

LE POINT SUR LA PUNITION

par DR. SUSAN G. FRIEDMAN, Ph.D. et BOBBI BRINKER

Traduit par Stéphanie Cloutier

Titre original: The Facts about Punishment

De nos jours, les punitions sont devenues le théâtre de malentendus, de bonnes intentions et de confusions généralisées. Et c'est une excellente nouvelle. Nous ne voudrions pas revenir à une époque où l'utilisation de la punition n'était pas remise en question, alors qu'elle était la stratégie la plus couramment employée, si ce n'est l'unique stratégie pour remédier aux comportements indésirables. Une large part de la présente confusion résulte dans l'éternelle lacune entre la recherche scientifique et la pratique. Toutefois, les effets négatifs de la punition ont été étudiés de manière scientifique et sont bien documentés. Ces études fournissent des données convaincantes sur les préjudices occasionnés par les punitions, qu'aucun propriétaire de perroquets ne devrait ignorer.

Un autre problème est que punir est ce que la majorité d'entre nous faisons le mieux... ou à tout le moins, ce que nous faisons en premier lieu. C'est l'héritage culturel que nous nous léguons de génération en génération. Nous sommes littéralement envahis par des méthodes punitives utilisées pour influencer nos comportements : de la pénalité appliquée aux livres rendus en retard à la bibliothèque, à celle imposée aux chiens sans licence; amendes, pénalités et réprimandes nous encerclent telle une spirale de feuilles dans une tempête. Pour bon nombre d'entre nous, abandonner les méthodes punitives, notre principale arme pour corriger les comportements négatifs, signifie être laissé les mains vides. Par cet article, nous essaierons donc de combler les lacunes entre la recherche scientifique et les pratiques punitives couramment appliquées aux perroquets de compagnie, et nous proposerons des informations utiles pour que vous puissiez faire un choix éclairé et baser vos méthodes éducatives sur des faits éprouvés, plutôt que sur un héritage culturel.

UNE DÉFINITION FONCTIONNELLE

On répète souvent que les perroquets ne sont pas sensibles aux punitions. Cette perception erronée provient du fait que nous considérons comme une forme de punition le fait de bouder ou d'être en colère, plutôt que d'utiliser ce terme uniquement pour décrire l'effet produit sur le comportement de l'oiseau. Il est effectivement vrai que les perroquets ne sont pas réceptifs à la vengeance. Quoique les conséquences négatives d'une telle stratégie en punirait plus d'un parmi nous, nos animaux ne comprennent pas la complexité toute humaine de notre personnalité. À la lumière de ce fait, une définition claire et fonctionnelle de la punition semble nécessaire pour corriger les perceptions erronées et nous donner les moyens de mesurer efficacement la portée de nos méthodes éducatives. Dans cette optique, la science nous offre une définition bien plus utile

que ne le fait le dictionnaire : simplement et précisément, la punition est la conséquence imposée après un comportement et qui sert à réduire la fréquence ou l'intensité de ce comportement.

Il y a deux remarques très importantes à faire concernant cette définition. Premièrement, il faut savoir que l'efficacité de toute punition reste quelque chose de très individuelle. La preuve de l'efficacité d'une méthode se mesure par le résultat qu'elle produit sur un comportement. Une conséquence qui, pour un individu donné agit comme une punition (c'est-à-dire qui réduit le comportement) peut très bien au contraire renforcer ce comportement (c'est-à-dire maintenir ou en augmenter la fréquence) chez un autre individu. Par conséquent, nous pouvons supposer sur ce que peut être une punition efficace, mais nous ne pouvons le confirmer qu'en vérifiant le résultat qu'elle produit sur la fréquence du comportement visé. Crier pour faire taire un oiseau est un bon exemple d'une soi-disant punition mais qui, en ne faisant qu'accroître les cris chez beaucoup d'oiseaux, est en réalité une récompense très efficace (et non une punition!)

Cela nous amène au second point qui nécessite clarification: la punition n'est pas une seule méthode, mais plusieurs méthodes qui peuvent varier en intensité, de la plus légère à la plus sévère. Dans le cadre d'une stratégie pour réduire un comportement, il est important de comprendre cette composante d'intensité, parce qu'il existe des punitions très douces qui peuvent parfois être recommandées, sous certaines conditions, avec certains oiseaux ou pour certains comportements.

STRATÉGIES POUR RÉDUIRE UN COMPORTEMENT

Une de ces punitions douces consiste à retirer ou à déplacer ce que l'oiseau convoite, telle notre main ou notre épaule pour s'y percher. De nombreuses personnes ont réussi avec succès en utilisant cette stratégie à réduire le problème de grignotage de leur oiseau, tel que la destruction du bracelet de montre, l'arrachage des boucles d'oreilles et des boutons de vêtements. À chaque fois que votre oiseau commence à grignoter, immédiatement mais gentiment le poser pour quelques secondes, puis lui offrir aussitôt une nouvelle opportunité de se percher sur votre main. Après seulement quelques répétitions, la plupart des oiseaux font le lien entre le mauvais comportement et le fait d'être mis de côté, puis choisissent de rester tranquille sur la main aux conditions imposées. Aucune colère, aucune frustration, aucun geste brusque ne sont nécessaires; seulement de la rapidité d'action, un retrait et une nouvelle opportunité d'agir de la bonne manière.

Retirer de sa main un oiseau ayant un comportement de grignotage est aussi un bon exemple pour démontrer que l'efficacité d'une stratégie donnée varie d'un individu à un autre. Certains oiseaux n'aiment pas être manipulés. Or pour eux, le fait d'être déplacé de la main serait une forme de récompense et aurait donc pour conséquence le maintien ou l'accroissement de ce comportement de grignotage.

Un autre exemple d'une forme de punition douce est d'ignorer un comportement, ce qui signifie ne plus accorder notre attention pour un comportement qui suscitait auparavant notre attention. Ignorer n'est pas aussi facile qu'il n'y paraît, mais c'est pourtant une stratégie très efficace lorsqu'elle est bien exécutée et lorsqu'elle vise le comportement approprié. Par ailleurs, voici le fait scientifique primordial qu'il vous faut connaître : la première réaction qu'on la plupart des oiseaux lorsqu'ils sont ignorés est d'augmenter la fréquence ou l'intensité du comportement indésirable. Si vos nerfs ne le supportent pas et que vous cessez d'ignorer le comportement pendant cette phase critique, vous allez au contraire renforcer ce comportement à ce niveau de fréquence et d'intensité! Si au contraire, vous continuez à ignorer et ne cédez pas, le comportement diminuera éventuellement.

Ignorer un comportement problématique est efficace si et seulement s'il s'agit de l'un de ces comportements qui a été maintenu en raison de l'attention que nous lui avons porté et qui peut être entièrement et totalement ignoré. Certains comportements ne peuvent pas ou ne devraient pas être ignorés. Mordre fait partie de cette catégorie.

Bien qu'il soit souvent conseillé pour réduire les morsures de rester stoïque et d'ignorer, cette stratégie n'est pas commode. Minimiser votre réaction est certainement une bonne idée, mais il est pratiquement impossible de garder un visage de marbre pendant que vous vous faites mordre par le bec rageur du perroquet moyen. Par ailleurs, il est fort possible que les oiseaux apprécient la sensation tactile qu'ils éprouvent au moment de la morsure et que ce facteur contribue à encourager ce comportement, et ce davantage que nos réactions. En fait, la manière appropriée d'apprendre à un perroquet à ne pas mordre est de ne pas lui donner l'opportunité de le faire une première fois. Évidemment, l'automutilation et tous les comportements dangereux font parties de ceux qui doivent être rectifiés par d'autres méthodes que l'ignorance.

Lorsqu'on a recours aux punitions douces avec notre perroquet, il faut s'assurer que le ratio entre les interactions positives versus les interactions négatives est élevé. Dans un environnement enrichissant où l'on retrouve également des encouragements, des louanges et de l'attention, les méthodes punitives douces, telles qu'ignorer un comportement, peuvent être efficaces et sont sans effet négatif apparent. Ceci dit, ce n'est pas tout le monde qui est doué pour ignorer un comportement ou qui parvient à ignorer tous les types de comportement. Pour certains, il peut être trop difficile d'appliquer la méthode du «déplacer/retirer» avec constance. Il faut savoir reconnaître ses propres limites pour choisir des stratégies qui peuvent fonctionner pour nous.

À l'autre extrémité du répertoire des punitions possibles, se trouve les conséquences déplaisantes imposées à la suite d'un comportement. Malheureusement, la liste des exemples de ces formes de punition est longue et trop familière.

Parmi ces punitions déplaisantes se trouvent : secouer la main pour déséquilibrer l'oiseau, l'asperger d'eau avec un vaporisateur, jeter des objets contre la cage ou en direction de l'oiseau, déposer abruptement l'oiseau sur le sol, l'enfermer dans une armoire, recouvrir sa cage pour des

périodes prolongées et en-dehors des heures de sommeil, le faire tomber de son perchoir, forcer l'oiseau à exécuter le «up» de façon répétitive et rapide en le faisant passer d'une main à une autre (faire l'échelle), lui souffler dans le visage, crier, le frapper et lui tirer des plumes.

Certaines personnes plaident en faveur de ces punitions déplaisantes en se basant uniquement sur leur efficacité; néanmoins des problèmes sérieux peuvent naître de l'utilisation de ces punitions, même dans le cas d'une utilisation à court terme ou pour une situation bien définie.

Pour les raisons expliquées ci-dessous, aucune forme de punition déplaisante ne devrait être utilisée sur les perroquets de compagnie... jamais. C'est non seulement inutile, mais surtout nocif. Si vous ne devez retenir qu'un seul point sur la punition comme moyen d'éduquer votre perroquet, reprenez celui-ci.

LE PROBLÈME AVEC LES PUNITIONS DOUCES

Même l'utilisation des formes les plus douces de punition requiert une réflexion attentive et un plan d'action mûrement réfléchi. Avant toute chose, vous devez considérer la nature du comportement dont vous souhaitez diminuer la fréquence. Il n'est pas raisonnable de chercher à diminuer un comportement naturel, tel l'horrible rituel du cacatoès qui salue la venue de l'aube par des cris, le marathon du lancer de nourriture ou la transformation du gentil oiseau en requin dès que vous osez mettre votre main dans sa cage. Avec un peu de créativité, la possibilité de s'accommoder aux comportements frustrants et agaçants, mais pourtant naturels de nos oiseaux, dépend de notre propre volonté. Peut-être devriez-vous par exemple prendre votre douche pendant que votre perroquet se livre à ses vocalises du matin? Ou encore utiliser des mangeoires spéciales et une protection autour de sa cage pour réduire les dégâts causés par le lancer de la nourriture; et les requins à plumes peuvent être retirés de leur cage au moyen d'un petit bâton et ainsi devenir des anges à plumes une fois en dehors de leur cage.

Deuxièmement, il faut considérer attentivement la cause du problème de comportement : Très souvent, le comportement qui nous agace est l'expression légitime de besoins non-satisfaits. Lorsque cela se produit, la stratégie appropriée est de combler les besoins de l'oiseau, et non pas de le percevoir comme étant un problème de comportement à corriger. Par exemple, les oiseaux ne crient pas inlassablement lorsqu'ils sont convenablement nourris, qu'ils ont une cage appropriée à leurs besoins, qu'ils bénéficient de suffisamment de temps de sorties, qu'ils savent jouer seuls et qu'ils ont à tous les jours du temps de qualité avec les membres de la famille.

Enfin, il faut considérer comment changer le comportement. S'il existe une stratégie positive et alternative à la punition même la plus légère (et d'après notre expérience il en existe une dans la majorité des cas), utilisez-la. Les méthodes positives apportent tout un lot d'avantages et n'ont aucun des inconvénients et effets pervers de la punition. Les avantages pour votre oiseau incluent : l'opportunité d'apprendre à faire quelque chose en

plus et non en moins, d'apprendre de nouveaux comportements plutôt que de désapprendre les anciens, de vivre dans un environnement où il y a abondance d'éloges et de lui démontrer qu'il n'arrive que de bonnes choses en compagnie des humains – un pré-requis pour la confiance. Il existe une foule d'alternatives à la punition, toutes très efficaces. Enseigner un comportement de remplacement ou qui est incompatible avec le comportement indésirable sont deux exemples de stratégies qui valent la peine d'être apprises.

En résumé, nous suggérons que vous répondiez aux trois questions suivantes avant de recourir aux punitions douces avec votre oiseau : 1- Est-il déraisonnable ou inapproprié d'espérer que l'oiseau cesse de se comporter tel qu'il le fait? 2- Le comportement indésirable est-il le résultat d'un besoin non-comblé? 3- Existe-t-il une stratégie positive qui peut être utilisée à la place de la punition ? Si la réponse à l'une de ces trois questions est oui, alors trouvez plutôt un moyen de modifier vos attentes, comblez les besoins de votre oiseau et/ou utilisez une méthode éducative positive qui vous aidera à devenir les meilleurs amis pour toujours.

LES EFFETS INACCEPTABLES DE LA PUNITION

La recherche scientifique sur les effets de la punition n'est pas nouvelle et n'a pas été faite de manière succincte. Au contraire, cette étude s'est étendue sur plusieurs décennies et a été reproduite sur plusieurs espèces animales, incluant les humains. Malgré le fait qu'il existe des variables dans la manière dont les chercheurs décrivent leurs résultats, le fait est qu'il existe bel et bien un modèle récurrent de réactions négatives ou d'effets secondaires qui sont observés de façon constante sur de nombreux sujets punis avec des méthodes déplaisantes.

Le premier effet secondaire prévisible est un effort constant pour échapper à la punition. Si la possibilité de fuite est bloquée (comme c'est le cas pour les perroquets qui sont mis en cage ou qui ont les plumes de vol taillées), alors l'animal pourra: 1. Éviter d'interagir avec vous dans le futur – 2. Devenir insensible – 3. Intensifier son agressivité ou chercher la confrontation et/ou – 4. Éprouver un sentiment de peur généralisé, souvent jusqu'à la phobie.

Pour plusieurs d'entre nous, ces effets secondaires sont difficiles à lire et à admettre, mais ne sont pas pour autant moins observés chez nos chers perroquets. Malheureusement, nous connaissons tous ou avons tous entendu parler d'oiseaux qui sont devenus totalement réservés et taciturnes, au point même de refuser de sortir de leur cage. Ces pauvres âmes se tapissent lamentablement dans un coin de leur cage, des journées entières. Certains oiseaux peuvent même cesser toutes activités, mêmes les plus primaires. Ils peuvent refuser d'interagir avec vous et même éventuellement cesser de se nourrir. Il n'est pas rare de voir des oiseaux qui attaquent leur maître ou qui deviennent craintifs face à des gens ou des objets qui auparavant ne leur causaient aucune frayeur.

En se basant sur ces faits scientifiques, il n'existe aucune justification pour utiliser les punitions désagréables avec nos oiseaux. Il n'y a aucun avantage à en tirer à long terme et les préjudices sont sérieux.

Ironiquement, c'est l'effet à court terme de la punition qui pousse nombre d'entre nous à continuer à y recourir. Chaque fois qu'un animal répond à la punition en diminuant la fréquence du comportement visé, la personne qui délivre la punition est récompensée. Par exemple, si votre perroquet cesse de mâchouiller le cadre de votre fenêtre lorsque vous jetez une chaussure dans sa direction, vous risquez fort d'utiliser cette stratégie de plus en plus souvent. Ceci représente un obstacle important pour réduire l'utilisation de la punition comme moyen d'influencer un comportement et il est certainement justifié d'y réfléchir.

L'ENGAGEMENT DE CHANGER

Quelle que soit la manière dont nous nous qualifions à l'égard de nos perroquets, maître, responsable, parent, gardien, nous sommes tous des enseignants au sens fondamental du terme. Chacun des instants passés avec notre oiseau représente pour lui un moment qui lui enseigne quelque chose sur la vie avec les humains. Dans notre rôle perpétuel d'enseignant, nous devrions emprunter la ligne de conduite des médecins: premièrement, ne jamais blesser. Nous avons appris à partir des années d'études empiriques au travers de centaines d'expériences scientifiques que les punitions désagréables causent des blessures. Nous avons également appris que même les punitions douces devraient être utilisées avec précaution et de manière éclairée.

La nature individuelle, l'âge, l'espèce et l'histoire personnelle de chaque oiseau ajoute un autre niveau de complexité dans le choix de la meilleure stratégie pour nos perroquets. Certains oiseaux, ceux qui sont confiants et intrépides, peuvent se montrer réceptifs face à certaines méthodes punitives. En d'autres termes, il peut arriver que nous ayons moins d'options avec certains oiseaux et dans certaines conditions, ce qui nous pousse à utiliser des stratégies qui seraient pourtant préjudiciables à d'autres oiseaux. Cependant, l'expérience a démontré que les oiseaux très jeunes, les oiseaux de « seconde-main » et les oiseaux qui ont des problèmes d'ordre médical et/ou comportemental sont particulièrement vulnérables à ces effets néfastes associés à la punition.

Il subsistera toujours une part d'inconnu à propos des comportements; il y aura toujours des variables importantes qui resteront en-dehors de notre contrôle. Les comportements sont trop complexes pour qu'on puisse solutionner un problème de comportement en se contenant de suivre une recette miracle trouvée dans un livre. Chaque situation est unique et demande une analyse minutieuse. Favoriser l'adaptabilité, l'indépendance, la confiance de nos perroquets de compagnie par l'utilisation de méthodes d'enseignement positives représente bien plus qu'un simple engagement à apprendre de nouvelles stratégies; cela signifie aussi un engagement à changer notre héritage culturel. Et le temps de ce changement est maintenant arrivé.