

Psychothérapie et rationalité

Alain Rakoniewski
Institut de musicothérapie de Nantes

Résumé : les théories psychanalytiques ignorent la spécificité et l'autonomie des processus cognitifs. Les recherches cognitivistes ont montré certaines particularités universelles du fonctionnement cognitif en situation de risque ou d'incertitude. Pour que de véritables enjeux de changement puissent se produire, le psychothérapeute doit maintenir, par une volonté scientifique, le système psychothérapeutique en situation d'incertitude, antagoniste d'une situation de risque où les événements possibles sont balisés, connus. Les biais cognitifs sont des éléments de l'Inconscient cognitif autonome et spécifique, différent de l'Inconscient freudien ; ils poussent thérapeutes et patients vers une rigidité de fonctionnement psychique. Dès lors, le psychothérapeute ne doit-il pas explorer ce fonctionnement cognitif, qui repose en partie sur les conflits entre biais cognitifs, représentation du risque, et représentation de l'incertitude ?

1- Théories psychanalytiques et cognitivistes

Comment différencier théories cognitivistes et psychanalytiques ? De quel modèle pouvons-nous disposer ?

Dans leur livre, Sciences cognitives, textes fondateurs, Aline Péliissier et Alain Tête situent, entre 1943 et 1950, la parution des premiers écrits constituant le creuset du cognitivisme, sous les signatures de McCulloch, Pitts, von Neumann, Turing, Shannon, Wiener ... Il s'agissait des prémisses de ce qui deviendra avec les conférences de Macy, Etats-Unis, (1946-1953), la première cybernétique, dont l'ambition était l'édification d'une science de l'Esprit, l'analogie machine logique et cerveau demeurant une hypothèse organisatrice de la théorie cybernétique. Elles ont réuni les premiers fondateurs, tout en élargissant la dimension pluridisciplinaire de la recherche ; ainsi les anthropologues G. Bateson et M. Mead ont participé à ces rencontres.

L'intelligence artificielle est une des branches des sciences cognitives, dont les travaux de Newell et H. Simon constituent de brillants développements ; les théories de ce dernier portant sur la rationalité et le traitement de l'information constituent un des cadres de notre réflexion.

Par cognitivisme, je désigne, les sciences cognitives contemporaines : "Les sciences cognitives s'imposent aujourd'hui comme un nouveau champ du savoir qui tente d'élucider par l'expérimentation, la modélisation et l'usage de technologies de pointe, le «Mystère de l'Esprit» dans ses rapports avec la Matière : le cerveau, le corps et l'ordinateur." Houdé et alii, 1998, Vocabulaire de sciences cognitives, pp. 1.

Les théories cognitivistes considèrent l'environnement, physique ou humain, comme un ensemble de contraintes et de paramètres poussant le sujet dans les voies de l'adaptabilité, de la connaissance, et de l'intelligence.

L'approche constructiviste de Piaget reposait déjà, comme l'ensemble de la psychologie cognitive contemporaine, sur le système dynamique que forment les concepts de représentation, d'action, et d'environnement (interne et externe). Les processus d'exploration produits par le sujet dirigent l'action vers l'environnement, et lui permettent la construction de représentations mentales de différents types. Les modifications apportées au système des représentations génèrent en retour des modifications dans le système des actions dirigées vers l'environnement (concept de *feedback*, négatif ou positif, de la cybernétique). La poursuite infinie de ce système d'interactions, qui construit graduellement la cognition (l'ensemble des connaissances du sujet relativement à son environnement, interne et externe), constitue le développement cognitif. Dans la théorie piagétienne, la construction de structures logico-mathématiques de plus en plus complexes, relatives à l'objet, au nombre, à la catégorisation, et au raisonnement, se fait par stades, datés en années et en mois. Cette conception du développement cognitif est linéaire, strictement cumulative, et est systématiquement liée à l'idée d'acquisition et de progrès : de l'intelligence sensori-motrice du bébé (sens et actions) à l'intelligence conceptuelle et abstraite de l'enfant et de l'adolescent.

Les données expérimentales plus récentes montrent qu'il existe chez le bébé des compétences cognitives beaucoup plus complexes, en terme de connaissances logiques et mathématiques, que celles postulées par Piaget. Malgré ses limites, d'exploration et de recherche active de l'objet dans l'environnement, le bébé construit des invariants cognitifs, en contradiction avec la thèse de Piaget, qui postule que la construction de la cognition suit les capacités d'exploration par le mouvement et d'action sur les objets. Ces travaux expérimentaux, ainsi que ceux concernant la cognition du fœtus, sont aussi en contradiction avec les théories psychanalytiques qui postulent une indifférenciation du bébé, et *a fortiori* du fœtus.

D'autre part le développement cognitif n'est plus conçu comme le simple jeu d'interactions entre un environnement et un sujet épistémique piagétien, où les variations intraindividuelles et interindividuelles seraient négligeables : les processus de construction de la signification (Bruner, 1990), de contextualisation (Bastien, 1997), d'inhibition/activation (Houdé, 1995), de cognition sociale, de métacognition, construisent un développement cognitif non-linéaire et dysharmonique.

Les théories cognitivistes intègrent une hypothèse fondamentale : la cognition repose sur un ordre symbolique, une distance représentative, où intervient une coupure sémiotique, qui sépare la représentation du représenté, le signe de ce qu'il désigne. Les représentations reposent sur des processus d'action-compréhension affectivement neutres.

Or, le signifiant représentation est commun aux théories psychanalytiques et cognitivistes, mais recouvre des concepts différents. En psychanalyse, la théorie lacanienne du Signifiant, les différents concepts freudiens de représentation, attestent de la complexité des rapports entre sens, parole, transfert et contre-transfert. Pour les théories psychanalytiques, au delà de leurs divergences, la

représentation est la trace d'un investissement libidinal du sujet, liée à l'affect, à la pulsion, au Désir.

2- Cognition et clinique freudienne

"La clinique c'est la reconnaissance, le respect et l'encouragement du sujet comme tel. C'est une critique radical du cognitivisme, qui prétend faire du sujet humain un automate que l'on dresse." Lapeyre M., Clinique freudienne, pp. 76.

Les théories psychanalytiques ont développé, sous diverses significations, le concept de contre-transfert ; je retiendrai ici principalement les propositions de H. Searles : le contre-transfert recouvre l'ensemble des pensées et actions du psychothérapeute vis à vis d'un patient et/ou groupe de patients. Dans un cadre de psychothérapie de groupe impliquant plusieurs psychothérapeutes, on doit considérer que le contre-transfert concerne aussi les actions et pensées vis à vis du collègue. Un travail de supervision (nommé aussi réflexion sur la pratique, régulation ...) contribue à permettre au psychothérapeute la construction de processus de délimitation et de construction du psychisme du patient. Lorsqu'ils s'appuient exclusivement sur des théories psychanalytiques, superviseur et psychothérapeute sont conduits à ignorer les processus cognitifs ou à les minimiser, c'est à dire, à les penser comme des manifestations de l'Inconscient freudien. Dans ce cas, aucune spécificité n'est accordée aux processus cognitifs, en conformité avec les théories psychanalytiques qui postulent que toute représentation mentale est la résultante de la singularité de la dynamique pulsionnelle de chaque sujet désirant.

Le point de vue psychanalytique dur considère que les opérations de cognition ne présentent pas un degré d'autonomie suffisant, car enchâssées dans les structures de l'inconscient freudien. De ce fait la clinique freudienne les ignore, et toute anomalie cognitive, d'apprentissage ou de traitement de l'information, sera considérée comme un symptôme dont la signification, le conflit intrapsychique masqué, est à mettre à jour.

Cette conception de la clinique freudienne paraît trop réductrice. Freud parlait de rendre conscient le refoulé, élucider l'incompréhensible, vaincre les résistances. Je voudrais proposer une approche freudienne de la cognition, qui permette, d'élucider l'incompréhensible de certains processus cognitifs, et de vaincre les résistances des psychothérapeutes vis à vis de l'inconscient cognitif et de ses symptômes.

3- Les biais cognitifs et les heuristiques

Un **bias cognitif** est une tendance systématique à prendre en considération des éléments non-pertinents pour la réalisation d'une tâche, et à ignorer inconsciemment les éléments pertinents. La conséquence du déclenchement automatisé et inconscient d'un biais cognitif est une réponse erronée, en contradiction avec la réponse, logique, rationnelle. Pour un sujet, dans un environnement de tâche donné, la **rationalité** est définie par la maximisation des effets positifs possibles, en utilisant le minimum de moyens nécessaires. Un biais cognitif n'est pas dû à des limites intellectuelles, mais à des modalités restrictives de traitement de l'information,

qui en fonction de la tâche **activent** systématiquement des capacités cognitives inadéquates, et **inhibent** celles qui devraient normalement être requises.

La construction scientifique d'une théorie des biais cognitifs a nécessité la possibilité de reproduire expérimentalement des environnements (l'espace de la tâche) pour évaluer, par des expériences répétées, les procédures de réponse des sujets, et les possibilités d'inhibition des biais par l'apprentissage. Ces expérimentations ont montré que les inférences cognitives de la grande majorité des sujets sont opposées aux inférences scientifiques et rationnelles.

L'analogie cerveau humain-ordinateur constituait le noyau dur des premières théories centrées sur l'étude des processus de traitement de l'information, et issues de la cybernétique ; le concept d'esprit logique, rationnel, en découlait. Le concept piagétien de sujet épistémique appartenait aussi à ce paradigme : théoriser la construction du sujet rationnel, de l'émergence des connaissances logico-mathématiques et de l'abstraction, était un enjeu scientifique majeur. La découverte et l'étude des biais cognitifs ont donc marqué une rupture épistémologique dans l'histoire du cognitivisme.

Bastien [1997] expose les résultats de recherches, portant sur le concept de contexte, qui se démarquent du paradigme cognitivo-informatique. Ces recherches portent sur les problèmes isomorphes : il peut s'agir par exemple, de trois versions différentes du problème de la tour de Hanoï qui peuvent donc théoriquement être solutionnées par un même nombre de coups (7) ; les données expérimentales montrent que ce n'est pas le cas (cf. Rakoniewski, 1999).

D'autres biais ont été étudiés par différents auteurs, et A. Weil-Barraï en énumère plusieurs dans L'homme cognitif. Par exemple, le **biais de conservatisme** se traduit par le fait que les informations nouvelles sont ignorées ou sous-estimées, les sujets recherchant plutôt les informations qui sont en concordance avec leurs jugements antérieurs.

O. Houdé [1995] étudie le **biais d'appariement**. Dans un premier temps les sujets doivent construire la configuration, (figures géométriques appariées deux à deux, parmi quatre possibles), respectant la consigne, "Si p (antécédent), alors q (conséquent)" ; par exemple "S'il y a un carré bleu à gauche, alors il n'y a **pas** de losange vert à droite". En fonction de l'organisation de l'expérience, une seule réponse correcte existe et 23 sujets sur 24 la trouvent. Mais si la règle devient "non-p, alors q", soit "S'il n'y a **pas** de carré rouge à gauche, alors il y a un cercle jaune à droite", seulement 7 sujets donnent une réponse correcte. 15 sujets donnent une réponse erronée : un carré rouge à gauche d'un cercle jaune. L'interprétation de ce biais cognitif repose sur l'hypothèse d'un traitement incorrect de l'information : les instances énoncées dans la règle (ici les formes géométriques et les couleurs) mobilisent toute l'attention du sujet, et les instances pertinentes (ici la négation "pas" accolée) sont ignorées par la mémoire de travail. Un travail d'apprentissage permet aux sujets d'**inhiber** le biais de raisonnement. L'imagerie cérébrale met en évidence un basculement dans l'utilisation des aires cervicales, des zones du cerveau activées lors de la lecture des mots de forme et de couleur (un réseau perceptif à la fois ventral et dorsal), vers la partie antérieure préfrontale du cerveau.

L'hypothèse développée par plusieurs auteurs, pour rendre compte des processus de biais, repose sur le concept d'heuristique. Une **heuristique** est pour

Kahneman, Slovic et Tversky [1982] une stratégie cognitive simple produisant des inférences acceptables par le système cognitif de l'individu. Elle s'oppose en partie à l'algorithme qui représente l'examen exhaustif de l'information disponible pour déterminer le choix optimal, rationnel. Le point faible de la procédure algorithmique est son éventuelle lenteur, voire son impossibilité, face à des systèmes très complexes. Les heuristiques permettent aux agents l'utilisation de procédures de connaissance et/ou de choix, les conduisant aux résultats désirés, grâce à une sélection 'intelligente' opérant un traitement non-exhaustif de l'information. Les heuristiques transforment l'espace de la tâche en un contexte, un espace subjectif de traits pertinents ; elles diffèrent des processus logico-rationnels de la démarche scientifique en simplifiant les représentations de l'environnement. Les heuristiques sont des processus non-logiques de traitement de l'information, mais elles n'appartiennent pas à la catégorie des jugements irrationnels, ou des jugements liés aux préjugés ou aux émotions.

Leur caractère universel, quasi irrépressible et incontrôlable, conduit à les considérer comme l'expression d'un **inconscient cognitif**. Elles sont des procédures cognitives normales que les sujets ne parviennent pas à inhiber, ou difficilement par apprentissage, même lorsque les paramètres de la tâche à réaliser l'exigent.

Kahneman, Slovic et Tversky [1982, 1990] proposent de considérer plusieurs heuristiques particulièrement opérantes dans les choix en environnement d'incertitude et de risque.

Heuristique de l'ancrage-ajustement (*anchoring*)

Dans les situations où cette heuristique opère, le sujet utilise dans son processus de traitement et de recherche de l'information une valeur initiale, un point de départ ou « ancre » ; il ajuste son processus à cette valeur initiale jusqu'à la valeur finale qui doit être cohérente avec l'ancre, ou fonction de l'ancre. L'ancre est déclenchée par l'espace de la tâche, les paramètres de la situation. L'ancre peut être suggérée par la formulation du problème. Elle peut aussi être le résultat d'un calcul partiel (plus ou moins mathématiquement exact) qui sert d'attracteur, contribuant à l'organisation du processus informationnel (traitement et recherche) ; le résultat sera une valeur finale concordante avec ce calcul partiel. L'ancre joue donc un rôle d'auto-organisateur cognitif liant et biaisant traitement et recherche de l'information.

Par exemple, considérez le produit suivant, et faites le effectuer mentalement dans un délai de 50 secondes ; noter les résultats :

$$2 \times 3 \times 4 \times 5 \times 6 \times 7 \times 8.$$

Demandez à d'autres personnes d'effectuez dans des conditions identiques le produit :

$$8 \times 7 \times 6 \times 5 \times 4 \times 3 \times 2.$$

Les expérimentations scientifiques ont montré que les résultats donnés dans le second cas par des sujets, connaissant la règle de la commutativité de la multiplication, étaient largement supérieurs. L'ancre est constituée par le résultat du produit des premiers termes, en allant de gauche à droite, à partir duquel est extrapolé intuitivement le résultat final. La valeur de l'ancre est largement supérieure dans le second cas, et l'heuristique de l'ancrage-ajustement conduit à une estimation largement supérieure.

Heuristique de la représentativité

Un objet ou un événement est attribué à une catégorie ou à un concept, dans la mesure où il présente des traits qui correspondent à ceux de cette catégorie, ou de ce concept. Pour Tversky et Kahneman [1983], les individus présentent des affinités marquées pour les raisonnements de types scénarios, moins abstraits que les raisonnements algorithmiques et extensifs : "L'heuristique de la représentativité favorise généralement les résultats qui font de bonnes histoires ou de bonnes hypothèses." [Tversky et Kahneman, 1983, pp. 311]

L'heuristique de la représentativité constitue une procédure cognitive métonymique permettant d'accéder à la représentation mentale d'un système à partir de la représentation de l'un de ses éléments. Il s'agit d'une procédure cognitive normale et universelle (le test de K-ABC comporte un sous-test évaluant cette capacité cognitive). Ainsi, c'est grâce à cette heuristique que l'on pose un diagnostic à partir d'un ensemble restreint de symptômes, mais que l'on peut mettre en correspondance avec la catégorie plus large et exhaustive des symptômes indicatrice d'un trouble. Mais le biais cognitif, une heuristique de la représentativité, peut conduire à la sur-valorisation d'un symptôme, et en conséquence à un diagnostic insuffisant, voire erroné, par arrêt prématuré de la procédure d'évaluation.

Heuristique de la disponibilité

Un objet ou un événement sera jugé comme un agent causal d'autant plus efficace qu'il est cognitivement ou perceptivement disponible. Les données peu accessibles en mémoire à Long Terme sont systématiquement sous-utilisées dans les tâches de jugement cognitif. Kahneman et Tversky ont effectué l'expérimentation suivante. On demande à des sujets de lire une liste de noms de personnalités, comprenant 19 femmes et 20 hommes, les femmes de cette liste étant plus célèbres. Un autre groupe lit une liste où les hommes sont les célébrités. Quand on demande ensuite aux sujets d'estimer s'il y avait plus d'hommes ou de femmes dans leur liste, les réponses sont corrélées à la variable 'célébrité' ; les noms de personnes célèbres sont cognitivement disponibles, reconnus par les sujets, et l'heuristique de la disponibilité biaise le jugement rationnel.

Contrairement à l'inconscient freudien, l'inconscient cognitif présente des manifestations cliniques universelles. Les manifestations cliniques de l'Inconscient freudien sont propres à chaque Sujet. Le système Inconscient freudien se décline différemment pour chaque individu. Les différents types d'heuristiques sont communs aux humains, et se manifestent de manière identique dans la résolution de tâches-types, reproductibles expérimentalement. Beaucoup d'opérations cognitives sont exécutées sans contrôle de la conscience ; la tendance du système cognitif inconscient est la rigidité et l'automatisme des processus de traitement de l'information. L'apprentissage, la découverte de nouveaux environnements (physique et psychique) nécessiteront la construction de procédure utilisant planification, métacognition, activation/inhibition ...

L'inconscient cognitif, sous sa forme d'heuristiques, se différencie d'une autre manière de son homologue freudien : dans les expérimentations il existe une minorité de sujets qui ne présente pas de biais cognitif, inhibant donc la logique de l'inconscient cognitif. De plus l'apprentissage peut réduire les biais cognitifs. Il

semble plus aisé de construire les procédures d'apprentissage que les techniques psychothérapeutiques et leurs protocoles de changement des structures psychopathologiques.

4- Risque ou incertitude

C'est sans doute la théorie des jeux initiée par von Neumann et Morgenstern en 1944 qui a le plus contribué à une clarification des concepts de risque et d'incertitude. C'est sur la base de cette théorie que sont formalisés mathématiquement les comportements rationnels en environnement de risque et d'incertitude limitée. Cette dernière recouvre les jeux à information incomplète (incertitude exogène), et l'incertitude comportementale endogène (le joueur anticipe les comportements rationnels possibles de l'autre, mais ne sait pas si l'autre fera de même le concernant, et si les anticipations formées ne sont pas identiques, y aura-t-il convergence vers une coopération ?).

Un **environnement de risque** est défini par la situation où l'agent rationnel connaît l'ensemble des possibles, l'ensemble des événements envisageables (nommés les états de la nature), et assigne à chacun de ces événements une probabilité d'apparition ; la somme des probabilités est égale à 1.00, traduisant mathématiquement l'hypothèse que l'ensemble des possibles est connu de manière exhaustive. Le produit mathématique de la probabilité par la valeur de l'événement possible forme un "poids décisionnel" permettant des comparaisons et des choix. La formalisation mathématique issue de la théorie des jeux est la théorie de l'utilité espérée. D'autres théories ont ensuite été produites pour intégrer les comportements non-rationnels dus aux heuristiques.

Un **environnement d'incertitude** caractérise la situation où l'agent rationnel ne connaît pas l'ensemble des possibles, et ne peut donc effectuer de manière fiable une distribution de probabilités sur les événements envisageables.

Le psychothérapeute est-il en situation de risque ou d'incertitude ?
Considérons l'ensemble des processus psychothérapeutiques (les deux autres dimensions du système psychothérapeutique sont, la définition, et les paramètres) ;

Deux dimensions organisatrices sont identifiables :

une dimension informationnel, cognitif : parler, faire quelque chose (communication informative)

une dimension interactif, identificatoire : parler à quelqu'un, faire quelque chose avec quelqu'un (communication interactive)

1- transfert et contre-transfert. Deux dimensions de l'empathie :

1) cognitive, traiter de l'information, et 2) psychoaffective, identificatoire

2- complexification du psychisme, création et développement des contenants psychiques, création et renforcement de l'identité des patients

2-1 découvrir ↔ recouvrir

2-2 maîtrise des conflits psychiques

2-3 rapports soma ↔ psyché, cerveau ↔ cognition

2-3 mise en ordre ↔ flou, organisation ↔ désorganisation, équilibre ↔

déséquilibre

3- théorie du psychisme : autonomie ↔ hétéronomie du psychothérapeute

4- aire thérapeutique, aire d'expérience (scène psychothérapeutique, *acting out*)

5- mise en parole et en acte des représentations sociales, des finalités, et des objectifs des patients et psychothérapeutes.

L'existence de ces processus est nécessaire pour que le système psychothérapeutique, les patients, et les psychothérapeutes se transforment et changent. Ces processus de changement nécessitent l'existence d'un certain degré d'incertitude. Pour le psychothérapeute, l'acceptation de l'incertitude est une volonté scientifique ; il doit considérer qu'il ne connaît pas tous les événements futurs possibles, ni l'ensemble des facteurs intervenant dans les processus psychothérapeutiques, et c'est en maintenant une incertitude que le système psychothérapeutique peut réellement s'auto-organiser et produire des événements-enjeux.

Par ailleurs, le psychothérapeute construit systématiquement des liens entre ce qu'il voit, entend, et ses connaissances théoriques concernant le diagnostic, la psychopathologie, le développement du psychisme humain. Il attribue à certains événements une probabilité subjective de réalisation ; il le fait en fonction de ses connaissances théoriques, et se situe ainsi dans un environnement de risques envisagés, d'événements probables. Les décisions prises tiendront compte des représentations de ces risques envisagés, certaines options seront écartées en fonction d'une application spontanée et inconsciente de la théorie de l'utilité espérée. Par exemple, en médecine, une opération chirurgicale lourde ne sera pas entreprise si le risque de mortalité est trop important, ou si le malade est trop âgé.

Le psychothérapeute ne peut donc pas espérer trouver une sécurité en adoptant soit un environnement de risque, soit un environnement d'incertitude. Ces deux cadres de pensée sont nécessaires. Dans la pratique psychothérapeutique, aucun paramètre ne peut organiser de manière intangible leur articulation et délimitation ; cette auto-organisation relève des processus psychothérapeutiques : évolution des connaissances théoriques, réactualisation des diagnostics, apparition d'événement-enjeux, évolution des représentations sociales ... Le psychothérapeute doit pouvoir accepter un certain degré d'incertitude scientifique, et concomitamment ne pas transformer un environnement de risque, en un ensemble de routines comportementales, par une légitimation pseudo-scientifique auto-référencée.

La volonté du psychothérapeute de demeurer dans une dynamique de recherche scientifique va se heurter à l'Inconscient cognitif qui menace de dysfonctionnement la rationalité requise. **Comprendre les biais cognitifs, peut contribuer à lui permettre de maintenir du côté de la rationalité, de la science, et de la connaissance, les éléments du système psychothérapeutique qui doivent y demeurer.**

5- Les biais cognitifs en environnement d'incertitude

Dans la recherche scientifique l'incertitude existe lorsque le chercheur ne connaît pas l'ensemble des facteurs intervenant dans un phénomène étudié, mais se pose néanmoins la question, forme l'hypothèse, de savoir si les variations d'un

facteur envisagé entraînent celles du phénomène étudié. Si le chercheur fait varier, ou observe une variation du facteur, que peut-il conclure de l'observation du phénomène supposé être lié à ce facteur ? Soit le tableau suivant formalisant les quatre cas possibles :

	Le phénomène ne varie pas	Le phénomène varie
Le facteur étudié varie	?	non-Infirmée
Le facteur étudié ne varie pas	?	?

Dans cet environnement, le seul cas décidable est 'le facteur varie et le phénomène varie' : dans ce cas l'hypothèse est **non-infirmée**, ce qui ne signifie pas du tout qu'elle est prouvée ; on dit qu'elle est confortée. Des expériences répétées, qui confortent systématiquement l'hypothèse peuvent conduire à admettre celle-ci, avec un risque d'erreur inconnu.

Par exemple, si la psychothérapeute considère un enfant Paul développant un fonctionnement psychotique important ; il s'agit d'hypothèses diagnosticales. Ce psychothérapeute forme l'hypothèse que toute augmentation de l'insécurité par modification des paramètres du cadre (le facteur étudié) peut entraîner des décompensations psychotiques -violences, identifications projectives ...- (le phénomène étudié). Lors d'une séance le psychothérapeute supprime un instrument, et le phénomène attendu se produit. L'hypothèse du lien entre le facteur étudié, la modification des paramètres du cadre, et le phénomène de décompensation psychotique n'est pas infirmée. Mais le lien n'est pas démontré non plus : le patient met peut être en scène un fonctionnement intrapsychique lié, à une rivalité avec un autre patient, ou à un événement antérieur à la séance ...

Néanmoins, il nous arrive bien souvent de considérer que le lien de causalité a été démontré, que notre hypothèse se trouve confirmée, que notre théorie trouve une validation, et que nos actions futures devront s'en inspirer, générant ainsi une spirale autoréalisatrice ; puisque je considère vraie l'hypothèse, mon comportement tendra à la renforcer (heuristiques).

Dans certaines situations, la seule attitude rationnelle est d'accepter l'incertitude, et beaucoup de démonstration qui nous semblent logiques et scientifiques sont en réalité les résultats de biais cognitifs : mise en concordance de l'information avec les connaissances antérieures, et négligence des éléments pertinents qui contredisent ces dernières.

Mais un environnement d'incertitude permanent nous placerait dans un processus infini de non-décision, une absence totale d'action, une impossibilité d'inscrire la psychothérapie dans une histoire, en un mot une absence de psychothérapie. Construire un environnement de risque est donc tout aussi nécessaire pour diminuer le degré d'incertitude.

6-Les biais cognitifs en environnement de risque

Par exemple, considérons, après observation et en fonction de nos connaissances, que l'hypothèse ci-dessus a une probabilité d'être vraie de 60 %. La

rationalité qui doit accompagner notre démarche dans ce cas de figure est l'analyse bayésienne : la théorie bayésienne repose sur la distinction entre probabilités *a priori* (celles que nous formons avant les tests par des observations et des expérimentations sur les états de la nature), et probabilité *a posteriori*, ces dernières étant déterminées par un calcul portant sur les probabilités *a priori* après observation des résultats de l'expérience, traitement des informations. Le cadre statistique bayésien doit permettre, de prendre des décisions rationnelles sur la base d'un ensemble d'informations incomplet, tout en offrant la possibilité de corriger cet ensemble et les décisions qui en découlent. Ainsi, en fonction des observations, si la règle bayésienne est respectée, la probabilité de 60 % sera corrigée, induisant des modifications de nos actions. En général, des biais cognitifs vont intervenir, conduisant, selon les caractéristiques de la tâche, à sous estimer les probabilités *a priori* ou celles *a posteriori*, éloignant les sujets d'un comportement de décision rationnel. Le rôle des différents types d'heuristiques a été mis en évidence dans de nombreuses expérimentations, et l'hypothèse d'une possible inhibition, par apprentissage, des biais cognitifs qui en découlent a aussi été confortée.

Mais les biais cognitifs se révèlent dans des situations de risque qui sont bien en deçà de la complexité du cadre bayésien. Le dispositif expérimental *infra*, proposé par Kahneman et Tversky [1987, pp.76] pour évaluer les «effet de cadre» (*framing*) constitue aussi une situation de risque où les probabilités sont connues des sujets, données dans le texte (N=152) :

Supposez que les USA doivent faire face à une famine imprévue en Asie, qui pourrait tuer 600 personnes. Deux programmes alternatifs pour lutter contre cette famine sont proposés. Les estimations scientifiques des conséquences de ces programmes sont :

si le programme A est adopté 200 personnes seront sauvées [72%]

si le programme B est adopté, il y a un 1/3 de probabilité que 600 personnes soient sauvées et 2/3 qu'aucune personne ne soit sauvée.[28%]

L'expérimentation est poursuivie avec d'autres problèmes, puis on pose aux sujets :

Supposez que l'ONU doive faire face à une famine imprévue en Asie, qui pourrait tuer 600 personnes. Deux programmes alternatifs pour lutter contre cette famine sont proposés. Les estimations scientifiques des conséquences de ces programmes sont :

si le programme C est adopté 400 personnes mourront [22%]

si le programme D est adopté, il y a un 1/3 de probabilité que personne ne meure et 2/3 de probabilité que 600 personnes meurent.[78%].

Alors que le jugement rationnel devrait demeurer le même, l'environnement ne changeant pas, A et C ou B et D, on observe un renversement des choix de A-C en A-D. K&T considèrent que ce manque de rationalité ressemble plus à "une illusion visuelle", une erreur perceptive, plutôt qu'à une erreur de calcul.

Palmarini [1995, pp. 41] propose un autre exemple issu des travaux de K&T : "On joue une pièce de théâtre que M. Leblanc aime beaucoup. Le billet coûte cinq cents francs, et bien qu'il ne soit pas riche, Leblanc décide de prendre deux places. Imaginez maintenant les deux situations suivantes :

1) Leblanc achète les deux billets très en avance, mais une semaine plus tard, il s'aperçoit qu'il les a irrémédiablement perdus ;

2) la veille du jour où il compte aller acheter les billets, Leblanc s'aperçoit que par suite d'une erreur comptable toute bête, il y a précisément mille francs de moins qu'il ne le croyait sur son compte bancaire.

Quelle est selon vous, la probabilité pour que Leblanc décide d'acheter deux autres billets dans le cas n°1 ?

Quelle est selon vous, la probabilité pour que Leblanc décide quand même d'acheter les billets dans le cas n°2 ?

Les sujets à qui on pose ces questions se trouvent ainsi dans un environnement de risque, et la probabilité de se retrouver avec mille francs de moins est la même dans les deux cas (1.00), c'est la certitude. Le point de vue rationnel doit conduire à l'indifférence entre les deux options. Or, une grande majorité de sujets pense que l'option 2 est la plus probable. Il existe un biais cognitif (*mental budget allocation*) qui crée une focalisation sur la somme déjà affectée, et génère une résistance à renouveler cette dépense. Ce biais conduit à préférer l'option 2, où il n'existe pas d'allocation budgétaire initiale déjà consacrée à l'achat des billets.

Si des biais cognitifs interviennent dans des tâches relativement simples, il est probable que les psychothérapeutes, confrontés à des environnements d'information incomplète seront largement exposés. Une attention soutenue s'impose dans l'examen des processus de raisonnement des psychothérapeutes ; ces derniers adoptent souvent la forme de la véracité statistique, sans en retenir les contraintes scientifiques. Pour être efficace et pertinente, cette attention nécessite une connaissance scientifique des biais et processus inconscients cognitifs. Le psychothérapeute doit pouvoir repérer les procédures de traitement de l'information inadéquates, et construire des représentations du risque suffisamment rationnelles pour soutenir ses processus de pensée et de rêverie.

7- Conclusion

Il est courant de penser que le plus grand risque pour le système psychothérapeutique est de disposer de connaissances ou d'hypothèses erronées que les biais cognitifs ne permettraient pas de corriger ; nous avons suggéré que le premier biais cognitif, en amont de ce cas de figure, consiste à transformer systématiquement l'incertitude scientifique en risque. Les biais cognitifs nous conduisent inconsciemment à produire des raisonnements que nous pensons être rationnels, créant des illusions de rationalité, voire de certitude.

Théoriquement, notre psychologie naïve (*folk psychology*) et nos connaissances scientifiques nous permettent de construire intentionnellement, et sans irréversibilité rigide, des représentations mentales et des contextualisations rationnelles, faisant de notre cadre de pensée un environnement de risque ou d'incertitude. Mais, devant l'ampleur des difficultés, il existe un risque pour le psychothérapeute de renoncer à mettre à jour ses biais cognitifs, exposant le système psychothérapeutique aux dérives paranoïdes de la certitude, de l'illusion de vérité, le patient servant de pseudo démonstration aux théories hasardeuses, à l'opposé de toute intentionnalité clinique.

Je proposerai donc une attitude clinique raisonnable : rechercher par des processus de supervision la mise à jour des biais cognitifs, en acceptant les limites de la tâche, une part de non-rationalité, et en considérant la dimension constructive, dynamique, des processus heuristiques.

Pour le psychothérapeute, une aide à la construction d'attitudes scientifiques est aussi à rechercher dans les processus de découverte scientifique et l'histoire des sciences, pas exclusivement dans les résultats et connaissances

scientifiques acquises. Houdé [1995, pp.123] considère que le développement cognitif fait coexister le "rationnel construit" et "l'irrationnel présumé révolu", comme chez un scientifique dont le comportement est toujours un peu erratique, "au sens où un jour ou l'autre, et malgré une rationalité incontestée, il lui arrive d'émettre une théorie délirante, de raisonner de travers, de mesurer avec des appareils défectueux, de conclure prématurément."

Ni le développement humain, ni le développement scientifique ne s'inscrivent totalement dans un modèle linéaire et majorant du temps : rationalité et biais de raisonnement, alternativement **activés** et **inhibés**, sont les éléments d'un système conflictuel et dynamique.

Références

- Bastien C., 1997, Les connaissances : de l'enfant à l'adulte, Armand Colin.
- Bruner J., 1990, Acts of Meaning, Harvard University Press ; 1991, trad. française, ... car la culture donne forme à l'esprit, Eshel.
- Damasio A. R., 1999, The Feeling of What Happens, Harcourt Brace & Compagny, New York ; 1999, traduc. franç., Le sentiment même de soi, Odile Jacob.
- Guerrien B., 1993, La théorie des jeux, Economica.
- Hogarth R. M., Reder M. W. (eds), 1987, Rational choice, The University of Chicago Press.
- Houdé O., 1995, Rationalité, développement et inhibition, PUF.
- Houdé et alii, 1998, Vocabulaire de sciences cognitives, PUF.
- Kahneman D., Slovic P., Tversky A., (eds), 1982, 1990, Judgment under uncertainty : Heuristics and biases, Cambridge University Press.
- Lapeyre M., 1996, Clinique freudienne, Anthropos.
- Neumann J. von, Morgenstern O., 1944, Theory of games and economic behavior, Princeton University Press ; 1953, troisième édition.
- Palmarini M.-P., 1995, La réforme du jugement ou comment ne plus se tromper, Odile Jacob.
- Rakoniewski A., 1999, "Discontinuité et contexte en psychothérapie", La revue de Musicothérapie, XIX, n°3, pp. 12-19.
- Searles H., 1981, Le contre-transfert, Gallimard.
- Tversky A. and Kahneman D., 1983, "Extensional Versus Intuitive Reasoning : The Conjunction Fallacy in Probability Judgment", Psychological Review, **90**, n°4, pp. 293-315.
- Weil-Barraï A., sous le Dir. de_, 1993, L'homme cognitif, PUF.
- Widlöcher D., 1996, Les nouvelles cartes de la psychanalyse, Odile Jacob.
- Winnicott D.W., 1975, Jeu et réalité, Gallimard.