

Chapitre 2 : Approche clinique non psychanalytique :

Introduction :

Qu'est ce que la psychopathologie ?

- La psychopathologie est l'étude des troubles psychologiques.
- Elle est axée autour de tableaux cliniques, étudie les causes et les facteurs d'une maladie (=étiologie) et propose des traitements afin d'en venir à bout.
- La psychopathologie intègre le fait « Normalité – anormalité » :
On se considère comme normal mais ça évolue. Ça le reste, ou c'est parfois provisoire. (ex= lorsqu'on boit on entre dans la pathologie, dans l'anormalité).

Pourquoi s'intéresser aux Thérapies Comportementales et Cognitives (TCC) ?

- On estime à 5 ans le temps pour qu'une maladie mentale se soigne toute seule, donc, un médecin qui dit vous soigner entre 3 et 5 ans, ne vous soigne pas réellement.
- On s'intéresse aux TTC car elles ont une perspective de guérison rapide.

Qu'est ce que les TTC ?

- Ce sont des thérapies qui s'intéressent aux mécanismes de pensées, aux comportements ou encore aux émotions (récemment).
- Il existe trois points d'entrée pour ce type de thérapie :
 - o Comportementales
 - o Cognitifs
 - o Emotionnels
- Le point d'entrée varie selon les personnes (ex=il y en a avec qui travailler sur les émotions fonctionne mieux que d'autres).
- C'est une approche très créative.
- En TTC on utilise des questionnaires.
- Les TTC exposent les patients à leurs traumatismes

Tableau de comparaison entre les TTC et la psychanalyse :

Thérapies comportementales et cognitives	Thérapies psychanalytiques
Elles fonctionnent quoi qu'il arrive	Elles ne fonctionnent pas toujours
Elles soignent des pathologies en une dizaine de séances	Perspective de guérison lente (plusieurs années)
Un traumatisme vécu dans l'enfance ne produit pas nécessairement de pathologies futures	Un traumatisme vécu dans l'enfance produit forcément des pathologies futures
Evoquer le problème n'est pas l'outil thérapeutique	Evoquer le problème est l'outil thérapeutique
On parle de ce qui se produit maintenant	On pense qu'évoquer des pensées négatives de l'enfance peut produire des pensées positives
On ne parle pas de significations	On va chercher ce que représente une araignée pour un arachnophobe
Pas de précurseurs ou de fondateurs	S'inspire de thèse et de théories de plusieurs auteurs
On prend l'individu singulier et on étudie son problème.	

NB : Construire une alliance thérapeutique est obligatoire pour pouvoir soigner le patient. Elle constitue les mesures dans lesquelles le patient se sent en confiance, et dans lesquelles on procède avec le patient.

La classification internationale des maladies :

- La CIM regroupe les différentes pathologies (ex=Chapitre n°5, maladies psychiatriques).
- Elles constituent le B-A.BA des psychologues.
- Il existe de nombreuses critiques à l'égard de cette classification (ex=disent que ce n'est pas fiable, car ils estiment à 50% les malades).

I. Historique de l'évolution des TTC :

- Les TTC se sont effectuées au fil du temps selon trois vagues d'études.

1. L'étude des comportements (1920/1930) :

a) Ivan PALVOV, le conditionnement classique :

- PALVOL voulait au départ calculer le taux de salivation d'un chien devant sa nourriture mais il a fait une toute autre découverte : le conditionnement.
- Il s'agit d'associer un stimuli neutre/conditionnel (ici, un bol vide) à un stimuli inconditionnel (ici, la nourriture).
- En effet, à force de lier les deux, le chien finit par baver avant même de voir la nourriture, c'est à dire dès qu'il aperçoit un bol (=réponse inconditionnelle).
- PALVOL va alors aller plus loin : avant le bol, qui est donc devenu un stimuli conditionnel, il a fait résonner une cloche.
- On aperçoit que le chien finit alors par baver dès que la cloche retentit, avant même le bol, avant même la nourriture. Cela s'appelle la réponse conditionnelle (=la cloche devient un stimuli conditionnel).
- Le fait que le chien bave à la vue de la nourriture, c'est le réflexe inconditionnel. Et à la vue du bol ou à l'entente de la cloche, cela s'appelle le réflexe conditionnel.
- Ici on ne cherche pas à comprendre ce qu'il se passe dans la tête du chien. On étudie la relation stimulus/comportements.

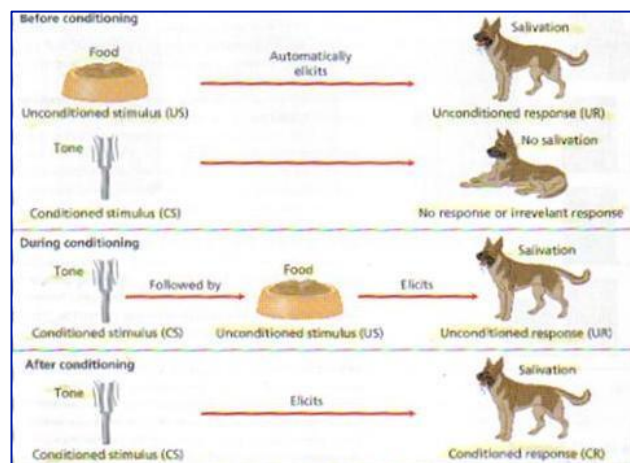
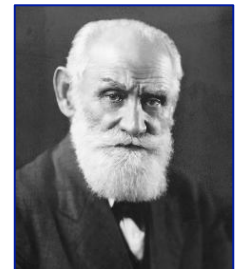


Schéma des différentes phases de l'expérience de PALVOV

Définition :

Béhaviorisme : Théorie basé uniquement sur l'étude du comportement.

b) John Broadus WATSON, un premier modèle de la névrose :

- Pour WATSON, tous les comportements humains sont expliqués par le conditionnement.
- Il a voulu appliquer la récente découverte du conditionnement dans une expérience sur l'étude de la peur chez un enfant de 11 mois (=expérience d'Albert).
- Durant l'expérience, à chaque fois que le bébé touche l'animal, on met un coup sur une cloche.
- L'enfant va associer le bruit qui lui fait peur aux animaux.
- Au final le bébé va développer une phobie des animaux, et de la fourrure.
- On résume l'expérience à l'aide du tableau suivant :



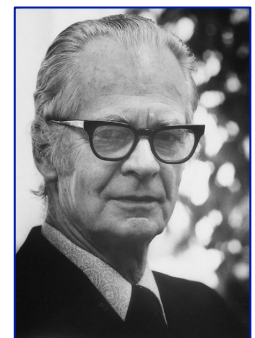
Phase 1	Stimulus neutre (=animal)	Réaction neutre (=pas de pleurs)
Phase 2	Stimulus neutre (=animal) + Stimulus inconditionnel (=cloche)	Réaction inconditionnelle (=pleurs)
Phase 3	Stimulus conditionnel (=animal)	Réaction conditionnelle (=pleurs)

- WATSON montre que la liée à un apprentissage (Cela n'est pas en rapport avec l'inconscient ou une explication symbolique).
- Il s'agit un stimulus qui est présent et qui s'assemble avec un autre. (=Association à un stimulus inversif).

2. L'étude des cognitions (années 1960) :

a) Burrhus Frederic SKINNER, le conditionnement opérant :

- Il est appelé aussi le conditionnement « skinnérien ».
- Pour SKINNER, si l'on fait un effort pour apprendre, c'est bénéfique.
- Sa théorie s'intéresse à l'apprentissage dont résulte une action, selon les conséquences de celle-ci rendant plus ou moins probables la reproduction du comportement.
- Ainsi, il existe 4 types de conditionnement opérant :
- Le renforcement positif : Procédure par laquelle la probabilité de fréquence d'apparition d'un comportement tend à augmenter suite à l'ajout d'un stimulus appétitif contingent à la réponse (Ex=Ajout d'une récompense, félicitations...).
- Renforcement négatif : Procédure par laquelle la probabilité de fréquence d'apparition d'un comportement tend à augmenter suite au retrait d'un stimulus aversif contingent à la réponse. (Ex=Retrait d'une obligation, d'une douleur.../vas ranger ta chambre ou tu ne pourras pas regarder les dessins animés).
- Punition positive : Procédure par laquelle la probabilité de fréquence d'apparition d'un comportement tend à diminuer suite à l'ajout d'un stimulus aversif ou conséquence aversive contingente au comportement cible. (Ex=Ajout d'une obligation, d'une douleur...)

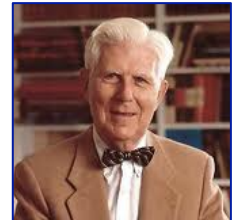


- Punition négative : Procédure par laquelle la probabilité de fréquence d'apparition d'un comportement tend à diminuer suite au retrait d'un stimulus appétitif.
(Ex=Retrait d'un privilège, d'un droit...).

3. L'étude des émotions (années 1990) :

a) Aaron Temkin BECK, l'anti-thèse :

- BECK réalise une expérience sur les rats dans un labyrinthe.
- Il met deux rats amis dans une cage, et de la nourriture empoisonnée.
- L'un mange la nourriture et meurt, l'autre ne la touche pas.
- On observe un apprentissage rapide qui ne s'explique pas par un conditionnement classique.



b) Albert ELLIS, les croyances :

- Très proche de BECK, ELLIS a parallèlement établi une thèse selon laquelle il faut prendre en compte les croyances des patients.
- Il réalise une expérience dans laquelle il demande à des personnes d'effectuer des calculs mentaux de manière contrôlé, automatique et rapide.
- Lorsque les personnes saturent, on leur demande de choisir un outil et une couleur.
- Ceux-ci vont majoritairement penser au marteau et à la couleur rouge.
- On explique cela par le fait que notre mémoire nous avons des schéma et notamment un outil de manière stéréotypé (=le marteau) ; la couleur, elle, varie plutôt selon les goûts et les cultures.



II. Le modèle bio-psycho-social :

- C'est un modèle fondamental en psychologie.
- Il soutient que le comportement humain est complexe et difficile à prédire à changer et à soigner.
- Il est composé de trois dimensions, qui caractérise les trois modes d'actions (dépendant de l'individu, on passe par le mieux adapté).

1. La dimension biologique :

a) Définition :

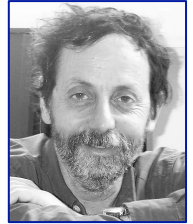
- Il s'agit du fait que nous possédons tous un cerveau, un corps, etc, mais que nous ne pouvons faire que certaines choses avec. (ex=on ne peut pas voler → Limite).
- Le lien entre la biologie et la psychologie représente une corrélation entre deux variables.

b) La contribution des facteurs biologiques :

- On estime que 50% du comportement humain est déterminé par les gènes.
- L'étude des gènes a été importante en psychologie à partir du moment où l'on a compris quel gène codait quoi etc.

c) Exemple :

- CASPI a montré que lorsqu'on subit un traumatisme, on développe un problème, si, et seulement si, génétiquement on a des allèles courts.
- Pour lui, plus les allèles de ses chromosomes sont longs, plus la personne va être résistante au stress.



2. La dimension psychologique :

a) Définition :

- Il s'agit des processus cognitifs qui se regroupent selon trois représentations :
 - Les émotions
 - Les cognitions (=pensées, rêves)
 - Les motivations (=énergies mentales)

b) La contribution des facteurs psychologiques :

- En psychologie nous sommes préparé pour certains apprentissages :
 - L'apprentissage préparé : Il s'agit du fait qu'à la naissance nous soyons prêt pour certains apprentissages.
 - L'apprentissage secondaire

c) Exemples :

- Julie fait des malaises à la vue du sang, car pour elle, le sang est synonyme de blessure forte et elle pense qu'il faut vite réagir.
- L'anxieux, lui, va constamment analyser les choses autour de lui et assimilé la moindre chose à se qui se rapporte à son idée que le monde est dangereux).

3. La dimension sociale :

a) Définition :

- Il s'agit de la communication, la culture et l'éducation.
- En d'autres termes, c'est tout ce que l'on a obtenu grâce à l'interaction avec autrui.
- En effet, nous sommes des êtres de relations.
- Les autres ont une grande influence sur nous, tout ce que l'on fait est en référence ou en opposition avec une norme sociale.

NB : Parfois, l'individu provoque une pathologie à cause du système. En systémique, on ne veut pas guérir le patient mais le système.

b) La contribution des facteurs culturels, sociaux et développementaux :

- L'environnement social peut être un facteur de protection de l'individu (=amis, activités) mais cela peut aussi être un facteur d'aggravation.



- Une même maladie mentale peut être causée par des causes différentes (=principe d'équi-finalité).

c) Exemples :

- En France, parler avec un fantôme n'est pas normal contrairement au Brésil, où cela est bien vu (=importance des normes sociales).
- Il y'a quelques années aux USA, l'homosexualité était vu comme une maladie (=psychanalyste influé par la société).

