

About Behaviorism

Paru dans les numéro 35 & 36 de Psychédélíce



Si j'ai décidé d'emprunter ici le titre d'un livre de BF. SKINNER, c'est que lors de la lecture de mon journal préféré (celui que vous être en train de lire naturellement ☺), je suis tombé sur un article très intéressant sur Béhaviorisme et Cognitivisme. En lisant cet article, je me suis rappelé la méconnaissance du Béhaviorisme en France : une image surannée, aussi bien véhiculée par les médias mais aussi, et surtout, dans les universités, est non seulement au mieux non-exacte, mais souvent totalement erronée. Cela entraîne des approximations, des croyances et des opinions pouvant être totalement délirantes. Le Béhaviorisme est décrit en France comme archaïque, moribond (si ce n'est totalement disparu !)

Ne pouvant accepter cela, aujourd'hui, je me décide à écrire cet article, pour une nouvelle... révolution Béhavioriste !

Des origines...

Si la naissance du Béhaviorisme, en tant que tel, peut être datée de la publication en 1913 du Manifeste Béhavioriste de John B. Watson (*Psychology as the behaviorist views it*, JB. Watson, *Psychological Review*, 1913), toutefois, nous pouvons retrouver des éléments de la philosophie Béhavioriste dès les écrits de Francis Bacon (1561-1626) (Les propriétés mentales supposées sont des « formes cachées » mieux décrites en termes dispositionnels ; Le vrai « caractère » d'un individu peut être découvert dans son comportement observable) et de John Locke (1632-1704) (A la naissance, l'esprit est une « table rase » sur laquelle l'expérience s'inscrit elle-même).

Le Béhaviorisme tire également ses racines chez Darwin (1809-1882) (*Théorie de l'évolution* → *sélection par conséquence* : "Les conséquences d'un acte influent sur la probabilité qu'il se reproduise.").

About Behaviorism

Paru dans les numéros 35 & 36 de Psychédélice

Même si le Béhaviorisme a, en France, une image très « américaine », Watson reprit les travaux d'un physiologiste russe, Ivan Pavlov, sur le conditionnement répondant (même si ses protocoles expérimentaux sont plus proches des travaux de Vladimir Bechterev, un autre russe, retrouvé suicidé après avoir diagnostiqué une paranoïa sévère à Staline.)



Le mentor de Pavlov, Ivan Setchenov, qui avait déjà travaillé sur le phénomène de l'habituement répondante, disait déjà « La psychologie doit être étudiée avec les méthodes objectives de la physiologie » (*Komu i kak razrabativat psikhologiyu*, 1873).

Mais qu'est-ce que le Béhaviorisme ?

Que dit exactement le Manifeste Béhavioriste ? "La psychologie, ainsi que la voit le béhavioriste, est une étude purement objective, expérimentale et ainsi une branche des sciences naturelles, qui a aussi peu besoin de l'introspection que les sciences physiques ou chimiques. Son objectif théorique est la prédiction et le contrôle du comportement. Le béhavioriste, dans ses efforts pour obtenir un système unitaire de réponse de l'animal, ne reconnaît aucune ligne de démarcation entre l'homme et l'animal. Le comportement de l'homme, avec l'ensemble de son raffinement et sa complexité, ne forme qu'une partie du système total de l'enquête béhavioriste. "

Le Béhaviorisme est donc une branche de la psychologie ayant comme particularité l'étude scientifique (au sens des sciences naturelles, non des sciences sociales) des comportements dans l'environnement en rejetant l'interprétation, la subjectivité et le mentalisme.

Comportement, environnement... et processus mentaux

Une première source d'incompréhension du béhaviorisme est certainement l'utilisation du terme « comportement » qui a une définition beaucoup plus large que ce l'on en entend dans le langage commun. Voici une bonne définition du comportement d'un point de vue behavioriste : « Interaction des muscles, glandes ou autres parties d'un organisme vivant avec l'environnement » Martinez-Diaz, 2012. En gros, tout ce qu'un mort ne peut pas faire (« Si un mort peut le faire, alors ce n'est pas un comportement, si un mort

ne peut pas le faire, alors c'est un comportement » Malott and Suarez (2003, p. 9)). Marcher, boire, rire, manger... mais aussi penser sont donc des comportements.

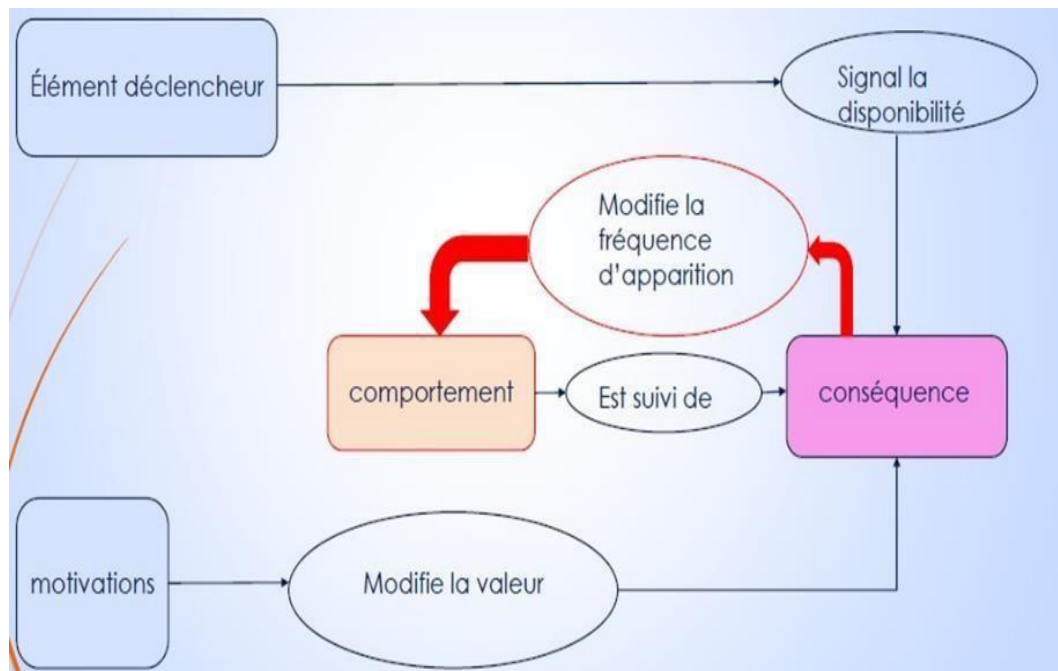
Tout ce qui peut être dénommé « processus mentaux » ne sont que des comportements comme les autres (événements privés), certes non-directement observables.

Quant à l'environnement, « Ceci inclut les événements physiques ou ensemble d'événements qui ne sont pas une part du comportement et qui peuvent inclure d'autres parties de l'organisme » Johnston & Pennypacker 2009.

UN ou DES Béhaviorisme ?

Le Behaviorisme n'a cessé d'évoluer depuis ces débuts. L'incompréhension du Béhaviorisme vient d'une vue simplifiée du Methodological Behaviorism (Watson) qui limite l'étude au seul comportement directement observable par un tiers.

Il existe différentes approches du Béhaviorisme (interbehaviorism, psychological behaviorism...) dont le Radical Behaviorism initié par BF. Skinner (approche dominante actuellement dans le behaviorisme), qui introduit les pensées, les émotions, etc. dans l'étude Béhavioriste. Ces « événements privés » doivent être traités comme n'importe quel « comportement » et sont donc soumis aux contingences environnementales. De plus, la sélection par la conséquence des comportements, approche contextualiste, prend en compte l'histoire unique et personnelle de la personne, loin d'une approche purement mécaniciste reposant seulement sur le schéma S-R (Hayes, Hayes & Reese, 1988) souvent reprochée aux béhavioristes.



Le Béhaviorisme aujourd'hui

Le Behaviorisme a permis d'apporter des avancées concrètes dans de nombreux domaines allant de l'éducation (project Follow Through, 1968-1977), de la communication (Verbal Behavior, 1957), de l'autisme (Lovaas, 1987) à la conquête spatiale (Programme Mercury, 1959) et bien d'autres encore... Aujourd'hui le Béhaviorisme est toujours vivace, et même de plus en plus !

En effet, l'analyse du comportement (issu du Radical Behaviorism) est aujourd'hui en plein essor, avec une croissance exponentielle du nombre d'analystes du comportement certifiés à travers le monde, du nombre de programmes universitaires, de recommandations quant à l'utilisation de l'analyse du comportement (OMS, 2016 ; HAS, 2012 ; Décret présidentiel - Utilisation des acquis de la science du comportement pour mieux servir le peuple américain, 2015) avec des domaines d'interventions toujours plus variés (handicap, éducation, sport, management, écologie...)

De plus, les thérapies de la troisième vague (la première étant l'avènement du Béhaviorisme et la deuxième du Cognitivism) comme l'ACT (thérapie de l'engagement et de l'acceptation) reposent sur les fondements théoriques du Relational Frame Theory – RFT (une approche béhavioriste du langage) et se recentrent donc vers les approches Béhavioristes. Le RFT fait d'ailleurs l'objet d'un SIG (special interest group) au sein de l'ABAI (Association for Behavior Analysis-International).

Il est aussi à noter qu'un article de Haggbloom & al. de 2002 dans *Review of General Psychology* a émis un classement des plus éminents psychologues du XXème siècle (selon trois variables qualitatives et trois variables quantitatives). Cet article a consacré la première place à BF. Skinner...

Why I'm not a cognitive psychologist? (Encore un titre volé à BF. Skinner)

Si le rejet du mentalisme et de l'introspection, ajouté à la démarche scientifique, met une distance claire et nette entre l'approche béhavioriste et la psychanalyse, ceci justifiant, à mon sens de manière claire, l'intérêt que l'on peut avoir pour l'une ou l'autre approche, cela peut sembler moins évident avec l'approche cognitive ; nous allons donc essayer d'explorer ce problème :

1. Une des premières raisons, est certainement l'ancrage béhavioriste au sein des sciences naturelles par rapport à l'ancrage du reste de la psychologie aux sciences humaines.
2. Un des déclencheurs reconnus de la révolution cognitive est l'article de Chomsky « A Review of B. F. Skinner's Verbal Behavior » (in *Language*, 35, No. 1 (1959), 26-58.). Toutefois, Chomsky cite souvent légèrement faussement ou hors contexte les propos de Skinner pour étayer son propos (ref : Adelman, « An underdiscussed aspect of Chomsky (1959). » 2007, *The Analysis of Verbal Behavior*.). Il présuppose que dans le « monde réel » (du langage humain), d'autres lois de la nature sont valables par rapport à celles en laboratoire (ce qui s'oppose au principe de parcimonie en science). Enfin, Chomsky feint de croire que quand Skinner nomme une variable de contrôle, cela signifie qu'il veut dire qu'il a trouvé la seule variable responsable, or, la multiplicité des causes des actes langagiers s'étend pourtant comme un thème tout au long du livre de Skinner.
3. Un des reproches faits au Béhaviorisme, c'est de simplifier les choses en refusant l'étude de la « boîte noire », étude entreprise par le cognitivism... si cela peut se comprendre si l'on survole

About Behaviorism

Paru dans le numéro 35 & 36 de Psychédélíce

uniquement le Methodological Behaviorism, cela est en réalité totalement faux ! Ce problème de compréhension vient d'une différence de conceptualisation.

Je souhaiterais ici vous partager mon souvenir d'un exemple lu dans un article (conférence prononcée à l'UNED (Madrid) le 17 mai 2002) du docteur en psychologie Freixa i Baque. Si nous prenons la psychologie humaine comme un iceberg, les différents courants de la psychologie (cognitivisme y compris) estiment que le Béhaviorisme ne s'occupe que de la partie émergée (comportements) de cet iceberg sans s'occuper de la partie immergée (la boîte noire) que représenteraient les processus mentaux et donc que le béhaviorisme « hyper-simplifie » la réalité. Toutefois, d'un point de vue « Radical Behaviorist », cette partie immergée représente... des comportements. En poursuivant cet exemple, la psychologie classique verrait deux valeurs différentes dans notre iceberg avec des propriétés différentes et intrinsèques à leur position (sur ou sous l'eau), là où le béhavioriste y voit de la glace, avec ses températures, ses densités, ses compositions... bref ses caractéristiques physico-chimiques. Nous voyons donc ici deux conceptualisations différentes.

4. Le fait de traiter, ce que certains nomment « processus mentaux », comme des comportements, permet de mener l'étude du comportement humain (dans son sens « Radical Behaviorist ») à son terme, là où le recours aux processus mentaux arrête cette étude à des processus hypothétiques pouvant amener à un raisonnement circulaire (il ne sait pas répondre parce qu'il a une déficience intellectuelle $\leftarrow \rightarrow$ il a une déficience intellectuelle parce qu'il ne sait pas répondre). Un comportement n'est pas une chose interne, une qualité intrinsèque de la personne, mais une interaction avec l'environnement. Le fait d'arrêter l'étude à un « processus » arrête l'enquête avant d'avoir les données environnementales qui agissent sur ces comportements/processus. Prenons un exemple (tiré de : why I'm not a Cognitive Psychologist, BF. Skinner, Behaviorism, 1977) dans l'expérience de Pavlov, ce n'est pas le chien qui a mentalement associé la clochette et la nourriture, mais bien l'expérimentateur ; sans la contingence environnementale, il n'y aurait pas eu d'association. Nous pouvons prendre un autre exemple, le calcul mental : le résultat du calcul relèverait d'un processus interne... mais, d'un point de vue behavioriste, le calcul est soumis aux mêmes lois que les autres comportements, nous pouvons d'ailleurs observer que l'apprentissage du calcul passe dans ces premières étapes par des manipulations visibles (compter sur les doigts, etc.) jusqu'à estompage de ces « guidances » et l'émission du comportement (comme pour tout comportement !)
5. Il y a encore beaucoup à ajouter ici, toutefois, je ne peux pas monopoliser le journal, je soulèverais donc un dernier point quant à l'utilisation des neurosciences. Les principes béhavioristes sont validés par les neurosciences (par exemple John Hopkins Institute, 2015). Toutefois, l'utilisation des neurosciences doit se faire avec une grande attention. En effet, nous pouvons souvent remarquer l'appui des processus mentaux par des structures cérébrales... mais qui de l'œuf ou de la poule ? En effet, justifier un comportement par une structure cérébrale tient à sous-estimer la plasticité cérébrale. A ce sujet, une étude de 2016 (Pivotal Response Treatment prompts a functional rewiring of the brain among individuals with autism spectrum disorder, Venkataraman & al., neuroreport, 2016) démontre qu'une intervention comportementale a permis de "recâbler" le cerveau de personnes autistes... le défaut de câblage ne peut donc servir d'explication à l'autisme (ses personnes sont toujours autistes) dans cet exemple, mais bien les contingences

About Behaviorism

Paru dans les numéro 35 & 36 de Psychédélíce

environnementales (internes ou externes à l'individu). Nous pouvons aussi noter qu'une étude de 2011 a montré que les chauffeurs de taxi de Londres possédaient un plus gros cerveau... leur plus gros cerveau les a-t-il poussés à devenir chauffeur de Taxi à Londres, ou les contingences environnementales ont-elles permis de renforcer des structures cérébrales utiles dans leur métier ?

Il est aussi nécessaire de prêter une grande attention à l'utilisation de l'imagerie cérébrale. Si elle est utile et indispensable, elle a toutefois une forte tendance à créer des faux-positifs (Cluster failure : Why fMRI inferences for spatial extent have inflated false-positive rates, Eklund & al., PNAS, 2016)

Je vous remercie de l'attention que vous aurez portée à cet article et j'espère qu'il vous permettra de mieux appréhender le Béhaviorisme, loin des images que l'on lui prête et ... « Save the world with behavior analysis »

