

La petite revue de philosophie, 10, 67-81, 1989

Les fondements de la connaissance de soi du point de vue béhavioriste

Esteve Freixa i Baqué¹

La connaissance de soi est un sujet presque aussi ancien que l'humanité et, en tout cas, extrêmement présent déjà dans la civilisation grecque. Le célèbre «connais-toi toi-même» inscrit au fronton du temple de Delphes est arrivé jusqu'à nos jours comme un précepte de profonde sagesse.

Il n'est pas trop hasardeux d'affirmer que le but des toutes premières psychologies (ce qu'on pourrait appeler les «protopsychologies» et qui sont, en fait, des philosophies) était d'essayer de remplir cette mission, et il paraît alors logique que l'introspection, comme méthode de travail, ait joui d'une popularité et d'une légitimité sans conteste. Même autour de 1860, ce qui a été considéré (à tort) comme le début de la psychologie scientifique, c'est-à-dire la psychophysique, n'était qu'une tentative d'objectiver les sensations, autrement dit, un moyen d'améliorer l'introspection. Et certaines protopsychologies non encore tombées en désuétude (comme la psychanalyse, par exemple) continuent de privilégier cette méthode malgré toutes les critiques qui lui ont été adressées, notamment sur son caractère subjectif.

Il fallut donc attendre le vrai début de la psychologie scientifique, c'est-à-dire, l'émergence du béhaviorisme, pour reconsidérer le problème en partant du nouveau point de vue imposé par la définition de la psychologie non plus comme l'étude des sensations mais comme l'étude des comportements. Le «soi-même» de la maxime n'était plus le «soi-même interne», subjectif parce qu'inaccessible à autrui, mais le «soi-même externe», objectif parce que public. Nous allons donc commencer par examiner ce que recouvre l'expression «soi-même», et nous aborderons dans un deuxième temps les problèmes posés par le mot «connaissance».

1. Soi-même

1.1. De l'explication pré-scientifique à l'explication scientifique

À l'aube de l'humanité, les connaissances explicatives sur les phénomènes naturels étaient quasiment nulles, et se trouvaient remplacées par des explications mythico-religieuses (la foudre est un javelot lancé par les dieux, la peste une punition divine, etc.). L'observation systématique et l'empirisme commencèrent à générer un certain nombre de connaissances pratiques (comment allumer et maîtriser le feu, la façon de réussir certains alliages de métaux, l'art de polir des verres pour en faire des lunettes, etc.) bien avant que la chimie ou l'optique n'en fournissent les lois, c'est-à-dire, les vraies raisons. Et souvent, les explications fournies par la science contredisent celles forgées par «la sagesse populaire» et obligent les gens à changer leurs conceptions des choses. Ces changements ne vont pas sans d'énormes résistances, dans la mesure où les explications mythiques précédentes étaient vieilles de plusieurs siècles et semblaient donc définitives. Qui plus est, elles faisaient partie de la culture dans laquelle les individus -soumis tout d'un coup aux nouvelles explications- avaient été élevés, et, souvent, ces explications correspondaient à ce que le «bon sens» montrait: que la terre est plate, que le soleil, lui, tourne autour, etc. (À propos, une enquête relativement récente montre que presque 25% de la population française croit encore, malgré tout, que c'est le soleil qui tourne autour de la terre et non le contraire !)

Parfois, l'explication pré-scientifique des phénomènes de la nature générait des concepts explicatifs, des entités, des corps ou objets tout simplement inexistantes (tel le phlogistique des alchimistes) qui n'étaient avancés que pour masquer l'ignorance dans laquelle l'humanité se trouvait, mais qui finissaient par devenir des réalités indiscutables, des dogmes intouchables auxquels se heurtaient les explications scientifiques naissantes. En anticipant un peu sur ce qui va suivre, on peut affirmer que la majorité des

¹ Adresse électronique : esteve.freixa@u-picardie.fr

concepts explicatifs de la psychologie traditionnelle relèvent de cette catégorie, mais nous y reviendrons.

Dépouillés petit à petit par la science de toutes leurs possessions (le monde physique d'abord, puis le vivant, le corps humain enfin), les mythes et les doctrines préscientifiques se retranchèrent dans leur dernier bastion, l'inexpugnable donjon du «mental», domaine réputé inviolable, inaccessible à la méthode expérimentale, abordable seulement par l'introspection.

On comprendra sans doute mieux à présent l'importance de la révolution behavioriste et la vigueur des résistances qu'elle doit vaincre. En effet, jusqu'alors, à chaque fois que les explications mythiques reculaient, il leur restait des positions de repli où elles pouvaient survivre: le combat était long (parfois plusieurs siècles), mais la défaite n'était jamais totale, puisqu'elles pouvaient se réfugier dans d'autres domaines, de plus en plus difficiles (parce que plus complexes) à aborder par la science. Mais nous assistons aujourd'hui au dernier combat, et si le monde du mental, de la psyché, de l'esprit, peut être abordé par la science grâce à l'analyse expérimentale des comportements, alors il ne reste plus un seul domaine où les philosophies idéalistes puissent se réfugier. Elles se battent donc le dos au mur et un nouveau recul serait fatalement le dernier et définitif.

Cette situation désespérée explique en partie les réticences, peut-être plus fortes encore que par le passé, à adopter une nouvelle vision des choses, d'autant plus que le behaviorisme moderne n'a que cinquante ans d'existence, ce qui est véritablement peu lorsqu'on la compare à plus de vingt siècles de conceptions mentalistes. Qui plus est, les explications mythiques sont souvent plus poétiques, séduisantes et, surtout, valorisantes pour l'espèce humaine que les explications matérialistes que la science propose. En effet, il est plus valorisant de penser que la terre est le centre de l'univers, que l'humanité est la reine de la création et que notre personnalité commande nos actes plutôt que d'admettre que la terre n'est qu'une vulgaire planète du système solaire (lui-même n'étant qu'une partie infinitésimale de l'univers), que nos proches ancêtres étaient des singes et que nos comportements dépendent de leurs conséquences plus que de notre volonté.

Déjà, lorsque Newton proposa sa théorie de la lumière et des couleurs en termes de longueurs d'ondes suite à la décomposition du faisceau lumineux par un prisme, le grand poète Goethe publia une diatribe contre cette science qui enlevait toute poésie aux phénomènes qu'elle étudiait, en se plaignant, notamment, du fait que, désormais, un couple d'amoureux ne pourrait plus s'extasier devant un arc-en-ciel, aussi mirifique qu'il fût, sous prétexte qu'il saurait que ce ne sont que des vulgaires longueurs d'ondes. Comme si la connaissance d'un phénomène pouvait lui enlever sa beauté ! La seule chose que l'on ait enlevé est l'ignorance de l'humanité face à ce phénomène, et il faut plaider l'obscurantisme le plus rétrograde pour s'en plaindre. En revanche, avec une connaissance plus exacte de la nature de la lumière, non seulement on peut continuer à s'extasier devant un merveilleux arc-en-ciel, mais on peut aussi produire un rayon laser, chose tout à fait inimaginable en dehors de cette connaissance. (Le lecteur soucieux d'approfondir les aspects historiques de la science peut consulter, entre autres, les excellents ouvrages de Hull et de Kuhn, que nous citons dans notre bibliographie.)

1.2 Le behaviorisme et la connaissance de soi

Mais revenons au behaviorisme. Malheureusement, il n'est pas possible ici de faire le cours entier qu'il faudrait pour en exposer les détails, justifier les positions, démontrer les principes, expliquer les tenants et les aboutissants, etc. On trouvera à la fin de cet article une bibliographie recommandée. Il est donc fort possible que le lecteur, lui-même élevé dans une culture qui n'a pas encore, loin s'en faut, intégré la vision behavioriste du comportement, et qui a hérité de toute la panoplie traditionnelle de concepts explicatifs de la conduite humaine, ne soit pas du tout convaincu par le détour historique précédent de la justesse de l'affirmation «se connaître soi-même c'est connaître ses comportements et les circonstances qui les produisent». Et pourtant, c'est dans l'environnement -et non dans un être interne qui nous habiterait et nous gouvernerait, comme le veut le dualisme corps/âme, corps/esprit, comportement/personnalité, etc.- que se trouve la clé de nos comportements.

En effet, de la même façon que, au niveau de la phylogénèse, le milieu a sélectionné les espèces les plus adaptées, soumettant les autres à un procès d'extinction, l'environnement sélectionne aussi, au niveau de l'individu, les comportements les plus adaptés. Se connaître soi-même implique donc une

connaissance des circonstances qui précèdent nos comportements et des circonstances qui les suivent, le comportement étant, en quelque sorte, la résultante de tout cela. Et, dans la mesure où l'environnement est quelque chose d'externe, d'observable, n'importe qui peut l'étudier et connaître ainsi le comportement d'autrui. Souvent on reconnaît que, quelqu'un qui nous est proche, finit par nous connaître mieux que nous-mêmes (alors que, par définition, il ne peut pas accéder à notre introspection), puisqu'il a pu nous observer longuement sans être influencé par la subjectivité qui déforme souvent notre propre vision de nous-mêmes. Ainsi, l'accès à notre «monde interne» peut s'avérer une source de distorsion plutôt qu'un avantage lorsqu'il s'agit de bien décrire les circonstances qui entourent et gouvernent notre comportement. Et si, malgré cela, nous avons souvent l'impression que nous nous connaissons tout de même assez bien, c'est sans doute parce que nous avons, non le privilège de nous introspecter, mais le privilège d'observer nos comportements et ses circonstances bien plus souvent que les autres personnes, et dans des situations où nul autre ne nous observe.

1.2.1. Le statut épistémologique du «monde interne»

Mais le statut de ce que nous avons appelé, entre guillemets justement, «monde interne», est l'un des points capitaux de l'explication béhavioriste. En effet, tout et chacun a une expérience indiscutable de l'existence de la pensée, des sentiments, des désirs, etc., et le béhaviorisme ne les a jamais niés; il les a simplement mieux expliqués que les doctrines mentalistes traditionnelles et, surtout, en a redéfini le statut, les faisant «tomber» du piédestal des causes pour les transformer en simples effets (ou sub-effets, plus exactement), ce qui, encore une fois, inflige une blessure douloureuse au narcissisme de l'humanité qui se voit à nouveau dépouillée d'une de ces flatteuses visions d'elle-même dont elle s'était dotée au cours des siècles.

Voyons cela d'un peu plus près à l'aide d'un exemple: lorsque nous commençons à apprendre une langue étrangère, nous pensons en notre propre langue et nous traduisons ensuite en la langue en question; mais lorsque nous la maîtrisons parfaitement bien et que nous sommes insérés dans un pays qui la parle tout le temps, nous obligeant à l'employer sans cesse, nous finissons par penser en la langue étrangère. Il est évident dans ce cas que les modifications «internes» (la pensée) sont la conséquence, le «sub-effet» de modifications externes (la parole), et non le contraire. Nous finissons par penser en une autre langue à force de l'entendre (l'environnement) et de la parler (le comportement), et personne n'osera prétendre que si nous avons enfin réussi à parler une autre langue c'est parce que nous avons appris à penser en cette autre langue, car penser en une autre langue est le stade ultime, l'accomplissement de l'apprentissage d'une langue. On voit bien ici que ce qui a le statut de cause est le comportement (parler) et ce qui a le statut de conséquence est un élément du «monde interne» (la pensée), alors que les doctrines idéalistes et mentalistes prétendent le contraire. D'ailleurs, dans l'analyse expérimentale du comportement, la pensée est considérée comme du comportement verbal occulte (ou privé) et non comme un phénomène de l'esprit.

Cet exemple peut donc nous aider à comprendre le statut réel de ces variables internes et comment elles sont générées par le comportement et non le contraire. Ainsi, pour bien se connaître soi-même, il vaut mieux ne pas se tromper de cible et s'intéresser à ce qui fait que nous soyons ce que nous sommes, c'est-à-dire, nos comportements, plutôt qu'aux sub-effets qu'ils produisent, même si notre éducation, reflet de la culture mentaliste dans laquelle nous vivons encore, nous porte à l'attitude inverse.

Et pour terminer cette partie nous aimerions prendre un autre exemple, peut-être plus important, pour montrer à quel point la connaissance du monde en général et la connaissance de soi-même ne sont pas deux choses différentes mais deux choses relevant du même mécanisme: le façonnage par le milieu.

1.2.2. Comment apprenons-nous à décrire nos «états internes»?

Un enfant qui apprend à connaître les objets qui l'entourent, commence par les désigner par des mots, les mots qu'il a entendu prononcer en présence de ces objets. Ainsi, s'il voit une pomme, il va dire «pomme», et son entourage va le féliciter pour cette réussite dans la mesure où la pomme est un objet externe, public, qu'aussi bien l'enfant que ses parents peuvent voir, ce qui permet à ceux-ci de vérifier la correspondance entre l'objet désigné et le mot employé; si l'enfant avait dit «poire» en présence d'une pomme, son entourage l'aurait corrigé en lui disant «non, ceci n'est pas une poire mais une pomme», et

cela jusqu'à ce qu'il apprenne à distinguer les poires des pommes. Mais imaginons maintenant que l'enfant a mal au ventre, et que ses parents, ou le médecin, lui demandent de préciser s'il s'agit d'une douleur «sourde» ou d'une douleur «aiguë». L'enfant pourra difficilement transposer ces termes (qui, pour désigner des douleurs, sont d'ordre strictement métaphorique) à la sensation douloureuse qu'il éprouve, et, soit il dira «je ne sais pas, j'ai mal», soit il choisira au hasard l'un des termes que l'on lui propose, sans que son entourage puisse vérifier qu'il a choisi le bon, puisqu'il n'y a que l'enfant qui ressent la douleur en ce moment-là. Il se peut donc qu'il appelle «sourde» une douleur «aiguë» et vice-versa. Le caractère privé, non public, de la sensation de douleur empêche la communauté linguistique de corriger les erreurs que l'enfant peut commettre au moment de dénommer sa sensation, créant ainsi des sens différents pour un même mot ou des mots différents pour une même sensation.

C'est ainsi qu'on voit rarement quelqu'un demander à son interlocuteur: «Mais qu'entends-tu exactement par pomme?», alors qu'il arrive souvent qu'on soit à demander ce que des mots comme «douleur aiguë», «angoisse», «anxiété», etc. recouvrent exactement pour celui qui nous parle. Pire, si on ne le demande pas c'est parce que nous supposons que ces mots sont aussi univoques que «pomme», «chaise» ou «rouge», et qu'ils signifient donc les mêmes choses pour tous, alors que nous venons de voir qu'il est impossible de s'assurer qu'un individu donné utilise cette catégorie de termes à bon escient, il en résulte une réelle difficulté de communication, qui peut nous faire discuter pendant des heures de «l'angoisse» sans nous apercevoir que nous parlons de choses assez différentes pour chacun d'entre nous. Ceci explique également que souvent nous ayons du mal à traduire par des mots des sensations internes, d'où des expressions telles que: «Je le ressens très fort mais je ne saurais pas te l'expliquer», «ce que je ressens ne peut pas s'exprimer par des mots», «il n'y a pas de mots pour exprimer cela», etc. (expressions qui contribuent à augmenter le caractère hégémonique, primordial, essentiel, etc. des sensations internes, du «monde interne» que nous imaginons être la cause de nos comportements, alors qu'elles ne traduisent que la difficulté de la communauté linguistique à assurer la correspondance entre un mot et ce qu'il désigne lorsqu'il s'agit de phénomènes privés).

Cet exemple suggère donc que le processus de connaissance de l'intérieur de soi-même ne diffère de celui de la connaissance du monde externe que par un seul point : il est beaucoup moins fiable et forcément subjectif. Ce qui contribue à mettre en question encore une fois l'introspection et à comprendre pourquoi le comportement, élément public et objectif, doit constituer l'objet de la connaissance de soi.

2. Connaître

Nous avons annoncé au début de ce travail que nous aborderions le problème qui nous occupe en deux parties : que faut-il entendre par «soi-même» et que faut-il entendre par «connaître». Jusqu'ici nous avons essayé de répondre à la première question, bien que étant conscient que ces quelques pages ne suffiront pas à changer d'un coup des «mentalités» habituées depuis toujours à envisager les choses autrement. Puissent-elles au moins être un élément de réflexion et de discussion. Il nous reste donc maintenant à nous entretenir, de façon beaucoup plus succincte, de la deuxième interrogation.

Le lecteur qui a eu la bienveillance de nous suivre jusqu'ici peut se demander si les thèses que le béhaviorisme défend, et que nous avons essayé de résumer, ne s'effondrent d'elles-mêmes devant la simple existence d'activités mentales aussi primordiales que «connaître». La seule réponse que l'on puisse apporter à cette objection est que le problème est mal formulé du moment que l'on considère comme un fait incontestable que connaître est une activité mentale. Nous allons essayer de nous expliquer.

En principe, tout le monde est d'accord pour accepter que les substantifs désignent des objets, les adjectifs des qualités et les verbes des actions. Dans la phrase «je mange une pomme délicieuse», par exemple, «manger» est une action, «pomme» un objet et «délicieuse» un attribut de cet objet. Courir, sauter, regarder, etc. sont des actions, c'est-à-dire, des comportements. Pourquoi il en serait autrement pour certains verbes, comme penser ou connaître, par exemple? Nous avons évoqué plus haut le statut de comportement qu'il fallait attribuer à la pensée (comportement verbal occulte ou privé); il en est de même pour la connaissance : connaître est un comportement à part entière. Permettez-nous de justifier cette affirmation.

Imaginez un instant que vous êtes un instituteur (ou une institutrice) chargé(e) d'apprendre à des

enfants les tables de multiplication. Au bout d'un certain temps d'apprentissage, d'exercices, etc., vous souhaitez savoir si vos élèves connaissent à présent leurs tables ou bien s'il faut continuer l'entraînement. Allez-vous vous contenter de leur demander: «Eh bien, est-ce que vous connaissez maintenant vos tables?» Autrement dit, allez-vous leur demander s'ils possèdent une activité mentale appelée «connaître ses tables»? Vraisemblablement non. Vous allez leur demander de les réciter, de les écrire ou de résoudre des opérations nécessitant la connaissance des tables; autrement dit, vous allez leur demander d'émettre des comportements précis qui recouvrent l'expression «connaître ses tables». Et si, après avoir corrigé un élève qui s'est trompé un peu partout, il vous soutient fermement que c'est justement cela qu'il avait voulu dire, il est peu probable que vous admettiez qu'il connaît effectivement ses tables.

C'est un peu comme dans ce fameux sketch de Pierre Dac et Francis Blanche où un prétendu voyant extralucide joue à deviner des éléments de la vie des spectateurs; à un moment donné, son partenaire, qui évolue dans le public, s'arrête devant une personne, lui fait sortir sa carte d'identité, et, s'adressant au «voyant» qui est resté sur la scène, lui demande: «Pouvez-vous, grand maître, nous dire le numéro de la carte d'identité que j'ai dans ma main?». Le «voyant», après une «concentration» de quelques instants, répond: «Oui, je peux le dire» et son partenaire reprend: «Oui, messieurs dames, il peut le dire, il peut le dire !» et tout s'arrête là. Il est évident qu'il s'agit d'un gag, d'un bon gag même, dans la mesure où personne ne croit qu'il puisse le dire, car il ne l'a pas dit. Entre parenthèses, s'il l'avait dit, cela n'aurait pas plus prouvé qu'il était réellement un voyant extralucide, mais un artiste ayant mis au point avec son partenaire — qui, lui, voit le numéro de la carte — un subtil code de communication lui permettant de transmettre le numéro sans que le public s'en aperçoive, réussissant ainsi un bon «tour de magie».

On pourrait opposer à cette démonstration que, si nous ne nous fions pas aux affirmations verbales du type «oui, je connais mes tables» ou «oui, il peut le faire», ce n'est pas parce que nous considérons que connaître est un comportement, mais tout simplement parce que nous doutons de la sincérité de celui qui nous répond. Ce dernier pourrait très bien dire qu'il connaît quelque chose alors qu'il ne la connaît pas. Dans cette optique, connaître serait bel et bien une activité intellectuelle, mentale, dont le comportement qui la traduit publiquement pour la prouver n'est qu'une conséquence (je donne la bonne réponse parce que je la connais, mais la connaissance est préalable à la réponse, en est sa cause et, donc, n'est pas la même chose que la réponse, simple témoin de celle-là). Telle est, en effet, la conception traditionnelle de la connaissance. Mais encore une fois on prend les effets pour les causes et inversement. Rappelons-nous de ce qui a été dit pour l'apprentissage d'une langue étrangère : c'est lorsque nous la parlons bien (comportement) que nous pensons en cette langue (activité «mentale»); de la même façon, c'est lorsque nous avons longuement émis un comportement (réciter, répéter) les tables (ne serait-ce que «pour soi», nous avons déjà vu que le comportement verbal occulte -pensée- ne diffère en rien du comportement verbal public sauf en son degré d'accessibilité à autrui) que nous pouvons le considérer comme «intérieurisé», mais il n'est pas antérieur au comportement, il en est un sub-effet.

Ainsi, si nous demandons à nos élèves de nous dire combien font 5 fois 7 et non pas de nous affirmer qu'ils peuvent le dire, ce n'est pas seulement (mais aussi) parce qu'ils peuvent nous mentir mais, surtout, parce que connaître n'est rien d'autre qu'être capable d'émettre le comportement adéquat en présence de stimulus discriminatifs donnés. Par exemple, il ne suffit pas de connaître le mot «Barcelone» (tout le monde ne le connaît pas), il faut aussi être capable de le prononcer lorsque l'on vous demande: «Quelle est la ville où se dérouleront les Jeux olympiques de 1992 ?», et non pas lorsque l'on vous demande: «Dans quelle ville se sont déroulés les Jeux olympiques de 1936 ?».

Se connaître soi-même est donc un comportement (connaître) émis en présence de nos comportements (soi-même) qui jouent alors le rôle de stimulus discriminatifs. Évidemment, cette affirmation est beaucoup moins valorisante que les discours avancés depuis des millénaires par théologiens, philosophes et moralistes. Mais elle s'avère beaucoup plus exacte et, surtout, efficace. Dans le temps, on croyait que le soleil tournait autour de la terre et que le cœur était l'organe des sentiments; dans le langage courant on dit encore : «Demain le soleil se lèvera à 6 h 33 et se couchera à 20 h 28» ou «Je t'aime de tout mon cœur». Mais tout étudiant en géophysique sait que le soleil ne tourne pas autour de la terre, et personne ne s'inscrirait dans une faculté de médecine avec l'idée d'étudier comment l'amour siège dans le cœur. Espérons qu'un jour, pas trop lointain si possible, les étudiants de psychologie s'ap-

prêteront à investiguer le comportement et les circonstances environnantes plutôt que les mythes dualistes traditionnels. Seulement alors cette science connaîtra le développement et le niveau d'efficacité acquis par la géophysique, la médecine et les autres disciplines scientifiques.

Lectures recommandées :

- BÉLANGER, Jean. «Images et réalités du béhaviorisme» dans *Philosophiques*, 5,1978, p. 3-110.
- BERTHIAUME, François. *Introduction au béhaviorisme*, Montréal, PUM, 1986.
- DEMERS, Bernard. *Le béhaviorisme*. Montréal, Décarie, 1984.
- GUILBERT, Philippe et DORNA, Alejandro. *Significations du comportementalisme*, Bordeaux, Privât, 1982.
- HULL, Lewis W.H. *History and Philosophy of Science*, Londres, Longmans, 1959.
- KUHN. Thomas S. *La structure des révolutions scientifiques*, Paris, Flammarion, 1983.
- RICHELLE, Marc. *Le conditionnement opérant*, Neuchâtel, Delachaux & Niestlé, 1966.
- RICHELLE, Marc. «Le béhaviorisme aujourd'hui» (I et II) in *Psycho-ogia Belgica*, 14, 1974, p. 127-143 et p. 283-296.
- RICHELLE, Marc. *B.F. Skinner ou le péril béhavioriste*, Bruxelles, Dessart, 1977.
- SKINNER, Burrhus F. *Science and Human Behavior*, New York, McMillan, 1953.
- SKINNER, Burrhus F. *L'analyse expérimentale du comportement*, Bruxelles, Dessart, 1971.
- SKINNER, Burrhus F. *Au-delà la liberté et la dignité*, Paris, Laffont, 1976.
- SKINNER, Burrhus F. *Pour une science du comportement: le béhaviorisme*, Neuchâtel, Delachaux & Niestlé, 1979.
- SKINNER, Burrhus F. «Pourquoi je ne suis pas un psychologue cognitiviste» dans *L'Observation*, Neuchâtel, Delachaux & Niestlé, 1984.
- THIRIART, Philippe. «La connaissance de soi d'un point de vue socio-cognitif» dans *La petite revue de philosophie*, 10, 1989.