

Les sciences du comportement et la domination adulte, une revue d'études scientifiques

par Marc-André Cotton*

Intervention au [Colloque Misopédie de l'université de Limoges](#) des 3 et 4 octobre 2024.

*Résumé : Cette présentation porte sur le béhaviorisme appliqué à l'éducation des enfants dans les programmes de formation à la gestion parentale. L'un des outils les plus populaires est le time-out, c'est-à-dire le retrait de l'attention des parents et l'isolement de l'enfant dans sa chambre, sur une chaise ou dans un coin. Mais la nocivité voire l'efficacité de cette mesure est encore débattue, en France notamment. L'exposé aborde l'histoire du béhaviorisme et ses fondements théoriques, les effets secondaires du time-out et l'évolution de son acceptabilité sociale. La recherche complète a porté sur une centaine d'études comportementales réalisées au cours des soixante dernières années et a été récemment publiée en deux volets dans *The Journal of Psychohistory*, Vol. 52, No 1 (été 2024) et Vol. 52, No 2 (automne 2024).*

Mots-clés : comportementalisme, conditionnement opérant, *time-out* ou temps-mort, Analyse appliquée du comportement, autisme, conformité, Adverse childhood experiences (ACEs), traumatisme, domination adulte.

Pour illustrer combien le jargon comportemental est aujourd'hui répandu, voici une courte réplique tirée de la première scène de la série Netflix *Designated Survivor*. Assise à Washington avec son mari – futur président désigné des États-Unis – Alex Kirkman parle au téléphone à sa fille Penny, qui se trouve à des kilomètres de là et ne veut pas s'endormir. La mère : « Non ! Ce n'est pas un quiproquo ! C'est "Tu fais ce que je dis quand je le dis, ou tu en subis les conséquences". » Ces quelques mots – « en subir les conséquences » – illustrent bien l'évolution de l'éducation des enfants depuis une centaine d'années.

Le concept de conditionnement opérant

Pendant des siècles, l'obéissance et la discipline ont été associées à l'usage de la violence physique. Mais dès les années 1920, dans son école expérimentale, le psychologue canadien William Blatz expérimenta l'isolement comme une alternative aux châtiments corporels (Blatz, 1930). La fessée n'était utilisée qu'en dernier recours. On conseilla aux parents d'enfermer leurs très jeunes enfants dans la salle de bain ou dans une autre pièce dépourvue de stimulation. Dans l'entre-deux-guerres, la mesure se répandit alors largement en Amérique du Nord. Une enquête réalisée en 2000 montra que 70% des parents utilisaient le *time-out* pour discipliner leurs enfants âgés de 19 à 35 mois (Regalado, 2004).

B. F. Skinner est l'inventeur du concept de conditionnement opérant – à savoir la manière dont un comportement peut être influencé par ses conséquences (Skinner, 1953). Il a jeté les bases de l'Analyse appliquée du comportement, une nouvelle discipline dont il sera question plus loin. Prenons par exemple un dispositif destiné à conditionner le comportement d'écoliers : une caravane garée dans la cour de récréation d'une école (Baer, 1961). Dans ce laboratoire, chaque enfant pouvait regarder des dessins animés et appuyer sur un levier qui distribuait des cacahuètes, tout en étant surveillé par deux expérimentateurs. L'auteur a suggéré

que d'autres études sur l'usage du renforcement chez les enfants devraient s'avérer utiles sur le plan pratique.

Des expériences troublantes sur l'autisme

La suite est un peu plus inquiétante. Dès 1961, Charles Fester expérimenta des renforcements tels que de la nourriture, des bonbons et des babilles appliqués à deux jeunes autistes (Fester, 1961). Les enfants ont été soumis à d'innombrables séances de conditionnement, dans une salle automatisée équipée de distributeurs. Ils ont fait des crises de colère, ont uriné sur les appareils, ont crié et se sont tapé la tête contre les murs, mais en vain. Fester suggéra d'utiliser des renforçateurs sociaux à la place des bonbons, c'est-à-dire l'isolement des enfants comme technique de conditionnement opérant. Il considérait l'enfant autiste comme un prototype de la psychose de l'adulte.

Jusque-là, le *time-out* était une pratique de conditionnement appliquée à des pigeons de laboratoire. Mais en 1963, le psychologue Montrose Wolf a utilisé le même terme pour désigner la pratique disciplinaire consistant à priver un enfant autiste de l'attention d'un adulte. Dans un article, il décrit comment le *time-out* a été appliqué à un garçon de trois ans et demi qui souffrait de crises de colère, de troubles du sommeil et de l'alimentation (Wolf, 1963). Wolf avait l'intention de modifier ces comportements en privant l'enfant de nourriture et en lui imposant des périodes de *time-out*. L'enfant a été soumis à plus d'une centaine de périodes d'isolement avant que la fréquence de ses colères ne diminue. Par la suite, Wolf a exprimé l'espoir qu'il devienne un citoyen productif.

L'âge d'or du béhaviorisme

En 1968, Wolf a fondé le *Journal of Applied Behavioral Analysis*, qui existe toujours. Il défendait la pertinence d'expériences menées sur des sujets uniques. Il voulait valider ses théories même au prix de biais fréquents dans l'analyse des résultats. Malgré cela, les procédures d'Analyse appliquée du comportement devinrent le pilier du traitement de l'autisme. Des abus furent signalés dans l'utilisation de procédures punitives telles que les chocs électriques, l'isolement et la privation de nourriture. Des systèmes de renforcement par jetons furent introduits dans les écoles pour accroître le travail scolaire et réduire les problèmes de discipline. Le *time-out* s'est rapidement étendu à la maison par le biais d'innombrables programmes de formation à la gestion parentale.

En 1978, pour prouver l'efficacité du *time-out*, le psychologue Steven Hobbs a tenté cette expérience avec 28 enfants âgés de quatre à six ans et leurs mères (Hobbs, 1978). Si les enfants n'obéissaient pas à des ordres maternels simples dans les 10 secondes, un *time-out* de 10 secondes, 1 minute ou 4 minutes était imposé avec cette simple explication : « Tu n'as pas fait ce que je t'ai dit tout de suite, alors tu vas devoir rester dans le coin pendant un certain temps. » Hobbs et ses collègues ont conclu que toutes les durées de *time-out* favorisaient l'obéissance.

Listes de contrôle du comportement de l'enfant

Au début des années 1980, les comportementalistes ont cherché à impliquer davantage les parents dans la mise en œuvre de leurs procédures de traitement. Des rapports quotidiens sur les comportements des enfants ont été introduits dans les familles. Les résultats ont ensuite été quantifiés, et ramenés à quatre ratios de comportements problématiques : « agressif », « immature », « non socialisé » et « revanchard » (Chamberlain, 1987). Les parents furent formés à interpréter les réactions de leur enfant selon la grille de lecture béhavioriste. On leur

apprit à ne pas se fier à leurs sentiments et à rester impassibles face aux émotions de leurs enfants. Cette forme d'endoctrinement a introduit ce qu'on appelle un biais de confirmation.

En second lieu, ces listes de contrôle ne mentionnent que les attitudes jugées indésirables, et non les attitudes souhaitables. Ce qui ouvre la voie à l'interprétation et tend à projeter sur l'enfant une image de « mauvais sujet » qui ne respecte pas les règles. Un autre problème est que les premières expériences comportementales n'ont jamais comparé cette approche de l'éducation des enfants avec d'autres approches favorisant par exemple la régulation émotionnelle et le développement de leurs compétences relationnelles.

Les études comportementales souffrent aussi de divers défauts méthodologiques comme la petite taille des échantillons, ou l'absence d'un groupe de contrôle. L'accent est mis uniquement sur la non-conformité. D'ailleurs, les raisons les plus fréquentes pour justifier le *time-out* sont « ne pas suivre les règles », « ne pas écouter » ou « tester les limites », c'est-à-dire transgresser l'ordre d'un adulte. Le comportementalisme ignore donc certaines dimensions essentielles de l'enfant : son développement physique et émotionnel, son affectivité, ses compétences interpersonnelles, etc.

Ce que les enfants disent du *time-out*

En 2000, une étude reconnaît qu'une mise à l'écart peut être blessante à plusieurs égards (Readdick et Chapman, 2000). Les enfants peuvent se sentir anxieux, rejetés, blessés ou humiliés à la suite d'un *time-out*. Ils ont tendance à intérioriser les étiquettes négatives, à se voir comme ils sont perçus et à réagir en conséquence. Dans cette étude, 42 enfants âgés de 2 à 4 ans ont été interrogés immédiatement après avoir subi un *time-out*. La plupart d'entre eux ont exprimé des sentiments très négatifs à l'égard de cette expérience et sur eux-mêmes.

L'atteinte à l'estime de soi s'est manifestée par le fait qu'ils se sont sentis seuls, mal aimés par leurs professeurs et ignorés par leurs camarades. Moins de la moitié d'entre eux se souvenaient du comportement qui leur avait valu cette punition. Ils étaient susceptibles de se replier sur eux-mêmes par la suite ou d'adopter d'autres comportements indésirables. Les conclusions préliminaires des auteurs de cette enquête furent les suivantes : « Il semble que les conséquences du temps-mort, pour de nombreux jeunes enfants, soient punitives plutôt qu'éducatives. »

L'importance de la régulation émotionnelle

Parallèlement, un nombre croissant de recherches en psychologie ont mis en évidence l'importance du contexte familial dans le développement de la régulation émotionnelle chez les enfants. Les réponses parentales qui ne soutiennent pas l'expression d'émotions négatives sont corrélées à des conséquences néfastes pour l'enfant. Une étude de 2002 portant sur 120 mères d'enfants d'âge scolaire a révélé que le soutien parental avait un impact sur la régulation émotionnelle mise en œuvre dans le cadre scolaire (Ramsden et Hubbard, 2002).

Les enfants dont les familles expriment une affectivité positive ont des interactions avec leurs pairs caractérisées par un comportement prosocial. Enfin en 2007, une revue de plus d'une centaine d'études de psychologie du développement a confirmé que le climat émotionnel de la famille, le style parental, la relation d'attachement et l'expressivité de la famille sont des facteurs qui influencent la capacité des enfants à réguler leurs émotions (Sheffield Morris, 2007). Une remarque pertinente a été faite lors du débat sur l'isolement des enfants à des fins punitives. « Les réactions négatives des parents aux émotions de leurs enfants sont associées à une faible qualité du fonctionnement social et à des difficultés de régulation émotionnelle. »

Faiblesse méthodologique

Comment les behavioristes ont-ils réagi à cet ensemble de recherches en psychologie du développement ? Ils n'ont pas révisé leur conception de la nature tyrannique de l'enfant, ni des moyens pour obtenir l'obéissance. Une étude réalisée en 1987 par Alan Kazdin sur le traitement des comportements antisociaux a conclu que la formation à la gestion parentale comprenant le *time-out* était « l'un des traitements les plus prometteurs pour les troubles du comportement » (Kazdin, 1987). À l'époque, Kazdin avait favorisé l'acceptabilité sociale du *time-out* et il est toujours l'avocat de ces programmes. L'un de ses livres vient d'être publié en France et a suscité des réactions favorables dans les médias.

Mais dès 1996, une méta-analyse a révélé que les comportementalistes revendiquaient des résultats basés sur des recherches qui ne répondaient pas aux critères d'acceptabilité scientifique (Serketich et Dumas, 1996). Sur un total de 117 études, seules 22 publications présentaient des résultats statistiques exploitables. Et la pertinence de leurs résultats n'a pu être évaluée compte tenu de la petite taille et de la variabilité des échantillons. Les résultats de petits échantillons ont été extrapolés, via leur taille d'effet, pour satisfaire à la validité statistique. Peu d'études ont évalué les programmes comportementaux par rapport à d'autres formes d'intervention ou effectué un suivi à long terme. Les auteurs eux-mêmes conclurent : « Il est donc difficile de tirer des conclusions solides sur l'efficacité et l'utilité clinique des programmes de gestion parentale. »

Un dernier argument en faveur du *time-out*

En 2006, une étude tenta de comparer les programmes comportementaux aux approches non comportementales, en évaluant leur suivi et en isolant les variables (Lundahl, 2006). Ses auteurs admirent que l'impact du traitement comportemental ne différait pas significativement de celui des programmes non comportementaux. Les auteurs suggèrent : « Pour maintenir le changement de comportement de l'enfant, les parents doivent donc persister dans une approche très structurée de la gestion de l'enfant, ce qui est une tâche ardue pour un parent très occupé. »

En d'autres termes, si les programmes de modification du comportement ne fonctionnent pas, c'est parce que les parents ne les appliquent pas correctement. Les promoteurs du *time-out* déplorent que les parents ne suivent pas rigoureusement leur procédure, comme dans une étude australienne publiée en 2011 (Morawksa et Sanders, 2011) : « L'utilisation efficace du temps mort implique un certain nombre d'étapes... » Le même argument est utilisé dans une étude de 2014 qui accuse Internet d'être à l'origine d'informations incomplètes et inexacts sur le *time-out* : « Aucune page web ne contient d'informations précises sur le temps-mort fondée sur des données probantes... » (Drayton, 2014). Enfin, ils invitent les parents à recourir aux conseils des pédiatres pour mettre en place des procédures de *time-out*. « En l'absence de conseils adéquats, les parents peuvent conclure que le temps-mort est inefficace... »

Le *time-out* est-il mauvais pour les enfants ?

Un argument a toutefois retenu leur attention : « Le temps-mort pourrait réactiver des expériences de maltraitance antérieures... » En réponse, ils ont simplement soutenu que l'exposition répétée à des procédures cohérentes de *time-out* pouvait atténuer cette réactivation traumatique, et même s'avérer thérapeutique. Mais la controverse ne fit que croître. Dans une récente étude australienne portant sur la question du *time-out* pour les enfants présentant des symptômes traumatiques, on peut lire la déclaration suivante : « Les affirmations selon lesquelles le temps-mort est nocif doivent être considérées comme extraordinaires et doivent donc être étayées par un niveau de preuve extraordinaire. »

Cependant, aucun niveau de preuve ne peut modifier le cadre théorique du béhaviorisme, ainsi résumé dans une étude de 1996 : « Le comportement humain est une fonction des contingences de renforcement et de punition auxquelles les individus sont exposés au cours de leurs échanges quotidiens avec l'environnement. » Le débat quitte alors le domaine de la science pour prendre une tournure idéologique (Serketich et Dumas, 1996).

Le *time-out* est-il une ACE ?

Le débat sur l'ostracisme et les Expériences négatives de l'enfance – en anglais Adverse childhood experiences ou ACEs – est né au tournant du millénaire. En 2003, une étude de neuro-imagerie menée par Naomi Eisenberger et ses collègues de l'UCLA a montré que les bases cérébrales de la douleur sociale sont similaires à celles de la douleur physique (Eisenberger, 2003). Elle mit en évidence une plus grande activité nerveuse dans le cortex cingulaire antérieur pendant l'exclusion et le même phénomène, dans le cortex préfrontal ventral droit cette fois. En d'autres termes, les sentiments très négatifs exprimés par les enfants soumis au *time-out* ont une base physiologique. Cela tend à démontrer sa nocivité pour leur équilibre psycho-affectif.

Des études plus récentes sur les effets de l'ostracisme ont confirmé qu'un épisode d'ostracisme, aussi bref soit-il, constitue une menace pour les besoins sociaux fondamentaux des êtres humains. Nous sommes des animaux sociaux et nous nous soucions beaucoup de savoir si nous sommes inclus ou rejetés par les autres. L'étude originale sur les ACEs a été réalisée entre 1995 et 1997 (Felitti, 1998). Il en ressort que 64 % des personnes interrogées ont déclaré avoir été victimes d'au moins une catégorie d'Expérience négative dans l'enfance, allant des abus psychologiques, physiques ou sexuels, au fait de vivre avec des parents toxicomanes. Elle montre une forte corrélation entre l'ampleur de leur exposition aux abus et la gravité de leur état de santé à l'âge adulte.

Ça n'est que très récemment qu'un comportementaliste a lancé un avertissement à ses collègues (Rajaraman, 2022). La discipline n'a pas encore défini ce qu'implique le fait d'être « informé sur les traumatismes ». Ils doivent éviter de retraumatiser les clients et reconnaître que « de nombreux comportements actuels peuvent être des moyens de s'adapter et de faire face à des expériences traumatisantes passées ». Cela me semble être un aveu tardif de mauvaises pratiques !

Merci beaucoup pour votre attention !

Marc-André Cotton*

© M.A. Cotton – 10.2024 / regardconscient.net

**Marc-André Cotton est psychohistorien et porte-parole de Regard conscient, un projet de recherche fondé en 2002 et consacré aux conséquences des violences éducatives ordinaires dans la continuité des travaux d'Alice Miller et de Sylvie Vermeulen. Il est l'auteur d'un livre sur les conséquences de la pédagogie noire pendant les années de la présidence de l'Américain George W. Bush et préside aujourd'hui l'Association internationale de psychohistoire.*

Bibliographie

- Baer, Donald M., "Effect of Withdrawal of Positive Reinforcement on an Extinguishing Response in Young Children", *Child Development*, March 1961, Vol. 32, N° 1, p. 67-74.
- Blatz, William E. et Bott, Helen M., *The Management of Young Children*, W. Morrow, 1930.
- Chamberlain, Patricia *et al.*, "Parent Observation and Report of Child Symptoms", *Behavioral Assessment*, January 1987, Vol. 9, N° 1, p. 97-109.
- Drayton, Amy K. *et al.*, "Internet Guidance on Time Out: Inaccuracies, Omissions, and What to Tell Parents Instead", *Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics*, May 2014, Vol. 35, N° 4, p. 239-246.
- Eisenberger, Naomi I. *et al.*, "Does Rejection Hurt? An fMRI Study of Social Exclusion", *Science*, October 10, 2003, Vol. 302, N° 5643, p. 290-292.
- Felitti, Vincent J., "Relationship of Childhood Abuse and Household Dysfunction to Many of the Leading Causes of Death in Adults. The Adverse Childhood Experiences (ACE) Study", *American journal of Prevention Medicine*, May 1998, Vol. 14, N° 4, p. 245-258.
- Fester, Charles B., "The development of performances in autistic children in an automatically controlled environment", *Journal of Chronical Diseases*, April 1961, Vol. 13, N° 4, p. 312-345.
- Hobbs, Steven A. *et al.*, "Effects of Various Durations of Timeout on the Noncompliant Behavior of Children", *Behavior Therapy*, September 1978, Vol. 9, N° 4, p. 652-656.
- Kazdin, Alan E., "Treatment of Antisocial Behavior in Children: Current Status and Future Directions", *Psychological Bulletin*, September 1987, Vol. 102, N° 2, p. 187-203.
- Lundahl, Brad *et al.*, "A Meta-Analysis of Parent Training: Moderators and Follow-Up Effects", *Clinical Psychology Review*, January 2006, Vol. 26, N° 1, p. 86-104.
- Morawska, Alina et Sanders, Matthew, "Parental Use of Time Out Revisited: A Useful or Harmful Parenting Strategy?", *Journal of Child and Family Studies*, February 2011, Vol. 20, N° 1, p. 1-8.
- Rajaraman, Adithyan *et al.*, "Toward Trauma-Informed Applications of Behavior Analysis", *Journal of Applied Behavior Analysis*, Winter 2022, Vol. 55, N° 1, p. 40-61.
- Ramsden, Sally R. et Hubbard, Julie A., "Family Expressiveness and Parental Emotion Coaching: Their Role in Children's Emotion Regulation and Aggression", *Journal of Abnormal Child Psychology*, December 2002, Vol. 30, N° 6, p. 657-667.
- Readdick, Christine et Chapman, Paula L., "Young Children's Perception of Time Out", *Journal of Research in Childhood Education*, December 2000, Vol. 15, N° 1, p. 81-87.
- Regalado, Michael *et al.*, "Parents' Discipline of Young Children: Results from the National Survey of Early Childhood Health", *Pediatrics*, June 2004, Vol. 113, N° 5, p. 1952-1958.
- Serketich, Wendy J. et Dumas, Jean E., "The Effectiveness of Behavioral Parent Training to Modify Antisocial Behavior in Children: A Meta-Analysis", *Behavior Therapy*, Spring 1996, Vol. 27, N° 2, p. 171-186.
- Sheffield Morris, Amanda *et al.*, "The Role of the Family Context in the Development of Emotion Regulation", *Social Development*, May 2007, Vol. 16, N° 2, p. 361-388.
- Skinner, Burrus F., *Science and Human Behavior*, Macmillan, 1953.
- Wolf, Montrose M. *et al.*, "Application of Operant Conditioning Procedures to the Behaviour Problems of an Autistic Child", *Behavioral Research and Therapy*, 1963, Vol. 1, N° 2-4, p. 305-312.