

# L'ABC DU COMPORTEMENT<sup>1</sup>

Susan G. Friedman, Ph.D.,

Utah State University

*Publié dans Original Flying Machine, Issue 9, Nov-Dec. 2001*

*Présenté au Grey Poopon Challenge Conference, Dec. 2000*

## Contexte

J'ai eu un professeur de psychologie qui débutait chaque classe secouant la tête et scandant « *le comportement n'est rien s'il n'est pas complexe* ». Il n'a jamais si bien dit et quand on observe le comportement complexe de nos perroquets, on en a plein les bras. Avec la possibilité pour l'oiseau de faire du picage, de déchiqueter, découper, émettre des cris incessants, appeler, crier, hurler, sans oublier pincer, mordre, gruger, griffer, etc., je ne suis jamais certaine à qui demander de l'aide, Dr. Skinner ou Dr. Seuss<sup>2</sup>!!!

Réduire les problèmes de comportement apparaît particulièrement compliqué. J'ai cette image en tête du boulier avec des billes argentées que certaines personnes ont sur leur bureau de travail. Ces billes sont attachées par des fils à une structure. Au moment où vous tirez une des billes vers vous et la relâchez, les autres sont en mouvement et continuent de claquer les unes contre les autres pendant un certain temps avant de s'immobiliser. Comme cet objet, un comportement initie une cascade d'interactions perpétuelles, ce qui rend l'analyse d'un comportement isolé des autres complètement dénuée de sens. Le comportement fait partie d'un ensemble infini d'interactions réciproques incluant la génétique de l'individu, l'historique comportementale et le contexte environnemental dans lequel le comportement se manifeste.

Face à autant de complexité, il n'est pas étonnant qu'on se sente dépassé et démuné devant nos perroquets. Pour améliorer nos aptitudes à comprendre et influencer leurs comportements, nous avons besoin d'une approche systémique qui nous fournit une structure organisée et simplifie cette apparente complexité qui semble obscurcir notre vision.

## Aussi simple que ABC

Une telle approche servant à comprendre des comportements spécifiques est connue sous le nom d'analyse ABC. Pourquoi ABC? D'une part parce que cette méthode est le début de la compréhension, d'autre part les lettres tiennent lieu des trois éléments d'une équation comportementale qui inclut les **A**ntécédents – les comportements (**B**ehavior) – et les **C**onséquences.

---

<sup>1</sup> Traduction autorisée par l'auteure et effectuée par [Renée Gagnon](#)

<sup>2</sup> Dr. Seuss, dont le nom réel est Theodor Seuss Geisel, est un auteur américain célèbre pour s'être mérité 3 Academy Awards, un prix Pulitzer et de nombreuses autres récompenses. Reconnu pour avoir révolutionné la littérature jeunesse. (NdT)

Avec cette approche nous cherchons à identifier, à travers une observation méticuleuse, les événements et les conditions qui prévalent avant le comportement analysé – **ANTÉCÉDENTS**, ainsi qu'à l'identification des résultats qui suivent le comportement – **CONSÉQUENCES**. Cette simple analyse, jumelée à une capacité d'observation et une habileté à la résolution de problèmes, nous aidera à clarifier la façon dont les composantes de base du comportement sont inter reliées. C'est cette clarté qui nous amène à prendre conscience de certains faits et à l'élaboration de stratégies d'enseignement efficaces.

## **L'art et la manière**

L'analyse ABC s'effectue en six étapes. 1) Décrire le comportement ciblé en termes clairs et observables. 2) Décrire les antécédents, soit les événements et les conditions qui ont prévalu immédiatement avant le comportement. 3) Décrire les conséquences survenues immédiatement après le comportement. 4) Observer, en séquence, les antécédents, le comportement et les conséquences. 5) Imaginer, concevoir des antécédents et/ou conséquences pour enseigner de nouveaux comportements ou modifier les comportements existants. 6) Évaluer les résultats.

Prenons cet exemple : Veda, ma charmante perruche Alexandre, *Psittacula eupatria*, mord rapidement et avec force quand je lui demande de monter sur ma main à partir de l'intérieur de sa cage. Si on regarde le problème isolément, mais dans toute sa complexité, on pourrait émettre l'hypothèse qu'elle est agressive, territoriale, en période hormonale, sur la défensive ou encore, dominante. Elle pourrait aussi être récalcitrante, têtue, peu coopérative, ou simplement un oiseau gâté pourri!!! N'importe laquelle (ou même toutes) de ces hypothèses peut être juste et valable. Cependant, en terme de résolution de problèmes, ces hypothèses ne servent qu'à nommer un comportement, pas le résoudre. De plus, comme elles ne décrivent pas des comportements observables, on ne peut jamais être certains de la précision de l'hypothèse.

## **L'analyse ABC**

Ce qui suit est mon analyse du comportement de morsure de Veda, à l'aide de l'approche ABC.

Premièrement, situons le contexte : lorsque je demande à Veda de monter sur ma main à partir de l'intérieur de sa cage, elle me mord. Souvent, mais pas à chaque fois. Elle ne mord dans aucune autre situation ou circonstances. Elle le fait à n'importe quelle heure de la journée et avec tous les membres de sa famille. Veda s'exécute sans hésitation de tous les endroits incluant le perchoir situé sur le dessus de sa cage. De 3 à 4 heures chaque jour, elle joue sur son arbre-perchoir situé au salon, apprécie les

câlins et relaxe en lissant ses plumes, joue avec différents jouets et grignote aussi quelques aliments. Dans tous les autres aspects, c'est un compagnon hors pair.

#### Étape 1 : Décrire le comportement en termes observables

Veda ouvre grand les yeux, serre les pattes sur son perchoir, bouge son corps vers l'arrière et attend... Si je ne bouge pas ma main, elle la mord très fort.

#### Étape 2 : Décrire les antécédents

À chaque fois que je m'approche de la cage de Veda, je la salue pour qu'elle sache que se suis là. J'ouvre la porte de la cage puis, lentement, je place ma main devant elle et dit : « *Hop, Veda* ».

#### Étape 3 : Décrire les conséquences

Elle m'a mordue, je retire ma main (je suis fâchée et j'ai mal) et Veda reste dans sa cage. Dossier, ou devrais-je dire *porte close*.

#### Étape 4 : Examiner les antécédents, le comportement et les conséquences

À chaque fois que je m'approche de la cage de Veda, je la salue pour qu'elle sache que se suis là. J'ouvre la porte de la cage puis, lentement, je place ma main devant elle et dit : « *Hop, Veda* ». Veda ouvre grand les yeux, serre les pattes sur son perchoir, bouge son corps vers l'arrière et attend... Si je ne bouge pas ma main, elle la mord très fort. Elle m'a mordue, je retire ma main (je suis fâchée et j'ai mal) et Veda reste dans sa cage.

Arrêtons-nous un moment pour examiner les résultats de cette analyse, car ça m'a aidé à clarifier quelques éléments importants. Premièrement, loin d'être qualifiée de mordeuse ou d'avoir un problème de comportement dans le sens chronique du terme, j'ai appris que Veda répond par un ensemble précis de réactions en un endroit spécifique.

Avant d'analyser le comportement de morsure de Veda à l'aide de l'approche ABC, je n'avais pas réalisé qu'elle se contractait, reculait de son perchoir et écarquillait les yeux dans un vaillant effort pour m'aviser de me retirer. Remarquable!

Vu de cette façon il est clair que l'antécédent critique de la morsure n'est pas ma main dans sa cage mais bien d'ignorer le message non-agressif me demandant d'enlever ma main. Et c'est seulement lorsque j'ignore son message et que j'insiste, qu'elle a recours à la morsure. Alors qui a démarré la séquence? Veda ou moi?

Il est aussi évident qu'en retirant ma main et en la laissant dans sa cage, je renforçais le comportement de morsure. À chacune de ces interactions, j'enseignais involontairement mais de façon très explicite à Veda que mordre est un moyen efficace de me faire retirer ma main de sa cage; car m'aviser de façon non-agressive n'avait pas fonctionné. Je suis certaine qu'elle me dirait de ne pas prendre son geste « *personnel* », mais que j'étais... en quelque sorte « *bouchée* ». L'imaginez-vous en train d'expliquer ça à notre bébé cacatoès? « *Écoute-moi bien, peu importe que tu sois doux et gentil, les humains ne comprennent qu'une seule et même chose... CROCK . Pourquoi, c'est une vraie jungle ici* ».

#### Étape 5 : Imaginer, concevoir de nouveaux antécédents et/ou conséquences

Après avoir considéré différentes possibilités, dans ce cas-ci j'ai choisi de changer les antécédents pour diminuer les morsures de Veda. D'abord, je ne dis plus « *Hop* » lorsque je veux qu'elle sorte de sa cage. Au lieu de ça, le lui demande « *Viens-tu?* ». Si elle m'avise par son langage corporel que ça ne lui convient pas, je le comprends comme si elle me disait « *Non, mais c'est gentil de l'avoir demandé* ». Je retire alors doucement ma main de la cage. Par contre, je laisse la porte de la cage ouverte, lui permettant ainsi de sortir quand elle le veut. En plus, je lui ai enseigné à se percher sur un bâton pour les rares occasions où je dois absolument la sortir de sa cage. On pratique avec le bâton à quelques reprises durant la semaine. Et elle reçoit une avalanche de bisous et de bons mots pour la récompenser.

#### Étape 6 : Évaluer les résultats

Modifier les antécédents afin de diminuer les morsures de Veda a eu un grand succès. Bien sûr, il n'est pas surprenant qu'elle ne morde plus car, en tenant compte de ses avertissements, je ne lui donne plus l'opportunité, ou de raison, de le faire. Je continue de présenter ma main et lui demander si elle veut monter. Si elle se crispe, se retire ou tout autre manifestation, je retire ma main et vaque à d'autres occupations (changer l'eau, nettoyer les cages, vous connaissez??).

Et, fait très inattendu, c'est qu'après quelques mois, de ce changement qui lui laisse le choix de sortir quand et comme elle le désire, elle ne décline jamais mon offre de sortir de sa cage sur ma main. Elle choisit plutôt de monter sur ma main pour avoir un « *lift* ». Qui sait... la liberté de choix était peut-être importante pour elle; ou encore elle a bénéficié de l'emprise supplémentaire sur sa destinée. Son niveau de confiance a peut-être augmenté quand mon apparente dominance a diminué. Ce sont toutes de très intéressantes possibilités.

## **En guise de conclusion**

À mon avis, on se concentre trop sur les conséquences pour tenter d'influencer le comportement. C'est surtout vrai pour les comportements négatifs qu'on veut diminuer ou éliminer. De cette façon on se limite plus ou moins à récompenser ou à punir. Un des avantages de cette stratégie d'analyse fort simple est qu'elle prend sérieusement en considération les antécédents, c'est-à-dire ce que nous faisons pour promouvoir ou provoquer les comportements. Les antécédents devraient être organisés de façon à faciliter la manifestation des comportements souhaités. Agir de cette façon rend facile la sélection des conséquences – quand tous les comportements sont acceptables, les conséquences sont toutes positives. Je crois fermement (et mon expérience avec les enfants le prouve) derrière chaque comportement négatif, il y a des antécédents (un environnement) mal organisés.

Certains d'entre vous ont peut-être d'autres idées à ajouter à mon analyse ou d'autres solutions à suggérer. Il y a certainement plus d'une façon d'analyser efficacement une séquence comportementale et plus d'une solution pratique à une même situation. La bonne analyse et la bonne solution est celle qui

- produit le résultat escompté
- s'intègre bien dans la relation que vous et votre oiseau avez développée
- vous permet d'être à l'aise
- améliore la relation avec votre oiseau

Avec Veda, tous les critères ont été respectés. Dans notre enseignement, les seules limitations sont notre habileté à observer, notre créativité et notre capacité, notre désir de traiter nos perroquets avec respect et compassion.

Bien sûr, le comportement n'est pas toujours aussi linéaire qu'il paraît lorsqu'on l'analyse avec la méthode ABC, mais je pense qu'il faut réaliser qu'aucun d'entre nous, incluant nos merveilleux perroquets, n'agit en dehors de son environnement. Même si parfois analyser le comportement est comme marcher dans le hall des miroirs d'une fête foraine, il peut aussi être très linéaire. C'est à ce moment qu'une approche simplifiée d'analyse du comportement est juste ce qu'il faut pour améliorer notre compréhension et développer de meilleures stratégies d'enseignement.