



Disponible en ligne sur

**ScienceDirect**  
www.sciencedirect.com

Elsevier Masson France

**EM|consulte**  
www.em-consulte.com



Entretien

## La primauté des comportements automatiques. Entretien avec Yves Agid



### *The primacy of automatic behavior*

Y. Agid<sup>a</sup>, L. Poenaru<sup>b,\*</sup>

<sup>a</sup> Institut du cerveau et de la moelle épinière, hôpital Pitié-Salpêtrière, 75013 Paris, France

<sup>b</sup> Centre médical de Peillonex, 67, rue de Genève, 1225 Chêne-Bourg, Suisse

**Liviu Poenaru (L.P.) : Yves Agid, vous êtes professeur émérite de neurologie et de biologie cellulaire, neuroscientifique et membre fondateur de l'Institut du cerveau et de la moelle épinière à la Salpêtrière (Paris). Vous êtes auteur notamment du *Cerveau subconscient : le cerveau et ses erreurs* paru chez Robert Laffont en 2013. La psychanalyse, nous dit Freud, est à la fois un procédé d'investigation des processus psychiques et inconscients, une méthode de traitement et une série de conceptions théoriques ayant trait au psychisme. Ma première question est : que pensez-vous de la scientificité de la méthode psychanalytique de recherche — que je distingue de la rencontre clinique — et comment pourrait-on développer la culture scientifique de cette discipline qui se fonde sur la relation et qui est au croisement de variables multiples ?**

Yves Agid (Y.A.) : La qualité majeure pour moi de l'approche psychanalytique se reflète dans la notion d'inconscient qui n'est pas freudienne initialement, mais que Freud et l'école française de l'époque, avec Pierre Janet notamment, ont exploitée de manière miraculeuse. Dans l'inconscient freudien, il y a l'idée sous-jacente fondamentale qui est celle du refoulement. L'astuce de Freud a été, à la différence de Pierre Janet, d'en construire une approche clinique et thérapeutique. Je rappelle que Freud était prudent et que vers la fin de sa vie il a expliqué que les interprétations qu'il donnait de l'inconscient n'étaient que des interprétations et qu'il espérait que la science du futur remettrait en cause sa théorie avec ses corollaires ; il considérait par ailleurs qu'il s'agit d'une approche typiquement scientifique puisqu'il n'y a pas de vérité scientifique en soi, ce ne sont que des vérités successives qui se détruisent les unes les autres pour essayer d'approcher une grande Vérité. C'était vraiment un grand mouvement de pensée.

Pour des raisons historiques et politiques diverses, notamment en France, surtout après la guerre des mouvements psychanalytiques, tout cela a abouti à des idéologies différentes. Je n'ai rien contre des hypothèses, mais à partir du moment où ces hypothèses de travail deviennent des dogmes, c'est une approche qui n'est plus scientifique. J'ai été moi-même éduqué, en tant que jeune neurologue et psychiatre, dans cet esprit-là ; il faut dire qu'à

l'époque tous les étudiants étaient investis par l'approche psychanalytique qui était dominante. Personnellement, j'ai vécu les changements ultérieurs avec difficulté. C'est toujours pareil : quand il y a de grands mouvements, après il y a des balkanisations et cette balkanisation des disciplines s'est traduite par la séparation de la psychiatrie et de la neurologie, quelque chose contre lequel j'essaie de lutter. Dans le domaine de la psychiatrie, les différents mouvements se traduisent d'ailleurs par l'existence de nombreuses sociétés aux conceptions parfois les plus différentes. La psychiatrie notamment dite académique et les praticiens psychanalytiques ont créé une situation marécageuse et d'opposition qui est mauvaise pour la psychiatrie à un moment où justement les neurosciences permettent de commencer à comprendre comment un cerveau fonctionne et comment il dysfonctionne éventuellement. Dans ces conditions, en oubliant toute une série de concepts psychanalytiques avec lesquels je ne suis pas toujours d'accord, je pense que ce qui reste fondamental c'est l'inconscient freudien avec l'idée du refoulement ; à savoir qu'un évènement précoce au cours du développement d'un individu peut créer des désordres émotionnels — disons psychiques au sens large du terme — qui font que ces évènements précoces peuvent jouer un rôle à l'âge adulte car ils ont été refoulés, oubliés. Ils ont été mémorisés mais oubliés et refoulés dans un inconscient dont on ne sait pas très bien ce qu'il est.

**L.P. : Est-ce que vous pensez que l'amnésie infantile — que vous connaissez — est liée au refoulement ?**

Y.A. : Je ne sais pas répondre à cette question. Ce que je sais c'est que le psychothérapeute habile peut faire ressurgir des évènements du passé qui sont généralement très douloureux et angoissants pour le malade. Il peut effectivement aider certains patients à se débarrasser de symptômes « névrotiques », essentiellement de l'angoisse.

**L.P. : Vous développez, dans votre livre *L'homme subconscient : le cerveau et ses erreurs* le concept de subconscience et ses mécanismes. Pouvez-vous nous expliquer votre point de vue quant à la subconscience et quels sont les points de rencontre avec l'inconscient freudien ?**

Y.A. : J'ai proposé, dans ce livre, une hypothèse à laquelle je me sens assez attaché parce que je pense qu'elle a une certaine solidité

\* Auteur correspondant.

Adresse e-mail : liviu.poenaru@gmail.com (L. Poenaru).

comme hypothèse de travail. L'inconscient freudien avec son idée de refoulement est une chose qui n'a pas pour l'instant de substrat organique cérébral, on ne sait pas où se trouve l'inconscient dans le cerveau. Vous me direz que le seul fait de poser la question fait référence à un certain localisationnisme ; on n'a aucune idée de la physiologie, ou de la physiopathologie de l'inconscient freudien souffrant. Alors que le concept de « subconscience » peut aider. Le subconscient pour moi ce sont tous les comportements automatiques surappris qui existent chez tous les animaux — à partir des poissons probablement — et qui existent en permanence chez nous. Un des plus élémentaires est la marche. Le bébé apprend à marcher à un an et quand vous marchez vous ne faites pas attention, vous ne vous dites pas « tiens je marche ». Je peux vous parler et on peut marcher ensemble et je ne penserai pas que je marche ; je ne me rends pas compte que je marche, je n'y prête pas attention. C'est un comportement automatique non conscient. C'est le cas aussi pour des comportements élaborés comme la conduite automobile. Imaginons que nous sommes tous les deux dans une voiture, vous êtes à côté de moi, nous parlons, je conduis, il y a des voitures partout, des feux rouges qui s'allument ou qui s'éteignent, il y a des touristes qui traversent, des voitures en travers, etc. Mon attention est tournée vers vous, nous parlons, je concentre mon intellect sur ce que je vais vous dire et en même temps je fais quelque chose d'extraordinaire : je conduis ma voiture sans m'en rendre compte.

**L.P. : C'est le subconscient qui prend les commandes.**

Y.A. : J'appellerais cela simplement des comportements automatiques qui ont été surappris. La marche, je l'ai apprise à un an. La conduite automobile à 18 ans. Et il y en a plein d'autres : l'écriture, le sport, la danse, etc. En parlant avec vous, j'essaie de me concentrer sur ce que je vous dis mais mon élocution (par mobilité de ma langue et de mon larynx) fait que tous les mots sortent automatiquement. Je ne m'en rends pas compte. Ça sort tout seul. Et cette subconscience est différente de ce que j'appelle la « préconscience », que certains appellent l'état de conscience, tout simplement. Dans la préconscience, c'est la même chose mais ce n'est pas automatique. Je ne me rends pas compte que je vais dire quelque chose, mais ce n'est pas automatique. Cette préconscience est elle-même différente de la « conscience », aussi appelée « conscience réflexive ». La conscience pour moi, c'est une réflexion sur ce qu'on fait, sur ce qu'on pense, sur ce qu'on perçoit, sur simplement le fait d'exister. Comme je dis, la conscience c'est « je pense que je pense ». Alors que la subconscience c'est : « je ne pense pas que je pense mais je pense ». Ce comportement subconscient est pour moi le plus important dans la vie humaine. Pourquoi ? Pour deux raisons :

- la subconscience est permanente et présente chez tous les animaux, ce qui d'ailleurs pose des problèmes éthiques vis-à-vis des animaux ;
- c'est le meilleur reflet de la personnalité et c'est là qu'on rejoint la psychiatrie et la psychanalyse.

En regardant les gens qui sont simplement naturels, leur manière de faire des gestes, de parler, de se promener, de dire des choses automatiques de la vie... tous ces comportements routiniers permettent de juger la personnalité notamment en regardant le visage et aussi la gestuelle, ou en écoutant la parole, etc. Or ces comportements automatiques, on sait comment ils sont produits. Ils sont gérés, pour l'essentiel, par 1/50<sup>e</sup> du poids du cerveau de l'homme (avec ses 85 milliards de neurones), c'est-à-dire deux petits groupes de structures qui se trouvent au centre du cerveau, appelés les noyaux gris centraux.

**L.P. : Ces noyaux font-ils partie du cerveau reptilien ?**

Y.A. : Une partie du cerveau reptilien, pourrait-on dire, alors que le cortex cérébral, l'enveloppe qui entoure notre cerveau, permet

d'avoir un comportement non automatique, notamment le cortex frontal — derrière le front — qui nous donne la possibilité de dire des choses qui ne sont pas simplement routinières et automatiques. Il y a un dialogue entre les deux en permanence. Mais même en état de préconscience (subconscience non automatique) je suis toujours en comportement automatique. Je distingue aussi deux situations de subconscience : soit cette subconscience est intentionnelle (une intention c'est un vouloir avec un but), soit elle n'est pas intentionnelle. Un comportement subconscient intentionnel c'est, comme je disais, la marche ou la conduite automobile. Pour le comportement subconscient non intentionnel, il y en a deux cas : soit je me rappelle, soit je ne me rappelle pas. Cette fois, je n'ai pas d'intention, je n'ai pas de but, mais je suis tout de même en comportement automatique.

**L.P. : Y a-t-il un but inconscient ou subconscient alors ?**

Y.A. : Vous allez voir, ce comportement est subconscient non intentionnel, mais je me le rappelle. Alors que dans l'inconscient freudien, je ne suis pas dans une intention. Quand je refoule au départ, je n'ai pas voulu refouler, je ne me suis pas dit « je vais refouler ». Si la porte s'ouvre et qu'il y a un lion qui apparaît, vous allez fuir mais vous allez vous le rappeler. Vous aurez eu un comportement automatique, certes mais non intentionnel.

**L.P. : Est-ce une réaction réflexe ?**

Y.A. : C'est plus compliqué qu'un réflexe, c'est un comportement. Un réflexe est une réponse involontaire à un stimulus. Ici, c'est un comportement qui peut même être complexe. Vous pouvez avoir un comportement subconscient non intentionnel, mais vous pouvez ne pas vous le rappeler... Si vous ne vous rappelez pas, il y a deux cas : l'infraconscience et l'inconscient freudien. (1) L'infraconscience c'est quand vous faites passer, par exemple, une image pendant 1/10<sup>e</sup> de seconde dans un film (des images subliminales). On peut montrer que le cerveau a enregistré quand même, il a une tendance statistique à enregistrer alors que l'on en avait absolument pas conscience. Et ça, vous ne vous le rappelez pas.

**L.P. : Est-ce que cela peut apparaître dans le comportement ?**

Y.A. : Cela n'a pas été prouvé, à ma connaissance. (2) Vous pouvez avoir ce comportement subconscient non intentionnel que vous ne vous rappelez pas, mais le psychothérapeute va vous faire rappeler quelque chose, la chose refoulée. Ce sont les événements du passé qui sont enfouis dans la cave, comme disais Freud, et que l'on peut faire ressurgir. La démonstration scientifique de tout cela est très difficile, personne n'a jamais réussi à le montrer, mais je trouve que c'est une idée que le bon sens invite à considérer avec attention. Et donc pour moi l'inconscient freudien est une « subconscience oubliée qui n'était pas intentionnelle ». Le travail du psychothérapeute consiste à remonter cette chaîne jusqu'à ce que cela redevienne conscient.

**L.P. : J'ai l'impression que toute votre réflexion explique l'existence du refoulement, que l'on peut appeler autrement...**

Y.A. : La démonstration de l'existence du refoulement, à ma connaissance, n'a jamais été scientifiquement établie. Mais je pense que le bon sens invite à penser que c'est vrai. Ainsi, lorsque j'ai des malades qui en ont besoin, je les envoie à des collègues médecins psychanalystes... parce que je trouve que les psychanalystes écoutent les malades et je crois que cet aspect de la psychothérapie est fondamental.

**L.P. : En tous les cas votre positionnement démontre, comme Freud l'a fait, la primauté des processus inconscients sur les processus conscients.**

Y.A. : Je préfère dire subconscient, parce que l'inconscient a la connotation freudienne. Il est pour moi une partie du subconscient. Le subconscient, c'est les comportements automatiques, le pilote automatique — *whatever it is* — qui sont les plus importants parce qu'ils reflètent au mieux la pensée et les émotions de l'individu.

**L.P. : Nous, les professionnels d'orientation psychanalytique, on est d'avis que ce que l'on a refoulé revient de façon automatique, on est dans le pilote automatique ; on ne l'explique pas en ces termes, mais on est dans ce que vous appelez le pilote automatique.**

Y.A. : Je pense que quand vous avez refoulé quelque chose, c'est éventuellement oublié et, par définition, vous avez oublié ce stress, cet événement qui vous a marqué. Ce dont vous n'aviez pas conscience (refoulé), qui est donc subconscient, doit ressurgir consciemment (le travail du psychothérapeute).

**L.P. : Ne pensez-vous pas que ce contenu émerge en permanence ?**

Y.A. : Il émerge, oui. Il faut toute l'habileté d'un bon psychothérapeute pour faire ressurgir ces choses-là. Mais je ne suis pas assez compétent, même si j'ai été élevé dans ce milieu, pour vous donner une réponse satisfaisante.

**L.P. : Dans la théorie psychanalytique, on est d'accord que le refoulement est présent en permanence, il émerge sous forme perceptive, émotionnelle, comportementale et en cela on est proche de votre pilote automatique.**

Y.A. : Si la théorie de la « subconscience » est solide, ce que je crois, mais je ne connais pas de démonstration à ce sujet. J'essaie d'avoir une approche scientifique, afin de démontrer chacun de ces concepts. L'intérêt est que le concept de subconscience a des bases physiologiques perceptibles, ce qui n'est pas le cas de l'inconscient freudien. Et des progrès à attendre... Je ne suis pas pour une nosographie stupide, qui a toutes les raisons d'être erronée. C'est plus un modèle que je propose, un paradigme pour essayer de démontrer l'existence de cet inconscient freudien. Je pense que si j'étais psychanalyste, j'essayerais de garder un schéma de ce type et de trouver les moyens de l'expérimenter avec des approches de clinicien classique, comme quand on teste un médicament. Prendre deux groupes de patients, les uns avec une psychothérapie par exemple de type psychodynamique et un autre avec une psychothérapie banale pour essayer de démontrer l'efficacité supérieure de la première sur la seconde. Ce qui a été fait est pseudémonstratif. Il faudrait que scientifiques et psychothérapeutes de type psychodynamicien travaillent de concert. Tout un programme...

**L.P. : Qu'est-ce qu'il manque selon vous dans la méthode de recherche psychanalytique pour cette démonstration ?**

Y.A. : La science. L'approche scientifique des psychanalystes de mon époque était peu encline à faire des recherches scientifiques rigoureuses sur ce sujet. Il est vrai que c'est difficile avec un malade. Ils sont tous différents, il faut des mois et des années, c'est très compliqué. Donc effectivement je comprends que cela n'ait pas été fait. Après-guerre, quand ce mouvement psychodynamique a pris une importance croissante, les neurosciences se sont développées remarquablement. Je souhaiterais que mes amis psychiatres — il y en a qui le font, bien entendu — prennent conscience de ces découvertes qui s'accumulent de manière exponentielle et qui permettent de mieux expliquer les comportements. C'est le dialogue entre ces disciplines qui permettra de faire progresser les approches psychothérapeutiques éventuellement de tendance psychodynamique chez les malades et aussi d'améliorer la psychothérapie en général.

**L.P. : Comment expliquez-vous ce mouvement phobique de la part de certains psychanalystes vis-à-vis des sciences ?**

Y.A. : C'est le problème des idéologies, c'est toujours pareil. Les gens sont souvent dans une posture idéologique. C'est le problème de la conviction. Vous savez ce que disait Picabia : « Toute conviction est pathologique ». À partir du moment où on n'a pas de doute, on est dans le domaine de l'idéologie. Les scientifiques, eux, ont des doutes.

**L.P. : Et ils n'ont pas d'idéologies ?**

Y.A. : Ils ont des convictions qui reposent sur des démonstrations dont ils savent que la vérité proposée par leurs études est une vérité qui n'a qu'un temps. C'est vrai, le plus bel exemple c'est la physique théorique, n'est-ce pas ? Même la théorie d'Einstein a déjà été remise en cause.

**L.P. : Je trouve que les psychanalystes ne prennent pas toujours en considération cette malléabilité des scientifiques. C'est-à-dire que l'on a des idées très préconçues sur le scientifique qui est fixé sur ses idées empiriques, sur ses idéologies... On projette beaucoup d'idéologies sur les scientifiques aussi.**

Y.A. : Alors, il faut faire attention de ne pas tout mélanger. Il y a des psychanalystes qui sont très brillants, il y en a qui le sont moins, et c'est la même chose pour les scientifiques. Mais le fait d'être intelligent n'est pas suffisant ; il faut avoir une ouverture d'esprit et avoir le doute. Le doute est quelque chose de fondamental, même quand on a des convictions. C'est le fameux problème de la falsification qui est le propre de l'approche scientifique ; on sait que de toute façon ce que l'on est en train de proposer comme conclusion après une expérience scientifique est « falsifiable », alors que la conviction religieuse — pour ne pas parler de psychanalyse — n'est pas falsifiable. Quelqu'un pense que Dieu existe et voilà, on sait très bien que l'on ne peut pas le démontrer, mais c'est une conviction. C'est vrai qu'il y en a qui ont des convictions avec des doutes. Mais il y a aussi des gens qui ont des convictions inébranlables ; quand c'est fort et vraiment inébranlable, ça s'appelle la paranoïa.

**L.P. : On rencontre parfois dans les textes psychanalytiques un référencement qui n'a pas de but démonstratif d'un point de vue théorique selon le raisonnement logique hypothético-déductif, mais qui a valeur de n° confirmation intradisciplinaire de ses modèles explicatifs. Comment vous comprenez cette tendance à l'autoconfirmation, au mouvement circulaire autoréférencé qui ne se confronte pas à la multiplicité des regards et à l'évolution que cela provoque ?**

Y.A. : C'est le propre de tout raisonnement en effet. Personnellement, ce qui me frappe dans la psychanalyse, pour dire les choses clairement, c'est que le génie de Freud a été de développer des théories générales à partir de l'examen de cas uniques. Je trouve cela formidable, mais on sait que l'on peut se tromper. Tout ce qu'on dit n'a pas de vérité éternelle. L'inférence théorique était tellement énorme à partir d'un petit nombre d'observations, d'autre part, excellentes, mais qui sont si limitées, qu'effectivement il est difficile de conclure définitivement.

**L.P. : Mais il n'y a pas toujours d'inférence, l'on confirme ce que l'on est en train de comprendre soi-même.**

Y.A. : Oui, mais il faut le démontrer. Les interprétations sur l'inconscient, sur les rêves, sur les oublis bénins, sur le langage (avec Lacan), c'est bien, mais pour moi ce sont encore des hypothèses. Un corpus de connaissances qui ne sont pour moi que des hypothèses. Faisons en sorte que ces hypothèses collent avec ce que l'on sait de moderne du développement des neurosciences ! Ceci étant, les plus grands papiers que l'on ait fait dans mon groupe ont souvent été faits à propos de un ou deux malades. C'est en regardant très attentivement, avec un esprit critique et créatif, des cas isolés, que l'on a les meilleures idées. Les études de cas donnent des hypothèses de travail considérables ; après, il reste à le démontrer de manière formelle. Ce qui est évidemment plus difficile.

## Déclaration de liens d'intérêts

Les auteurs déclarent ne pas avoir de liens d'intérêts.