

PSYCHOLOGIE
ET SCIENCES
HUMAINES

Ovide Fontaine

**introduction
aux thérapies
comportementales
(Behavior therapies)**



Pierre Mardaga, éditeur
FONDS DESSART



PSYCHOLOGIE ET SCIENCES HUMAINES

Ovide Fontaine

**introduction
aux thérapies
comportementales
(Behavior therapies)**

Historique - Bases théoriques - Pratique

12911 1/1

PIERRE MARDAGA, EDITEUR
2, GALERIE DES PRINCES, BRUXELLES

TABLE DES MATIERES

PREFACE	13
INTRODUCTION: LES PSYCHOTHERAPIES - HISTORIQUE ET DEVELOPPEMENT DES BEHAVIOR THERAPIES	
- Prééminence du courant freudien en Occident	19
- Eclatement du courant psychanalytique	21
- Prolifération des théories psychologiques	21
- Les étapes des psychothérapies	23
- Pourquoi les Behavior Therapies?	31
- Développement des Behavior Therapies	34
- Evolution des Behavior Therapies	38
Lectures recommandées	40
PREMIERE PARTIE: BASES THEORIQUES ET EXPERIMENTALES	
<i>Chapitre I. Les théories behavioristes de l'apprentissage</i>	
I. E. Thorndike et « la loi de l'effet »	50
- La première formulation	50
- Critiques à la loi de l'effet	52
II. I. Pavlov et « le conditionnement classique »	
- Le problème de la « sécrétion psychique »	54
- La réaction conditionnelle	55
- Hypothèses sur le fonctionnement du système nerveux central	56
- La typologie pavlovienne	59

- Le second système de signalisation	60
- Le conditionnement intéroceptif	61
- Pavlov et la psychiatrie	61
<i>III. Naissance des écoles behavioristes</i>	
- Watson et le manifeste behavioriste de 1913	63
- Guthrie et le principe de la contiguité	66
<i>IV. C. Hull et le conditionnement instrumental</i>	
- Les variables intermédiaires	68
- Une psychologie des besoins (need)	69
- Naissance et mort d'une théorie systématique du comportement ...	70
<i>V. B.F. Skinner et le conditionnement opérant</i>	
- La cage de Skinner	71
- Le milieu: grand «selectionneur» des conduites	73
- Le «petit homme» dans la boîte noire	74
- Inné et acquis	75
- Règles et contingences	76
<i>VI. Behaviorisme et comportement humain</i>	
- Sommes-nous des rats?	78
- Comportements «moléculaires» et comportements «molaire»	78
- Comportements publics et comportements privés	79
Lectures recommandées	80
Chapitre II. Les théories cognitivistes de l'apprentissage	
<i>I. Théorie de la Gestalt</i>	
- Les singes de Köhler et l'«insight»	84
- «Intelligence» perceptive et associationisme	85
<i>II. E.C. Tolman et le comportement orienté vers un but</i>	
- But et performance	87
- Tolman et le principe du renforcement	88
- De Tolman à la psychologie cognitive moderne	89
<i>III. Modèle médiationnel ou non médiationnel?</i>	
- Construit et variable intermédiaire. L'inférence	90
- La hantise du mentalisme. «Tu n'inféreras pas!»	91
- Les «bonnes» inférences	91
- Le behaviorisme radical peut-il tout?	92
<i>IV. Les modèles médiationnels de l'apprentissage</i>	
A. Le conditionnement privé, couvert	94
B. Le traitement de l'information (information processing)	97
1. L'attention	98
2. L'encodage et le décodage	99
C. L'apprentissage cognitif	103
- Cognition et motivation	104
- Contingences cognitives	104
- La pensée	105
Lectures recommandées	107

Chapitre III. Biologie et comportement	
I. Les typologies	111
- Typologie pavlovienne	111
- Typologie d'Eysenck	117
- Le phénomène de l'incubation	120
II. La psychosomatique expérimentale	121
1. L'« Ecorce cérébrale et les organes internes »	122
- Liaisons fonctionnelles entre système nerveux central et organes internes	123
- Une excitation provenant d'un organe interne peut-elle servir de stimulus conditionnel pour un comportement quelconque ?	123
- Quelles sont les interrelations entre les intérocepteurs d'une part, et entre les extérocepteurs et intérocepteurs, d'autre part ?	126
2. Le conditionnement viscéral opérant	128
- Le rat curarisé	129
- Du conditionnement viscéral animal au « biofeedback » humain	130
- Echecs du conditionnement viscéral	132
III. Les émotions	133
- Le comportement émotionnel non verbal et son observateur	134
- Le comportement émotionnel verbal et son observateur	135
- Les paramètres physiologiques de l'émotion	136
- Emotion et cognition	136
IV. La psychopharmacologie	138
- Modèles pharmacologiques et diagnostic psychiatrique	139
- Analyse comportementale et psychopharmacologie	140
Lectures recommandées	143
Chapitre IV. Théorie et pratique	
- Technologie et psychothérapie	148
- Claude Bernard et l'analyse expérimentale	151
- Technologie ou théorie ?	152
Lectures recommandées	154
DEUXIEME PARTIE: METHODOLOGIE ET PRATIQUE DES BEHAVIOR THERAPIES. EVALUATION	
Chapitre V. Le processus thérapeutique en Behavior Therapy	
I. L'analyse, le diagnostic fonctionnel	
- Critique du diagnostic médical en psychothérapie	165
- Critique de l'approche psycho-dynamique au diagnostic	167
- L'approche comportementale en Behavior Therapy	168
- Quelques modèles d'analyse fonctionnelle	170
- Les moyens de l'analyse fonctionnelle	174
1. L'interview	174
2. Les autres apports	175

<i>II. Le traitement et son évaluation</i>	176
1. La méthode du A-B-A	179
2. Lignes de bases multiples, programmes multiples, programmes concurrents	182
3. La reproduction	184
Lectures recommandées	184
<i>Chapitre VI. La relation thérapeutique et ses moyens</i>	
<i>Section I: Le behavior thérapeute et le patient</i>	188
1. La préparation du patient au rapport thérapeutique	189
2. La compétence du thérapeute dans la relation	191
3. La connaissance du patient	192
4. Relation humaine et psychothérapie	193
5. La formation du psychothérapeute	194
<i>Section II: Comment réduire les perturbations émotionnelles</i>	196
A. La désensibilisation systématique	198
- Historique	198
- Pratique	198
- Théorie	200
- Indications	204
B. Thérapies par immersion (Flooding) et implosion	204
- Historique	205
- Pratique	205
- Indications	207
- Evaluation	207
C. Le training assertif	207
- Analyse du concept d'assertion et comportement assertif	208
- Technique et pratique de l'assertion	209
- Evaluation	210
<i>Section III: Comment modifier les comportements</i>	211
A. Les thérapies opérantes	213
- Rappel théorique	214
- Pratique	216
1. Façonnement (shaping) du comportement, augmentation de la fréquence d'émission	216
2. Réduire ou supprimer les conduites déviantes	219
3. Maintien et transfert du résultat dans la vie réelle	221
- Indications	223
- Evaluation	223
B. Les techniques aversives	225
- Historique	226
- Théorie	226
- Indications	229
- Evaluation et controverses	230

✓ C. Les méthodes de modeling	231
- Théorie	232
- Pratique	234
- Indications	234
- Evaluation	234
✓ D. Les méthodes de jeu de rôle	236
- Théorie	236
- Pratique	236
- Indications	237
- Evaluation	237
<i>Section IV: Comment modifier les variables cognitives</i>	238
✓ A. La restructuration cognitive	240
- Historique	240
- Pratique	240
- Indications	242
- Evaluation	242
✓ B. La solution de problèmes	243
- Historique et développement	244
- Pratique	245
- Indications	247
- Evaluation	248
✓ <i>Section V: Comment aborder la médecine « Psychosomatique »</i> ..	248
- Principe et méthode du biofeedback	252
- Utilisation thérapeutique du biofeedback	254
- Evaluation actuelle du biofeedback	255
Lectures recommandées	257
 TROISIEME PARTIE: ETHIQUE ACTUELLE, L'AVENIR DES THERAPIES COMPORTEMENTALES	
<i>Chapitre VII. Ethique et thérapies comportementales</i>	
- L'approche « directive » des Behavior Therapies	265
- « Guérir pour normaliser »	266
- L'utilisation des méthodes d'action	268
- Les règles du contrat thérapeutique	269
Lectures recommandées	271
<i>Chapitre VIII. L'avenir des thérapies comportementales</i>	
- Avenir de la recherche clinique	274
- Avenir des méthodes en Behavior Therapy	275
- Avenir de la relation patient-thérapeute	276
BIBLIOGRAPHIE	279
INDEX	295

INTRODUCTION AUX THERAPIES COMPORTEMENTALES

Les thérapies comportementales demeurent peu connues ou mal connues en Europe francophone, alors qu'elles sont aujourd'hui d'utilisation courante dans les pays anglo-saxons. Pourquoi ce retard? Est-ce vraiment parce que, comme l'ont écrit certains, ces thérapies sont normalisantes, robotisantes, déshumanisantes, et par conséquent inacceptables par notre culture? Le behavior thérapeute, dont la formation théorique s'appuie sur l'expérimentation de laboratoire a-t-il vraiment confondu les poètes et les pigeons? Ses traitements portent-ils atteinte à la liberté ou à la dignité de l'homme?

Cette introduction clarifie les malentendus à propos d'un savoir acquis par la démarche scientifique et présente, sur la base de faits expérimentaux indiscutables, des notions que ne peuvent ignorer aujourd'hui ceux qui détiennent quelque responsabilité dans le domaine de la santé mentale.

L'auteur, psychiatre, Chef de Travaux de Psychologie Expérimentale à l'Université de Liège, fut l'un des premiers à utiliser ces méthodes d'action thérapeutique en pays de langue française. Il est Président-Fondateur de l'Association belge pour l'Etude, la Modification et la Thérapie du Comportement. Son ouvrage, fruit d'une expérience clinique nuancée, insiste plus sur la méthodologie scientifique dans l'approche des conduites humaines que sur un stérile dogmatisme d'école.