avec des événements environnementaux immédiats.

### 1/ Définition

Le comportementalisme veut faire de la psychologie l'étude expérimentale des comportements observables. Ivan Pavlov peut être considéré comme le père de cette doctrine. Son protocole expérimental en stimulus-réponse fut repris comme paradigme pour la psychologie aussi bien en Russie qu'aux États-Unis ou en Europe.

En France, Henri Piéron annonça en 1908 que « le comportement constitue l'objet de la psychologie ». Aux États-Unis, l'idée selon laquelle la psychologie scientifique devrait être l'étude expérimentale des comportements fut reprise par John Broadus Watson et elle connut immédiatement un énorme succès.

Selon cette doctrine, toute référence à la conscience est écartée et l'on se borne à observer des stimuli et des réponses. L'individu est considéré comme une « boîte noire » à laquelle le psychologue ne cherche pas à avoir accès.

La doctrine fut légèrement modifiée par Burrhus Frederic Skinner, au milieu du siècle, avec la mise au point du conditionnement dit « opérant ». Ce type de conditionnement considère que l'action de l'individu sur le milieu permet d'obtenir un renforcement positif. Skinner mis au point une méthode de renforcement positif ou négatif des comportements.

Le comportementalisme récuse que l'on doive connaître les déterminations internes à l'individu, (qu'elles soient biologiques ou représentationnelles) et simplifie l'observable de manière importante. Son domaine d'étude est constitué par les comportements simples (des individus humains ou animaux) vu comme des réponses à des stimulations.

### 2/ Histoire

Les intentions d'Ivan Pavlov étaient au départ physiologiques et non psychologiques. C'est tardivement qu'il élaborait, avec son élève Shenger-Krestovnikova, sa théorie des névroses expérimentales. Il s'efforça de ramener l'explication des troubles à un jeu de stimulus et de réponses incluant le langage comme deuxième système de signalisation. Son protocole expérimental en stimulus-réponse fut repris comme paradigme psychologique aussi bien en Russie qu'aux États-Unis ou en Europe.

Henri Piéron annonça en 1908, dans son discours à l'école pratique des hautes études, que « le comportement constitue l'objet de la psychologie ». Aux États-Unis, l'idée selon laquelle la psychologie scientifique devrait être l'étude expérimentale des comportements se répandit comme une traînée de poudre. En effet, il fallait montrer que la psychologie était sérieuse, afin de pouvoir la vendre à des institutions comme l'armée, l'école, et l'industrie. La seule manière rapide de le faire était de se référer à un modèle de scientificité déjà établi : l'expérimentalisme. Il fallait aussi trouver une façon d'étendre la psychologie expérimentale, cantonnée à des faits minuscules (sensations, apprentissages), à d'autres plus vastes. Cela devenait possible grâce aux stimulus-réponse qui permettaient de situer des séquences objectives dites « comportements ».

C'est ce qui a donné la vague comportementaliste. Répandue par John Broadus Watson, à partir de 1910, elle est encore présente de nos jours. Natif de la Caroline du sud, Watson avait une formation de chimiste. À partir de 1907, il enseigna la psychologie expérimentale à Baltimore. Le propos de départ, indiqué par Watson dans son manifeste qui connaît immédiatement le succès aux États-Unis (*Psychological review*, 1913) n'était pas absurde. Il s'agissait « d'écarter toute référence à la conscience » et de faire de l'objet de la psychologie autre chose que « la production d'état mentaux ».

Mais, prise dans ce mouvement, la psychologie devint l'observation du comportement, saisi en termes de stimulus et de réponse. L'individu est considéré comme une « boîte noire » à laquelle le psychologue ne cherche pas à avoir accès. Ainsi l'objet de la psychologie serait constitué par les « comportements » qui sont des séquences d'action simples et quantifiables. D'innombrables études expérimentales ont été faites sur le rat.

On a aussi essayé de conditionner les hommes ! C'est ce qu'a tenté Burrhus Frederic Skinner, au milieu du siècle, avec l'utilisation du conditionnement dit « opérant ». Ce type de conditionnement considère que l'action de l'individu sur le milieu permet d'obtenir un renforcement positif. Skinner a mis au point une méthode de renforcement positif ou négatif des comportements a but prétendument thérapeutique, la *Behavior Modification*. De même, différentes applications, concernant la sélection, l'apprentissage et l'adaptation aux conditions de travail dans l'armée et l'industrie, ont été mises au point.

Le mouvement béhavioriste existe aussi en linguistique, domaine dans lequel Bloomfield, par exemple, ne veut considérer que les formes phonétiques, les signifiants, à l'exclusion du sens. Dans la linguistique béhavioriste, la signification n'existe pas, elle est une illusion à quoi correspond en réalité seulement l'usage des mots.

### 3/ Point de vue critique

#### Une réduction de l'homme

Le comportementalisme est une tentative de réduction de l'humain. Dans une préface de 1929 à une réédition de son ouvrage *Behaviorisme*, Watson s'étonne des critiques dont il fait l'objet, puisqu'il n'a fait qu'utiliser pour « l'étude expérimentale de l'homme le type de raisonnement et le vocabulaire que de nombreux chercheurs utilisent depuis longtemps pour les animaux inférieurs ». Or, justement le problème est là ! Il assimile le complexe au simple

et transfère sans interrogation la méthode correspondante. Assimiler l'homme à un organisme simple, et ne prendre pour objet d'étude que des séquences comportementales, constitue un appauvrissement injustifié. C'est une négation de la complexité humaine qui aboutit à construire un objet d'étude non-pertinent pour l'humain.

Si la théorie comportementaliste est vraie, nous devons nous en tenir à l'observation du comportementaliste pour comprendre le comportementalisme. Or, cette observation ne diffère pas de l'observation d'un homme ordinaire. La différence avec un non-comportementaliste apparaît uniquement lorsque nous donnons un sens à ce qui est dit. Mais le sens n'est pas observable et ne peut être pris en compte. Cette doctrine aboutit à sa propre négation.

L'impossibilité de saisir le sens et les faits mentaux, alléguée par les comportementalistes est sans fondement car ils se manifestent dans la communication. Les cliniciens décrivent des faits mentaux et comprennent le sens de ce que disent leurs patients depuis plus de deux cents ans. Ils transmettent leurs observations aux autres cliniciens. En réalité le comportementalisme veut restreindre l'observation à des actions simples concrètement perceptibles (les stimuli et les réponses). C'est un parti pris absurde sans justification scientifique.

### **Une critique générale**

Cette conception adaptée pour l'étude des animaux inférieurs, ne l'est déjà plus pour les animaux supérieurs et devient totalement inadaptée pour l'homme. En effet on ne peut simplifier les conduites pour les ramener à des conduites observables sans un appauvrissement dramatique de la situation. D'évidence, l'individu est porteur d'un déterminisme propre et très complexe généré par son histoire, transformé par son psychisme, qu'il faut expliquer si on veut comprendre ses conduites.

Le schéma linéaire Stimuli - Réponse n'est valable que pour les comportements élémentaires d'organismes simples. Pour tous les autres, il faut tenir compte du déterminisme interne aux individus. Ceci implique de tenir compte des divers niveaux d'organisation présent dans chaque individu. Les techniques et théories qui ramènent l'homme à un niveau de fonctionnement neurocomportemental sont insuffisantes. Nous en prétendons pas que cela n'existe pas, mais que ça ne représente qu'un aspect limité de l'homme. L'éviction de la dimension cognitivo-représentationnelle et de la dimension neurofonctionnelle n'a aucune justification scientifique.

Pour ce qui est de l'éthique, citons à nouveau Watson pour juger : « le behavioriste veut contrôler les réactions humaines, tout comme les physiciens veulent contrôler et manipuler quelque autre phénomène naturel ». Contrôler et manipuler, voilà le but explicitement affiché. Proposer une technologie du comportement, traiter l'homme comme un instrument est une perspective qui, selon le bon mot de Georges Canguilhem (1956) correspond à une orientation possible des psychologues : en sortant de la Sorbonne ils peuvent aller vers l'observatoire, mais aussi « se diriger sûrement vers la Préfecture de police ».

Il y a une évidente absurdité à ramener les conduites humaines à des réponses comportementales et, d'autre part, à ramener la scientificité à l'application de la seule méthode expérimentale simplifiée. Il faut une forte idéologie scientifique pour en arriver à négliger la majeure partie de la réalité de l'homme. La science se doit de respecter son objet d'étude et c'est à cette condition qu'elle peut le connaître. La psychologie béhaviorisme détruit l'objet d'étude humain et le remplace par un objet fictif : le système stimuli-réponse.

Le béhaviorisme a « régné sans partage dans les départements de psychologie des universités américaines » (John Haugeland, 1989). Ayant atteint son apogée dans les années 60, il s'est démodé vers 1980, et a paru insuffisant aux yeux mêmes de ses partisans. Aucune doctrine ne peut prétendre à rendre compte de la richesse de l'humain, mais plus elle est simpliste et réductrice et moins elle a de chance d'y réussir.

#### 4/ Les thérapies comportementales

Actuellement, le béhaviorisme est en train de s'effondrer comme connaissance scientifique, mais par contre les « thérapies comportementales » se développent fortement, indice que c'est bien la demande sociale, et non la validité scientifique, qui soutient le béhaviorisme. En France, il existe un courant comportementaliste à visée pragmatique qui propose des « thérapies ». Le souci de scientificité allégué à ce sujet est des plus honorable. Citons Patrick Légeron (2004), un des promoteurs français des Thérapies Cognitives Comportementales : « Dès leur origine les thérapies comportementales et cognitives se sont inscrites dans une démarche scientifique. Leur base conceptuelle s'est construite sur les travaux de la psychologie expérimentale et l'évaluation objective de leurs résultats thérapeutiques a été systématiquement réalisée ».

Malheureusement, le moyen d'arriver à la scientificité n'est pas le bon, car la méthode expérimentalo-comportementaliste est inadaptée à la pratique thérapeutique, cette dernière mettant en jeu des situations très complexes. Les innombrables paramètres du cas concret sont réduits par la grille de lecture à des données d'une très grande indigence. Il n'est nullement scientifique de réduire l'objet d'étude en le coupant de tous les paramètres pertinents.

Appuyées sur les théories dépassées du conditionnement pavlovien et skinnérien, ce ne sont pas des psychothérapies mais des rééducations comportementales à visée symptomatiques dont l'efficacité à long terme est douteuse.

D'autre part, une psychothérapie met en jeu des humains et il ne peut pas ne pas y avoir de relation entre eux. Cette relation, dans le cadre du comportementalisme est très particulière, car il s'agit de considérer le patient comme un être non pensant ayant des comportements qu'on va modifier. Ce type de relation chosifiante nous paraît inadéquat. Pour un être humain, toute interaction avec les autres passe *aussi* par les niveaux supérieurs, en particulier le niveau congitivo-représentationnel, où il prend sens. Il est pas pensable de le négliger, si l'on a une visée thérapeutique. Dans ce cas présent, le sens pris, "avoir son comportement rééduqué" n'est pas être neutre. On retrouve l'aspect chosifiant du procédé.

Se rendant plus ou moins compte de l'impasse dans laquelle elles sont, les thérapies comportementales sont devenues "cognitivo comportementales" . Il s'agit malheureusement du mariage de la carpe et du lapin, car si on admet un niveau psycho-cognitivo-représentationnel en l'homme, on n'est plus dans l'optique comportementaliste qui le nie. L'association entre béhaviorisme et cognitivisme est contradictoire. Curieusement cela aboutit à quelque chose d'acceptable, puisque ce qui était exclu (la pensée) est ré-introduit par l'approche cognitive. Mais alors il vaudrait mieux appeler cela des "techniques d'entraînements programmés". Ces techniques ne doivent pas être utilisées isolément, car alors elles ont un caractère manipulateur et chosifiant qui aura des effets indirects désastreux.