

Grands domaines et courants de la psychologie

Virginie VOLTZENLOGEL

Maître de Conférences
Université Toulouse Le Mirail

LES GRANDS DOMAINES DE LA PSYCHOLOGIE

- pluralité de domaines → normal/pathologique, individu/groupe
- nombreuses approches différentes pour étudier les processus mentaux et le comportement
- Division de la psychologie en grands secteurs
 - Psychologie cognitive
 - Psychologie sociale
 - Psychologie clinique
 - Psychologie développementale
 - Psychologie de la santé
 - Psychologie interculturelle

Les méthodes en psychologie

- **L'introspection:** méthode qui consiste à demander à l'individu lui-même la description de sa vie intérieure
- **L'observation :** constatation des événements qui se présentent à nous spontanément
- **L'observation provoquée** (enquêtes, questionnaires)
- **L'expérimentation:** tester par des expériences répétées la validité d'une hypothèse en obtenant des données qualitatives ou quantitatives, conformes ou non à l'hypothèse

Psychologie générale

- prémices de la psychologie au XVIe siècle
- développement au cours du XIXe
- plein essor au XXe
→ science à part entière en ayant recours à l'expérimentation, aux statistiques et aux modèles mathématiques

La psychologie générale s'intéresse à l'individu « normal » et étudie les mécanismes généraux du comportement

Psychologie expérimentale

- Au cours de l'histoire de la psychologie scientifique, l'accent a dû être mis sur la recherche de la preuve, la mesure...
- C'est la raison pour laquelle la psychologie a été qualifiée de psychologie expérimentale par opposition à la psychologie philosophique ou subjective.
- Cependant, l'attitude expérimentale domine dans la plupart des secteurs de la psychologie de telle sorte que le « qualificatif » expérimental ne permet plus guère de spécifier le champ de recherche.

Psychologie expérimentale

- **Wilhelm Wundt (1832-1920):**
 - premier laboratoire de Psychologie (1879)
 - père fondateur de la **psychologie expérimentale**
- innovations de Wundt: approche quantitative pour comprendre les lois qui régissent le fonctionnement humain
- travaux de recherche sur les perceptions sensorielles ou encore sur les différences au niveau des temps de réaction.

Psychologie expérimentale

- **Hermann Ebbinghaus (1850-1909) :**
méthodes expérimentales appliquées à d'autres domaines que ceux de la sensation, notamment la mémoire et de l'apprentissage.
- premier à avoir mis en place des paradigmes expérimentaux pour l'étude de la mémoire
- Avant, étude de la mémoire par l'apprentissage de textes (non interchangeables). Ebbinghaus va supprimer le contenu significatif et utiliser de simples syllabes sans signification

Psychologie cognitive

- Etude des grandes fonctions psychologiques de l'être humain (mémoire, langage, intelligence, raisonnement, résolution de problèmes, perception ou attention).
- **cognition** : ensemble des activités mentales et des processus qui se rapportent à la connaissance et à la fonction qui la réalise
- Principe: on peut inférer des représentations (image que l'on se fait, par la pensée d'un concept ou d'une situation) et des processus mentaux à partir de l'étude du comportement

Psychologie cognitive

- **Introspection** ≠ voie d'accès fiable pour explorer le mental.
- Contre le béhaviorisme, elle défend que la psychologie est bien l'étude du mental et non du comportement
→ ouvrir la « boîte noire », c'est-à-dire l'ensemble des phénomènes qui prennent place entre la stimulation du sujet par l'environnement et la réponse observable de l'organisme.

Le béhaviorisme (ou comportementalisme)

- approche qui consiste à se concentrer uniquement sur le comportement observable de façon à caractériser comment il est déterminé par l'environnement et l'histoire des interactions de l'individu avec son milieu, sans faire appel à des mécanismes internes ou à des processus mentaux non directement observables.
- Étude des stimuli et réponses

➤ début du XXe siècle, Ivan Pavlov (1849-1936)

→ recherche sur la salivation des chiens

- incision dans la joue d'un chien et insertion d'un tuyau qui récolte la salive produite

- viande en poudre dans la gueule du chien

➤ un chien qui revenait dans le laboratoire de recherches après plusieurs fois, se mettait à saliver avant même qu'on le nourrisse. Le chien salivait à voir simplement la pièce, le plat où on mettait la nourriture ou la personne qui la lui donnait

→ base de l'apprentissage

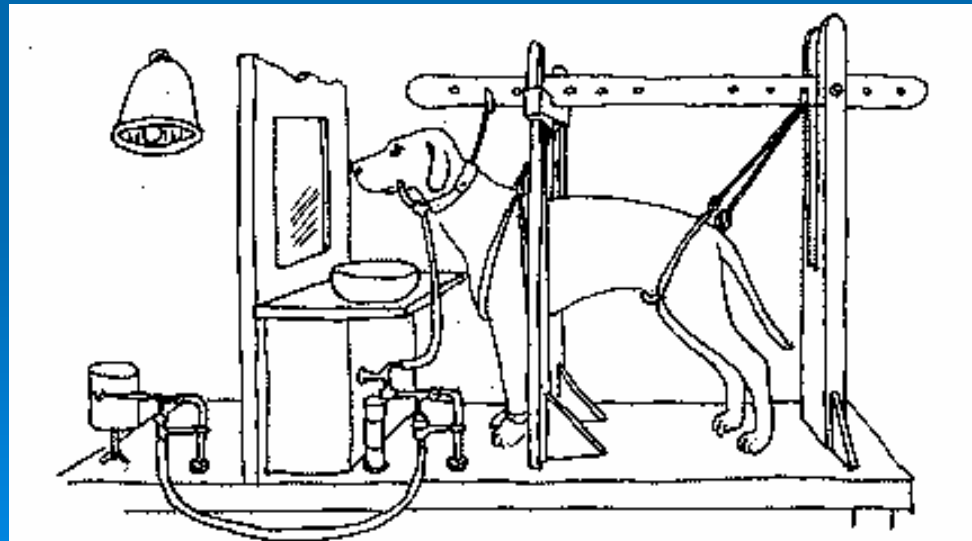
→ réflexe conditionné

Pavlov présente de la nourriture à un autre chien.

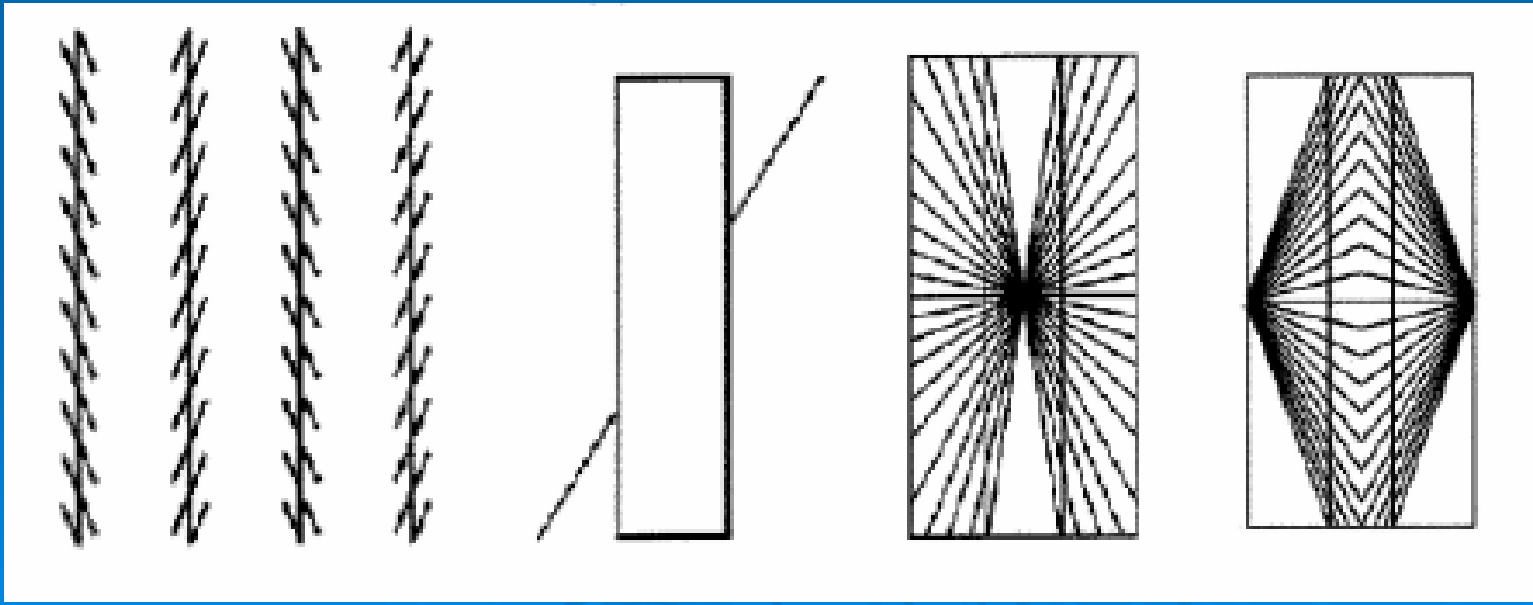
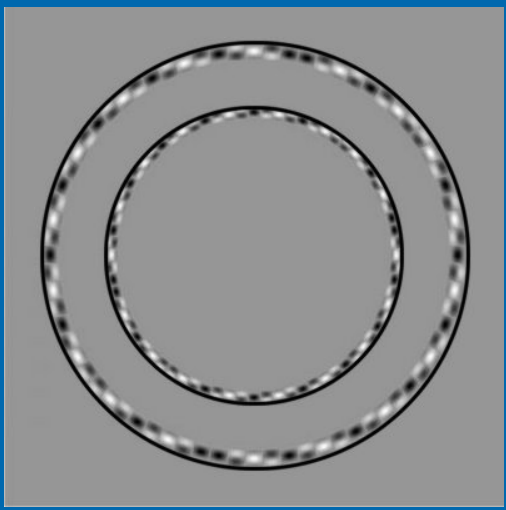
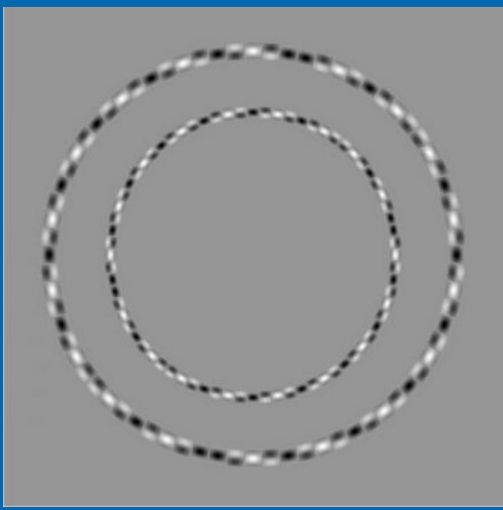
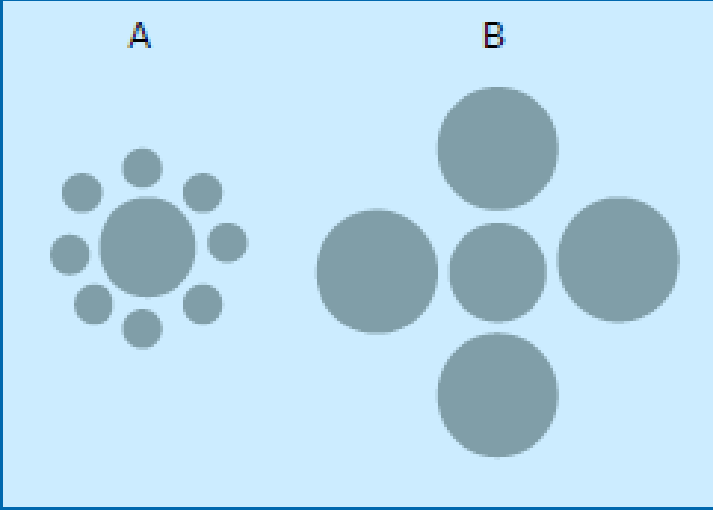
Le stimulus inconditionnel (SI), la nourriture, provoque toujours la salivation du chien (réponse inconditionnelle, RI).

Pavlov fait sonner une cloche (stimulus neutre, SN) chaque fois qu'il se prépare à lui servir son repas.

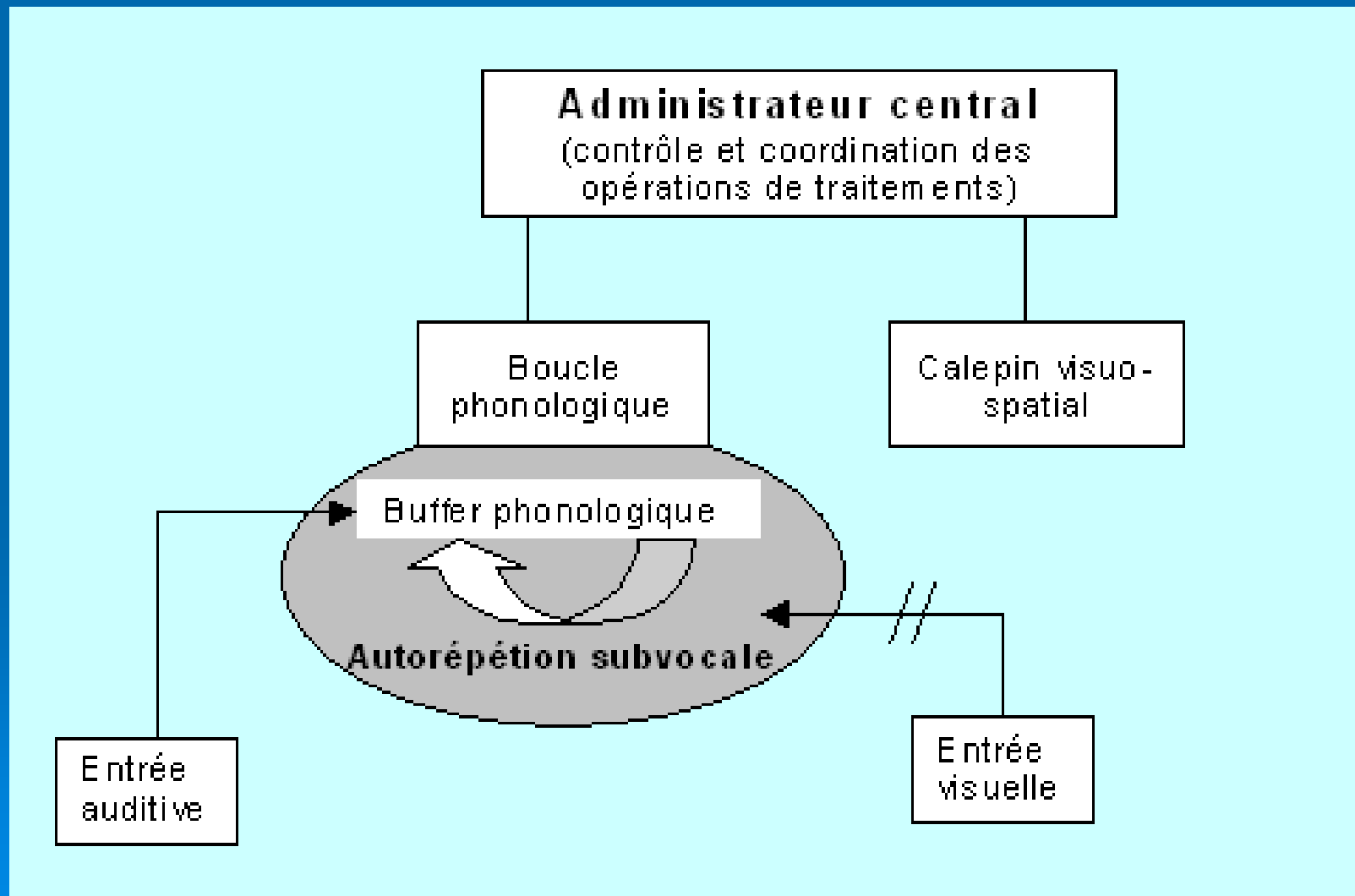
Après peu de temps, le chien salive (RI \square RC) dès qu'il entend la cloche (SN \square SC) et ce, même dans un cas où il ne lui apporte pas la nourriture



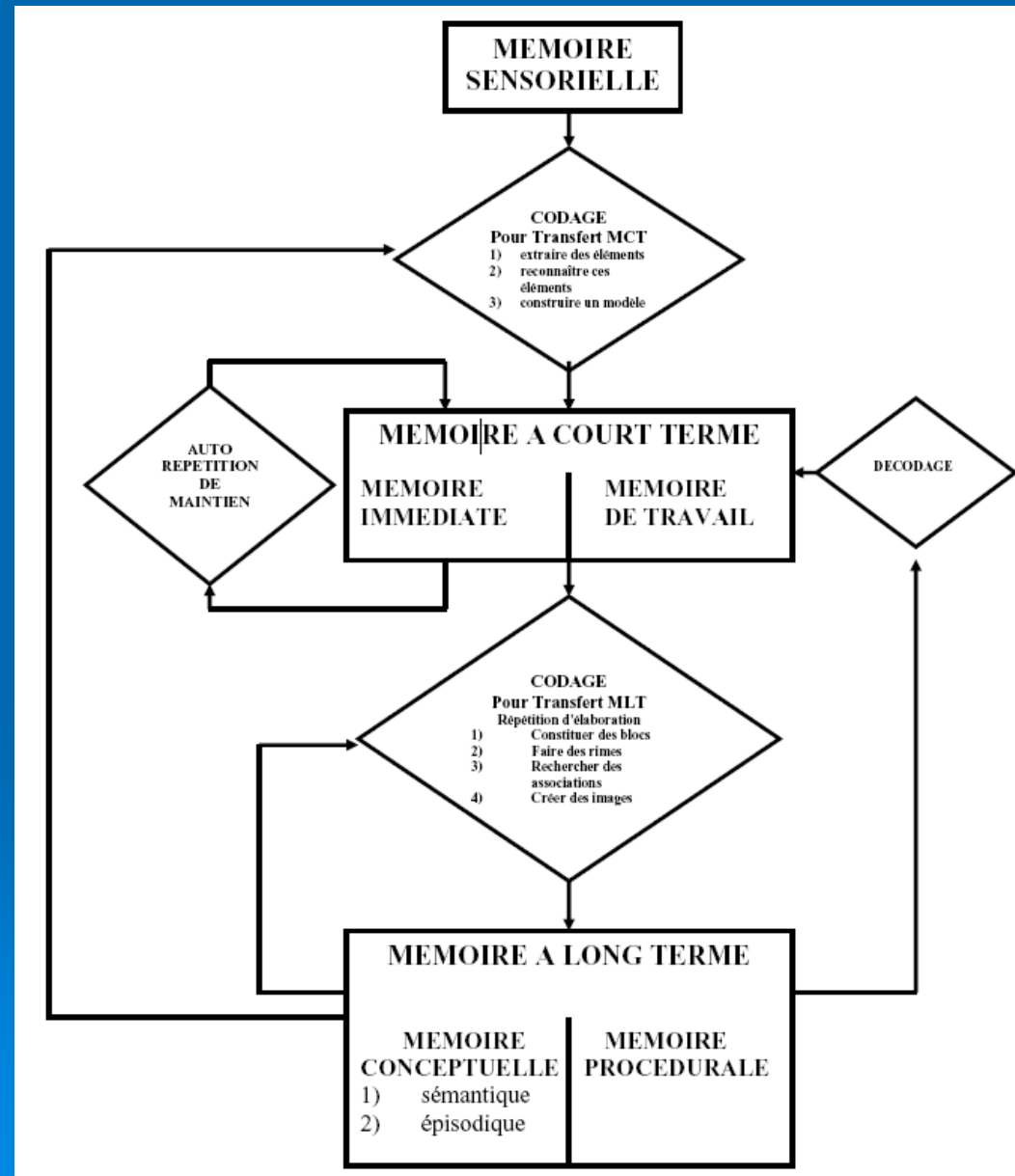
Expérience du conditionnement classique du Pavlov



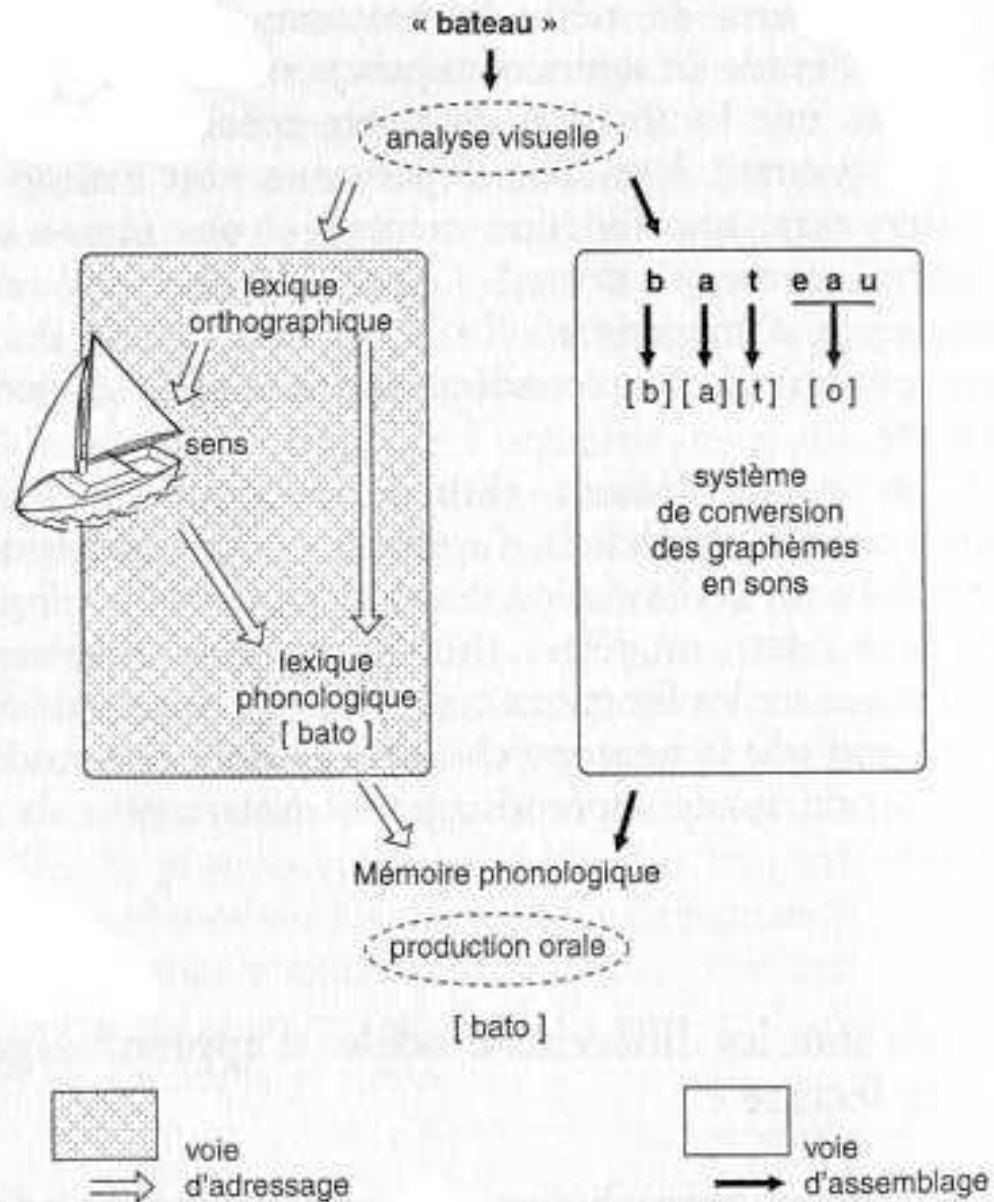
➤ **Modèle de la mémoire de travail**
(Baddeley et Hitch, 1974)



➤ Modèle d'Atkinson et Shiffrin



Les deux voies de la lecture



La psychologie différentielle

- Sir Francis Galton (1822-1911)
- étude des différences
- Partant des lois de la psychologie expérimentale, cette discipline tente de trouver les corrélats psychologiques (aptitudes, personnalité...), permettant d'expliquer les différences individuelles de performances observées dans les études de psychologie générale
- Alfred Binet (1857-1911) : inventeur des premiers tests psychométriques

La psychologie différentielle

- Intérêt pour les différences psychologiques entre les individus, tant en ce qui concerne la variabilité inter-individuelle (entre les individus au sein d'un groupe), que la variabilité intra-individuelle (pour un même individu dans des situations, contextes différents) et la variabilité inter-groupe (entre des groupes différents au niveau de l'âge, du sexe, du milieu social...)
- à l'origine des premiers tests psychométriques
- Étude des différences entre l'homme et l'animal, ainsi qu'entre les espèces animales

La psychologie du développement

- Etude des changements dans le fonctionnement psychologique (fonctions cognitives, langagières, affectives et sociales) de l'individu humain au cours de sa vie, depuis la naissance jusqu'à la mort
 - perspective « *life span* »
- Même si l'accent est souvent mis sur l'étude du développement de l'enfant, elle s'intéresse aussi à l'évolution psychologique du nourrisson, de l'adolescent et dans une certaine mesure de l'adulte, notamment lors du vieillissement


La psychologie du développement

- description fine d'étapes du développement, par exemple les nouvelles acquisitions du bébé, mois par mois, puis année par année pour faire des grands tableaux de développement
- Arnold Gesell (1950)
- Au départ, l'enfant était considéré comme un adulte en miniature

La psychologie du développement

➤ **Lev Vygotski (1896-1934):**

La ***zone proximale de développement*** est « la distance entre le niveau de développement actuel, tel qu'on peut le déterminer à travers la façon dont l'enfant résout les problèmes seul et le niveau de développement potentiel, tel qu'on peut le déterminer à travers la façon dont l'enfant résout les problèmes lorsqu'il est assisté d'un adulte ou collabore avec d'autres enfants plus avancés »



La psychologie du développement

- **Henri Wallon (1879-1962)**
- Il décrit le développement de la personnalité de l'enfant comme une succession de stades avec prédominance de l'affectivité sur l'intelligence pour certains, primauté de l'intelligence sur l'affectivité pour d'autres
- processus de développement de l'enfant résultant d'une articulation entre le biologique et le social
 - facteur biologique, responsable de la maturation du système nerveux central;
 - facteur social, qui gère l'interaction entre l'enfant et le milieu

Psychologie du développement

➤ Jean Piaget (1896-1980)

- la ***permanence de l'objet*** (1966): connaissance par l'enfant que les objets qui l'entourent continuent d'exister, même s'il ne les perçoit pas via l'un de ses cinq sens. Selon Piaget, l'enfant acquiert la permanence de l'objet vers 18-24 mois.

- ***concept de soi***: l'expérience du miroir

L'enfant est laissé devant un miroir, puis l'expérimentateur fait semblant de lui essuyer le visage et lui met une tache rouge sur le nez.

→ reconnaissance de soi quand l'enfant touche la tache sur son propre nez et non sur le miroir (vers 21 mois)

Psychologie du développement

➤ Jean Piaget (1896-1980)

- les **conservations physiques** :

→ Conservation de la quantité de la matière (7-8 ans):

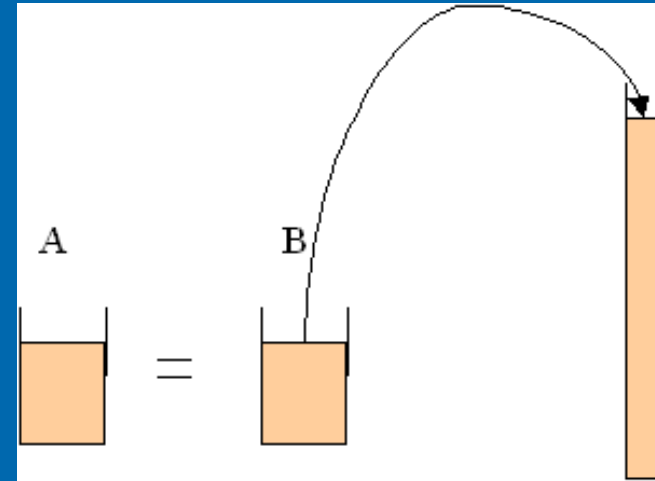
Un morceau de pâte à modeler contient la même quantité de pâte qu'il soit présenté en boule ou en galette.

→ Conservation de la quantité de poids (8-9 ans) : Un kilo de plume est aussi lourd qu'il soit présenté dans un sac ou dans plusieurs.

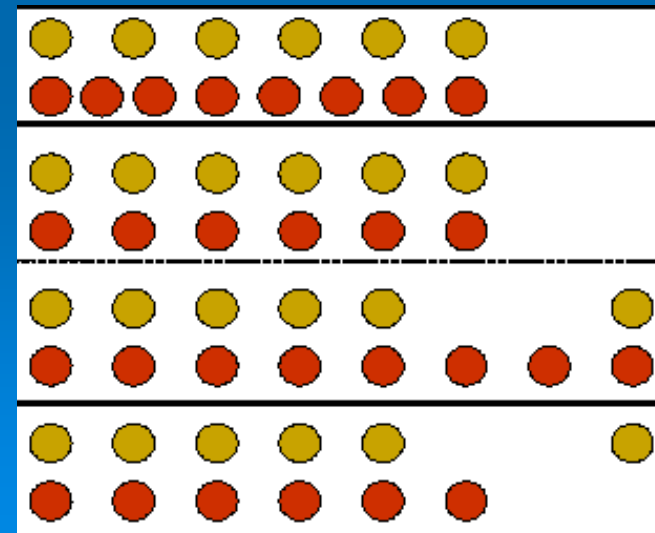
→ Conservation de la quantité de volume (11-12 ans) :

Le volume d'un litre d'eau reste inchangé, qu'on le présente dans une bouteille, ou dans un récipient plus évasé

Conservation du volume



Conservation du nombre



La psychopathologie et la psychologie clinique

- A l'opposé du normal, le pathologique
 - concerne les maladies et les troubles psychologiques,
 - domaine vaste, mais aussi très vague...
 - dans cette catégorie, non seulement les célèbres névroses, mais aussi les handicaps, les addictions...
- Psychopathologie souvent qualifiée, par sa méthode clinique de non objective

La méthode clinique a pour finalité d'appréhender le sujet dans sa globalité et comme la combinaison unique de multiples causes.

La psychopathologie et la psychologie clinique

- Nous retiendrons 3 approches psychothérapeutiques :
 - La psychanalyse
 - Les TCC
 - La thérapie systémique

La psychanalyse

- La théorie utilisée dans cette approche a été inventée par **Sigmund Freud** (1856-1939).

→ vise à mettre au jour, dans le cadre d'une relation dite de **transfert** (*projection, par l'analysant, de contenus de l'inconscient sur la personne du psychanalyste*) les causes et mécanismes inconscients d'une souffrance psychique qui peut se traduire par des conduites symptomatiques (phobie, névrose, psychose, perversion...).

- Notion d'**inconscient**, comprenant notamment les souvenirs refoulés, inaccessibles.

- Notion de **refoulement**: opération par laquelle le sujet repousse et maintient à distance du conscient des représentations considérées comme désagréables

La psychanalyse

Freud propose 2 méthodes pour mettre à jour les mécanismes inconscients :

- **la méthode cathartique** qui consiste à mettre le patient sous hypnose afin de découvrir l'origine traumatique des symptômes hystériques. Symptômes disparaissent lorsqu'on répète au malade une fois réveillé ce qu'il a révélé sous hypnose. La remémoration et la réactualisation émotionnelle des scènes traumatiques conduisent alors à la guérison
- **l'association libre**, qui vise à pratiquer la catharsis sans l'hypnose en invitant le patient à dire librement ce qui lui vient à l'esprit et en travaillant sur les chaînes associatives.

La psychanalyse

- Notion de « **souvenirs-écrans** »: certains souvenirs d'enfance sont à prendre à la lettre, c'est-à-dire qu'ils sont à déchiffrer, à interpréter, car derrière des événements apparemment anodins, sans intérêt, se cachent les événements les plus importants de la vie du sujet, ce qu'on peut qualifier d'événements traumatiques
- **L'interprétation des rêves**: Selon Freud, le rêve possède un sens susceptible d'interprétation. Il existe des analogies entre les troubles psychiques et la vie onirique.
- le Ça = pôle pulsionnel inconscient de la personnalité
le Moi assure une adaptation à la réalité, responsable de nombreuses « défenses » pathologiques
le Surmoi = intériorisation de l'interdit parental

La psychanalyse

- D'autres psychanalystes célèbres:
 - Jacques Lacan (1901-1981) et les stades du miroir
 - Mélanie Klein (1882-1960) et la psychanalyse des enfants
 - Donald Winnicott (1896-1971) psychanalyse des enfants et adolescents
- Distinction entre la « **cure type** », classique (3 à 4 séances hebdomadaires pendant plusieurs années, patient allongé sur un divan, paiement des séances...) et la **psychothérapie d'inspiration psychanalytique** (face à face, de quelques séances à plusieurs années).

Les thérapies cognitivo-comportementales

➤ **L'approche cognitivo-comportementale** résulte de l'association des thérapies comportementales et des thérapies cognitives qui ont comme base des théories de la psychologie expérimentale.

➤ Les thérapies **comportementales** ont donc pour socle théorique d'une part les théories du conditionnement (béhaviorisme) et de l'apprentissage social, d'autre part les théories de la psychologie cognitive

Les symptômes résultent d'un mauvais apprentissage qu'il convient de faire disparaître.

Le thérapeute utilise pour ce faire l'immersion durable dans la situation pathogène, le renforcement positif et négatif...

Les thérapies cognitivo-comportementales

- Ex: mises en situation et d'expositions graduées aux situations provoquant une anxiété.
 - on expose peu à peu des enfants à l'objet de leur peur, tout en les récompensant de cette exposition, ainsi qu'en leur montrant d'autres enfants qui eux n'ont pas peur
 - dans le cas d'une phobie des araignées, le patient doit d'abord imaginer une araignée, puis observer des images d'araignées, toucher un bocal où se trouve une araignée, et finalement toucher l'araignée
- Les thérapies cognitives ont pour but la « restructuration cognitive ». Les perturbations psychiques sont le reflet d'un dysfonctionnement dans la manière penser ou d'appréhender le monde sur la base de croyances erronées.

Les thérapies cognitivo-comportementales

- Elles agissent sur les pensées du patient présentant une distorsion cognitive (par exemple, une peur excessive d'être contaminé par une maladie pourra être combattue par une information sur la maladie en question et l'appréciation des risques réels)
- La thérapie se focalise donc sur le présent, en cherchant par le biais d'exercices mentaux et d'un travail de rationalisation, à modifier les modes de pensée, les réactions émotionnelles et les comportements plutôt que de revenir sur le passé pour comprendre l'éventuelle origine du trouble
- Le thérapeute est actif et directif

Les thérapies systémiques

- Elles examinent les troubles psychologiques et comportementaux du membre d'un groupe comme un symptôme du dysfonctionnement du dit groupe (généralement la famille). Le symptôme n'est que l'expression de relations familiales pathogènes
- La **thérapie systémique familiale** implique un traitement du groupe et une participation de tous ses membres.
- La **thérapie systémique individuelle** suppose qu'il n'est pas nécessaire de convoquer tout le groupe et qu'il est possible de modifier unilatéralement les relations avec les autres membres du groupe; ce qui peut avoir un effet sur le fonctionnement du groupe.

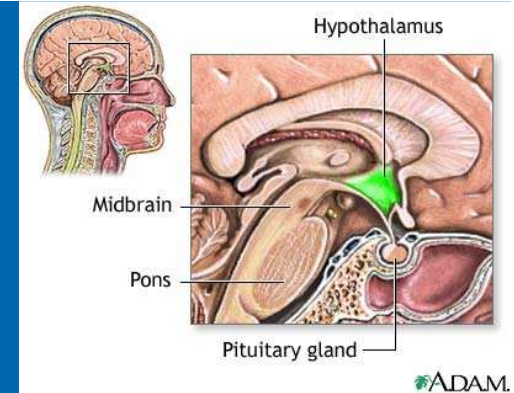
La psychologie de la santé

C'est l'étude des troubles psycho-sociaux pouvant jouer un rôle dans l'apparition des maladies et pouvant accélérer ou ralentir leur évolution.

Elle s'intéresse autant aux causes qu'aux conséquences (directes ou indirectes) et propose des méthodes et des solutions préventives ou curatives impliquant généralement des changements de comportements en matière de santé.

Son intérêt est d'identifier les dimensions socio-psychologiques et leurs répercussions biologiques, de manière à aider l'individu à trouver en lui et autour de lui des ressources pour faire face à la maladie et à adopter des comportements préventifs.

Psychologie de la santé



Ex du stress:

H. Selye met en évidence en 1936 que des événements désagréables pouvaient produire des modifications organiques considérables, appelées « syndrome général d'adaptation », plus connu sous le nom de stress.

Dans le cerveau, l'hypothalamus réagit aux situations d'alarmes en déclenchant des hormones. La finalité de ces réactions est de mobiliser les réserves de glucose (carburant des muscles), d'accélérer le débit sanguin...

De cette explication, il a été démontré que des situations stressantes augmentaient les risques de morbidité et de mortalité.

Psychologie de la santé

De ce constat est né une véritable pratique clinique à part entière :

- Programme de prévention dans la gestion du stress (exemple: techniques de relaxation...)
- Stratégies de coping (Lazarus et Folkman, 1984) = ensemble des efforts cognitifs et comportementaux destinés à maîtriser, réduire ou tolérer les exigences internes ou externes qui menacent ou dépassent les ressources d'un individu
- Thérapie de soutien de type cognitivo-comportementale pour « faire face au quotidien ».
- améliorer l'observance du traitement médical et paramédical
- améliorer la qualité de vie des malades
- prendre en charge des problèmes de relation soignant-malade et du stress des personnels de santé
- mettre en place de programmes de prévention, de promotion et d'éducation à la santé

La psychologie sociale

L'homme ne peut vivre qu'en groupe et en un sens toute la psychologie est ainsi sociale.

Discipline de la psychologie qui a permis de mettre en évidence l'importance d'un groupe d'appartenance, de l'influence du groupe...

La psychologie sociale au sens strict est la prise en compte du social dans deux principaux domaines: l'inter-groupe et l'intra-groupe



La psychologie sociale

Branche commune à la psychologie et à la sociologie s'intéresse à l'influence des processus cognitifs et sociaux sur les relations entre les individus

Elle étudie les interactions des individus en groupe, en société et dans les organisations, dans leur double dimension d'agents psychologiques et sociaux

Etude des interactions particulières entre l'individu et le groupe, phénomène de direction (leadership) ou de soumission à l'autorité, d'influence du groupe sur l'individu, etc.

La psychologie sociale

Mais même seul, l'individu a dans sa mémoire des représentations de type social, et la psychologie sociale cognitive est actuellement très productive en montrant l'importance des dimensions sociales dans la motivation, les émotions et le personnalité.

Ce sont par exemple, les effets de la comparaison sociale, les effets de l'attribution causale de ce qui nous arrive (Interne ou Externe)...



La psychologie sociale

➤ Etude des **stéréotypes** (Leyens, 1983)

stéréotypes = croyance qu'une personne entretient au sujet des caractéristiques des membres d'un autre groupe et du sien

→ généralisation touchant un groupe de personnes et les différenciant des autres

→ Les stéréotypes peuvent être généralisés à l'excès, être inexacts et résister à l'information nouvelles

La psychologie sociale

➤ Le conformisme (Asch, 1956)

Il s'explique par deux types d'influence : une influence « informationnelle » (le groupe a raison contre l'individu) et une influence « normative » (il est plus coûteux de subir la désapprobation du groupe que de se conformer)

Ex: dans une situation simple, un groupe d'expérimentateur donne la mauvaise réponse de manière unanime. Le sujet de l'expérience va également donner cette mauvaise réponse.

Psychologie sociale

➤ Expérience de Milgram (1960)

→ évaluer le degré d'obéissance d'un individu devant une autorité qu'il juge légitime et à analyser le processus de **soumission à l'autorité**, notamment quand elle induit des actions qui posent des problèmes de conscience au sujet

L'expérimentateur (E) est chargé de donner des ordres à l'enseignant (T), le sujet de l'expérience. Si son élève (L, un autre expérimentateur sans que le sache T) ne répond pas correctement à l'épreuve, il devra lui infliger des décharges électriques qui peuvent conduire à la mort.

- S'il ne voit pas L, 65% des participants seront capables d'infliger la mort en dépit des cris de douleur de L.
- Au contact de L, 30% des participants seront capables d'infliger la mort.

Psychologie du travail

- ou psychologie des organisations
études concernant la façon de perfectionner les responsables pour :
 - adapter les personnes au travail proposé en sélectionnant le personnel motivé et correspondant au poste ;
 - faire en sorte que les postes plaisent aux gens en créant un environnement de travail qui stimule le moral et la productivité ;
 - évaluer les résultats et créer des incitations à la performance ;
 - favoriser le travail en équipe et la réussite du groupe

Psychologie du travail

- le comportement de l'Homme au travail dépend des dynamiques de groupe
- questions de recrutement (évaluation, sélection, intégration...), de performance ; de pathologies au travail, de groupes de travail (normes, conflits...), de gestion de personnel (motivation, implication, attitudes, management...), mais aussi d'insertion et de réinsertion professionnelle, de formation, d'orientation

La neuropsychologie

- Traite des fonctions mentales supérieures dans leur rapport avec les structures cérébrales
- Se situe à l'intersection avec les neurosciences (neurologie, neurophysiologie) et des sciences du comportement (psychologie génétique, psycholinguistique)
- Etude, diagnostic, prise en charge thérapeutique des conséquences des lésions cérébrales sur le fonctionnement cognitif
- Compréhension du fonctionnement cérébral normal

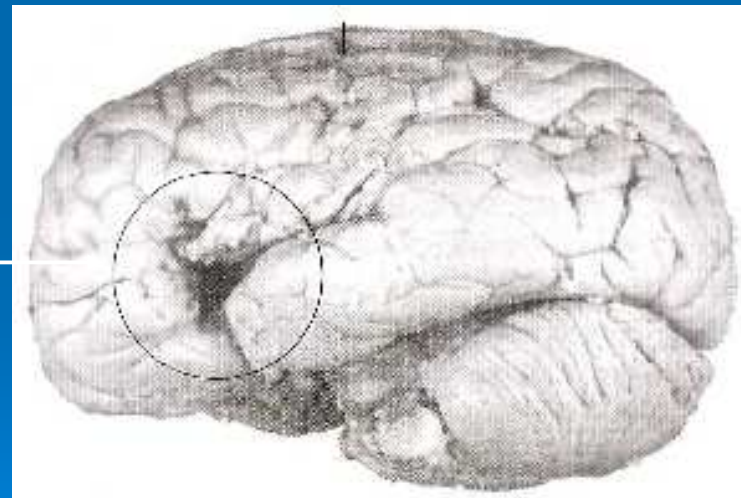
Neuropsychologie



Paul Broca (1824-1880)

Paul Broca

le langage est localisé dans l'hémisphère gauche.



Photographie du cerveau à partir duquel Broca établit la théorie de la localisation des fonctions cérébrales.

Patient nommé « Tan »