



***HABITS: PRAGMATIST APPROACHES FROM COGNITIVE SCIENCE,
NEUROSCIENCE, AND SOCIAL THEORY. UN LIVRE DE FAUSTO
CARUANA ET ITALO TESTA, PUBLIÉ EN 2020***

Éric Sorita¹

¹ Ergothérapeute, Ph. D., formateur, filière ergothérapie, Institut de formation en ergothérapie, CHU Bordeaux, France

Adresse de contact : eric.sorita@chu-bordeaux.fr

La **Revue Francophone de Recherche en Ergothérapie** est publiée par CARAFE, la Communauté pour l'Avancement de la Recherche Appliquée Francophone en Ergothérapie

doi:10.13096/rfre.v10n1.258

ISSN: 2297-0533. URL: <https://www.rfre.org/>



Habits... est un livre collectif coordonné par Fausto Caruana et Italo Testa. L'objectif global du livre est de revisiter la notion d'habitudes (*habits*) au regard de ce qui est appelé le « tournant pragmatique » des sciences cognitives. Pourquoi se focaliser sur les habitudes ? Dans la philosophie héritée de Descartes, les habitudes ont toujours été considérées comme la portion congrue du fonctionnement humain, un fonctionnement de bas niveau, futile, sous la domination de l'esprit. Dans la pensée behavioriste, les habitudes ont été considérées comme des comportements réflexes surappris et réagissant à des stimuli environnementaux. S'érigeant contre cette pensée behavioriste, le cognitivisme a développé dans les années 50, à l'apparition de l'informatique, une représentation modulaire du fonctionnement mental où des représentations symboliques du monde sont stockées dans des modules hautement spécialisés. La production motrice n'est alors que le résultat de cette pensée modulaire fondée sur des représentations symboliques. Dans ce mouvement cognitiviste, les habitudes ont cependant continué d'être définies comme des productions basées sur la répétition de schémas d'action automatisés et peu coûteux cognitivement. Elles ont été opposées aux comportements intentionnels mobilisant des ressources cognitives et de résolution de problèmes dans des contextes ou des environnements moins familiers.

Cette définition de l'habitude, plutôt associée à une activité automatique et de bas niveau, reste encore très prégnante dans nos cultures occidentales marquées par le cartésianisme, notamment dans le domaine de la santé. Cependant, les avancées neuroscientifiques actuelles remettent au goût du jour une pensée alternative développée par différents courants philosophiques apparus à la fin du XIX^e siècle, comme la philosophie pragmatique et son hypothèse fonctionnaliste posée notamment par James, Peirce ou Dewey pour la philosophie américaine (Cometti, 2010), ou plus récemment, la phénoménologie et son hypothèse fondée sur la primauté de la perception, avancée par des philosophes comme Bergson, ou Merleau-Ponty. Dans ces philosophies, l'action située (c'est-à-dire s'exprimant dans un contexte spécifique), est considérée comme étant à l'origine de l'esprit et non pas comme le produit de celui-ci. L'objectif principal de ce livre est de montrer en quoi les habitudes, en créant des régularités et de la continuité dans le monde dans lequel nous vivons, constituent ainsi la structure de base de notre identité de fonctionnement et de nos pensées individuelles et sociales.

Le tournant pragmatique des sciences cognitives s'appuie sur la théorie des 4E, théorie qui dans ce livre est remise en perspective selon ces philosophies de l'action. La théorie des 4E constitue le cadre permettant de saisir les conditions qui vont contribuer au développement de la cognition. Celle-ci n'est plus considérée comme une instance qui produit de l'action sur la base de représentations symboliques de la réalité (pensée cognitive initiale), mais comme un système autonome qui s'auto-organise et émerge de la transaction personne/environnements. Ces quatre E signifient *Embodied*, pour l'inscription sensorimotrice de l'action ; *Embedded*, pour dire que l'action est située ; *Extended* pour indiquer que les environnements sont aussi des soutiens de la cognition ; et enfin *Enactive*, pour signifier que la cognition est un système complexe, auto-organisé, autonome, qui se construit en permanence dans l'action. À travers ces quatre principes qui coexistent, l'habitude devient contributive du développement de la cognition, de l'identité, de l'expérience, et de notre façon de décoder le monde qui nous entoure. Du point

de vue de l'ergothérapie et de la recherche en science de l'occupation, nous trouverons dans cette théorie et ses principes de quoi soutenir notre façon de penser l'occupation tant sur le plan du fonctionnement individuel que du fonctionnement social. On notera notamment de nombreux points communs avec la pensée des pionnières américaines de la science de l'occupation (notamment Elisabeth Yerxa, Florence Clark, Ruth Zemke, à retrouver sur la chaîne YouTube USCChanOSOT [2019]), du Modèle de l'Occupation Humaine (MOH) de Kielhofner qui s'est essentiellement structuré autour des philosophies pragmatiste et phénoménologique, et des approches transactionnelles plus récentes mais fondées sur des principes proches où l'action n'est pas séparée de l'environnement.

Le livre est en anglais, édité en 2021 par Cambridge University Press. 28 auteurs travaillant dans différents domaines (neurosciences, philosophie, sciences humaines, médecine...) et issus de nombreuses facultés à travers le monde ont contribué à cet ouvrage. Il fait 468 pages et est subdivisé en trois parties.

La partie 1 traite de l'incarnation (*embodiment*) sensorimotrice de l'habitude qui est avec l'énaction un des deux piliers de la théorie des 4E. Après une remise en perspective de l'habitude selon la philosophie pragmatiste et quelques explications sur la place centrale des ganglions de la base dans la formation des habitudes, celles-ci sont évoquées du point de vue du lien qu'elles constituent avec le soi (*self and habits*). Dans tous les cas, l'habitude est une caractéristique de notre fonctionnement qui offre de la stabilité et une continuité temporelle, dans un environnement aux contingences variables et changeantes. Une contribution singulière dans cette partie est celle de Katsunori Miyahara *et al.* (*What the situation affords : Habit and heedful interrelations in skilled performance*) qui développent la notion de « situation » et évoquent le fonctionnement habituel selon deux modalités. Une modalité rattachée au *flow*, c'est-à-dire à l'équilibre entre les compétences individuelles et les exigences environnementales, nommée « *mindless coping* » que nous pourrions traduire par adaptation inconsciente du comportement. Et une modalité nommée « *heedful performance* » en relation avec la notion de conscience dans le comportement habituel. La notion d'habitude a, selon ces auteurs, été sous-théorisée du fait de son association au behaviorisme et à l'idée que l'habitude était une activité répétitive et automatique réagissant à des stimuli environnementaux. Cependant, le quotidien oblige une adaptation consciente permanente. Les auteurs de ce chapitre nuancent ainsi les notions de comportement automatique et de *flow* en citant différents exemples rappelant les nécessités adaptatives inhérentes à nos immersions dans les activités et environnements du quotidien. Il y a beaucoup de références à Dewey et Merleau-Ponty dans ce chapitre, ainsi qu'à des auteurs plus contemporains pour alimenter la réflexion.

La partie 2 traite de l'énaction des habitudes dans l'esprit et le monde. Les deux premiers chapitres (chapitres 7 : *The backside of habit* ; et 8 : *Habit, ontology, and embodied cognition without borders*) traitent notamment de l'habitude et du *background* de l'action, mais dans une démarche plutôt épistémologique montrant l'importance de s'extraire du dualisme corps-esprit, de bien comprendre la notion d'intentionnalité du point de vue de la théorie des 4E et non du point de vue du représentationalisme (la cognition fondée sur des représentations). On peut évoquer rapidement ici cette différence fondamentale en disant que l'intentionnalité dans la théorie des 4E, ce n'est plus ce qui est guidé par la représentation (interne), mais ce qui est guidé par l'objet

(externe). Des concepts comme celui d'objet ou d'expérience renvoient à l'abord transactionnel d'un organisme dans un environnement. En filigrane de cette partie, la notion d'énaction soutient l'idée que l'habitude est basée sur la répétition d'agirs qui doivent être plutôt considérés comme un processus adaptatif permanent des organismes vivants pour agir dans certains contextes (« ... *as adaptive capacities of living organisms that are exercised in particular contexts* » [p. 219]). La dimension adaptative permanente renvoie à la notion de processus et de temporalité de l'habitude, là où l'activité réflexe comportementaliste fige les connaissances et les rendent inflexibles.

Toujours dans la partie 2, la contribution de différents auteurs, par exemple celle de Hutto et Robertson (Clarifying the character of habits : Understanding what and how they explain), évoque le débat considérant l'habitude en tant qu'activité intelligente ou non. Pour certains auteurs, l'habitude « is an obstacle to reflection and a threat to freedom », une activité inintelligente, alors que dans d'autres approches, les habitudes « are central to human nature » et plus précisément « the living, dynamic embodiment of our intelligence and our desire ». La dimension énaactive de l'habitude lui rend ses lettres de noblesse en reconnaissant son intelligence flexible, adaptative aux multiples variations des contextes d'actions et s'inscrivant dans l'activité intentionnelle (au sens de la théorie des 4E).

Enfin, la partie 3 du livre traite de l'*embodiment* social et culturel de l'habitude. Elle est remise en perspective selon les théories sociales et du lien entre le biologique et le social. La contribution de Shannon Sullivan, notamment sur le vieillissement (*Habit and the human lifespan : Toward a deweyan account of aging and old age*), s'appuie sur l'approche transactionnelle de Dewey pour dire que le biologique est toujours biopsychosocial et qu'il est, selon Dewey, « *inextricably interwoven with economics, political and cultural features of human life* ». Par ailleurs, la contribution de Fingerhut (*Habits and enculturated mind : Pervasive artifacts, predictive processing, and expansive habits*) aborde la façon dont l'habitude associe conjointement l'environnement socioculturel et le fonctionnement psychocorporel. Il évoque le concept d'habitude expansive (« *expansive habit* ») en explorant plus précisément la dimension perceptuelle de l'habitude en relation avec les objets culturels (« *cultural artifact* »). Ainsi, reprenant l'approche de Dewey, l'habitude est centrale pour notre esprit et notre perméabilité culturelle.

Pour conclure, dans sa dernière contribution, le coéditeur principal de ce livre et philosophe Italo Testa (A habit ontology for cognitive and social sciences), argumente en faveur d'un modèle pragmatiste d'interactions inspiré par Dewey. Ce modèle permet de relier ontologiquement les sciences cognitives, marquées initialement par une conception individualiste et centrées sur une compréhension décontextualisée du fonctionnement des individus (nommées approches internaliste et représentationnaliste), et les sciences sociales. Dans cette approche pragmatiste des interactions, les habitudes sont des actions incarnées (embodied) distinguant trois dimensions de l'incarnation : neurale, fonctionnelle et phénoménologique) dans le fonctionnement de l'organisme et situées (embedded) dans les pratiques sociales étendues (extended) à l'environnement naturel et social avec lequel nous interagissons. L'auteur replace ici la théorie des 4E qui différencie fondamentalement l'approche cognitive conventionnelle et encore très dominante, où la cognition est fondée sur des représentations symboliques du monde, et l'approche énaactive, où la cognition se construit et s'amende en permanence au fur et à mesure de nos expériences dans le monde.

En conclusion, quel peut être l'intérêt de ce livre pour les ergothérapeutes et la science de l'occupation ? Dans la vidéo citée plus haut, Elisabeth Yerxa évoque la vigilance adoptée au moment de la fondation de la science de l'occupation à son ancrage dans la réalité plutôt qu'au développement d'idées intellectuelles et trop abstraites. Dans ce livre centré sur le tournant pragmatique des sciences cognitives, des neurosciences et des sciences sociales, nous retrouvons cependant des fondations intellectuelles et fondamentales qu'il est important de reconnaître dans nos conceptions de l'occupation. Ce livre n'est pas écrit par des ergothérapeutes, mais il souligne l'intérêt porté par d'autres scientifiques des sciences humaines ou sociales à des notions qui structurent notre abord de l'occupation. D'autre part, il est intéressant et utile de renouer avec ces fondements philosophiques pour ne pas oublier que l'ergothérapie et la science de l'occupation ont un ancrage épistémologique fort et original (on pourrait même dire alternatif à la culture cartésienne) qui a des implications sur notre façon de considérer l'homme dans son environnement. Ces racines épistémologiques, qui ne sont pas forcément partagées ni culturellement ni dans les organisations de santé expliquent peut-être pourquoi l'ergothérapie et la science de l'occupation sont mal perçues ou mal comprises, ou encore, pourquoi l'abord de l'activité quotidienne peut sembler insignifiante, peu intéressante et peu épanouissante pour l'être humain. Nous avons les fondements théoriques et scientifiques pour penser le contraire concernant la centralité du fonctionnement habituel dans la structuration fondamentale de notre façon de penser et d'agir. Il est de ce fait important d'intégrer ces différences, cette originalité conceptuelle, pour savoir positionner l'apport et la complémentarité de nos interventions dans un contexte culturel qui n'est pas forcément partagé.

Enfin, un dernier aspect, mais non des moindres à mon avis, est de ne pas oublier que le fonctionnement humain, habituel, occupationnel, est le résultat de processus diversifiés rappelés notamment par la théorie des 4E. Lorsque nous recherchons les liens entre occupation et santé, il semble important de comprendre ces enjeux sous-jacents aux plans individuel et social. Cela relève de la démarche scientifique, selon une analyse fidèle à nos fondements. Le livre présenté ici est une réflexion partagée par différents scientifiques et universitaires. Si on considère ce tournant pragmatique, c'est-à-dire la remise en question confortée par les apports des neurosciences d'une culture et de représentations ambiantes, alors le monde de la santé comme le monde social vont être influencés par cette évolution. Il y a là une chance et un risque pour l'ergothérapie et la science de l'occupation. La chance, c'est de voir émerger une culture plus proche de notre façon de penser et donc une meilleure compréhension et reconnaissance de ce que nous faisons. Le risque est de ne pas savoir communiquer en s'appuyant sur ces connaissances partagées pour faire le lien avec la science de l'occupation. Comment les autres pourraient-ils nous reconnaître si nous restons trop centrés sur nous-mêmes et sur notre science ? Il faut, à mon avis, montrer que nous savons de quoi nous parlons dans cette culture émergente. Des livres comme celui-ci nous en offrent l'occasion.

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- Cometti, J.-P. (2010). Qu'est-ce que le pragmatisme ? Gallimard.
- USCChanOSOT. (2019). 30 Years of USC Occupational Science (Long Cut) [Vidéo]. YouTube.
<https://www.youtube.com/watch?v=wsV5VzlahkA>