

Module : Introduction et méthodes de recherches

- A.** La psychologie et ses buts
- B.** Les perspectives de la psychologie
- C.** Les carrières en psychologie
- D.** Les méthodes de recherche

Introduction

- L'étude de la psychologie nous amène à mieux comprendre le comportement humain : le nôtre et celui d'autrui.
- Elle nous permet de savoir quels enjeux nous font agir, comment nous apprenons, comment notre mémoire emmagasine les souvenirs, comment se forme le caractère, comment notre cerveau traite l'information.
- Toutefois, le comportement humain est très complexe, car dans la majorité de ses aspects, on retrouve constamment les aspects hérités d'une part et ce que l'environnement physique et social imprime à tout moment d'autre part.
- La psychologie touche tous les aspects de notre vie.

A. La psychologie et ses buts

- La **psychologie** est : l'étude systématique et scientifique des comportements et des processus mentaux.
 - Psychologie : étude de l'âme/l'esprit
- Les **comportements** : sont des actions observables ou des réactions humaines et animales.
- D'autres psychologues croient que les rêves, les pensées et les sentiments sont importants, même s'ils ne sont pas directement observables.
- Les **processus mentaux** : sont non observables, mais précèdent ou suivent les comportements.
- Étude **systématique** : poser et répondre à une série de questions au sujet de pourquoi les gens pensent, agissent et ressentent certaines choses. Ceci réduit les chances de tirer de fausses conclusions.
- Étude **scientifique** : tirer des conclusions en identifiant un problème ou une question spécifique, en formulant une hypothèse, en faisant la collecte de données à partir d'observations et des expériences, et en analysant les résultats.

Étude de cas : Mme Williams est consciente d'avoir des comportements différents de ceux de la majorité des gens : par exemple, elle n'aime pas être touchée, retenue ou embrassée, elle évite de regarder les gens avec qui elle parle, elle déteste s'entretenir avec quelqu'un qui parle fort ou encore rencontrer des étrangers.

Enfant, Mme Williams percevait les mots uniquement comme une suite de sons. Quand des gens ou des choses l'agaçaient, elle jouait sans arrêt avec ses doigts pour créer des mouvements qui retenaient toute son attention et l'aidaient à échapper à ce monde qu'elle ne comprenait pas.

Sa mère croyait que sa fille était sous l'emprise des esprits du mal. Mme Williams croit, pour sa part, que ses comportements bizarres sont dus à un déséquilibre métabolique.

L'un des plus grands problèmes de Mme Williams est d'être parfois tellement submergée de stimuli visuels qu'elle fige sur place. Elle essaie donc de prévoir de telles situations en estimant le nombre de nouveaux stimuli auxquels elle devra s'ajuster dans une situation donnée.

Mme Williams sait que si elle a peur de rencontrer des gens, c'est que les contacts avec les autres entraînent une énorme surcharge sensorielle qui la paralyse. Elle évite donc de rencontrer plus d'une personne à la fois.

En tant que psychologue, si tu as à étudier ce cas, tu poursuivras à faire....?

- Les quatre buts de la psychologie :
 - Décrire : des comportements et des processus mentaux
 - Expliquer : les causes du comportement et des processus mentaux
 - Prédire : comment les comportements et les processus mentaux se manifestent dans certaines situations.
 - Contrôler : le comportement
- Le quatrième objectif comporte un aspect positif et négatif. Si les psychologues peuvent aider des gens à contrôler leurs comportements indésirables, on peut imaginer que le comportement des gens pourrait être contrôlé sans que ceux-ci ne le sachent ou n'y consentent.

B. Les perspectives de la psychologie

Lecture : Les trois hommes aveugles et l'éléphant

Il y a longtemps, trois hommes très sages, mais aveugles, voyageaient autour du monde. Un jour, en se promenant, ils sont arrivés à un éléphant qui dormait. Étant donné qu'ils ne voyaient pas, ils ne savaient pas que c'était un éléphant. Donc, ils ont essayé de déterminer ce qui bloquait la route. Au hasard, chaque homme a placé ses mains sur une différente partie de l'éléphant pour examiner et pour déterminer l'obstacle. Le premier homme, ayant touché la trompe de l'éléphant, a décrit un objet qui était long, en forme de tube et qui était flexible. Le deuxième homme, ayant mis ses mains sur l'abdomen, a dit : « Non, non, tu es erroné! Cet objet est très gros et rond. Il ne bouge pas du tout! ». Le troisième homme, qui touchait les défenses de l'éléphant, a décrit un objet qui était petit, très dure et pointu.

Quelle est la leçon de cette histoire et comment s'applique-t-elle à l'étude de la psychologie?

- Il existe six approches ou perspectives en psychologie.
 - L'approche psychodynamique/psychanalytique
 - L'approche behavioriste/behaviorale/comportementale
 - L'approche humaniste
 - L'approche cognitive
 - L'approche biologique/psychobiologique
 - L'approche socioculturelle
- Chaque perspective constitue une façon particulière d'appréhender la réalité et utilise des méthodes et des techniques de recherche qui lui sont propres.

Recherche d'une perspective

Tâche : Pour approfondir tes connaissances au sujet des approches de la psychologie, choisis-en une et entame une recherche.

Présentation :

- Description/définition de l'approche (dans tes mots);
- Le ou les grand(s) chercheur(s)/psychologue(s)
- Un exemple d'une étude reliée à cette approche.

Les perspectives historiques

Le structuralisme

Wilhelm Wundt : considéré comme le père de la psychologie.

- Premier laboratoire de psychologie en 1879 en Allemagne;
- Demandait à ses sujets de : laisser tomber des balles d'une plateforme; d'écouter un métronome et de dire ce qu'ils ressentaient.
- Analysait les sensations, ce qu'ils croyaient être la clé de l'analyse de la structure de la pensée \Longrightarrow **structuralisme**.
 - L'étude des éléments de base, principalement les sensations et les perceptions, qui constituaient l'expérience mentale consciente.
- La méthode d'analyse de Wundt, l'**introspection**, était importante à la psychologie.
 - Une méthode d'exploration ou de reconnaissance des processus mentaux conscients.
 - Consistait à demander aux sujets d'observer et décrire leurs propres sensations et perceptions.
 - A été critiquée car elle n'est pas scientifique (réactions personnelles qui pouvaient être biaisées).
- La perspective cognitive découle du structuralisme, car elle analyse les processus mentaux, mais à l'aide de méthodes scientifiques.

Fonctionnalisme

William James

- En 1890, a publié un livre *Les principes de la psychologie*, qui abordait tous les sujets traités aujourd'hui en psychologie : l'apprentissage, les sensations, la mémoire, etc.
- Il affirmait que c'est l'analyse par le cerveau des changements physiologiques qui est à la source des émotions.
- Il s'intéressait aux buts, aux usages et aux fonctions de la pensée \Longrightarrow **fonctionnalisme**.
 - L'étude des fonctions plutôt qu'à la structure de la conscience; comment nos pensées s'adaptent à un environnement en évolution.
- Ces idées ont été intégrées à différentes études.
- A beaucoup influencé la psychologie de l'éducation.

Gestaltisme

Max Wertheimer, Wolfgang Köhler et Kurt Koffka

- En 1912, ont étudié *le mouvement apparent* d'ampoules clignotantes.

- Selon Wertheimer, les expériences perceptives sont le produit de l'analyse d'un tout – en allemand *Gestalt* \iff **Gestaltisme**.
 - A mis en évidence que la perception est plus que la somme de ses parties;
 - Penché sur la façon dont les sensations sont organisées afin de constituer une expérience perceptive importante.
- Plusieurs principes de cette approche sont encore utilisés pour expliquer notre perception de l'environnement.

C. Les carrières en psychologie

- Un **psychologue** observe et analyse des patrons de comportements, développe des théories au sujet des comportements, et applique ses connaissances pour influencer les comportements.
- Il existe deux divisions principales en psychologie : expérimentale et appliquée.
 - La **psychologie expérimentale** : une psychologie qui s'intéresse à comprendre l'individu par des expériences et grâce à d'autres sciences, telles que la biologie, les mathématiques et les statistiques.
 - La **psychologie appliquée** : une psychologie qui applique les théories et les principes psychologiques pour surmonter des problèmes dans d'autres domaines, tels que la santé mentale, l'éducation, l'industrie, etc.
- L'activité professionnelle des psychologues se divisent en 3 catégories :
 1. Enseigner et faire de la recherche – se spécialisent dans la recherche fondamentale. Par exemple :
 - Le développement humain;
 - La santé physique ou mentale;
 - L'éducation;
 - La neuropsychologie; et
 - Les sensations ou les perceptions.
 2. Fournir des services de santé mentale : ils travaillent dans le secteur publique ou en privé. Par exemple :
 - les cliniques des hôpitaux;
 - le milieu scolaire;
 - les établissements psychiatriques; et
 - en privé.
 3. Faire de la recherche : font de la recherche ou de la consultation sur des sujets variés. Par exemple :
 - Le sport;
 - La publicité; et
 - Les questions d'environnement.

La pratique de psychologie au Manitoba

- Psychologue praticien : il veut comprendre la santé mentale; travaille dans les hôpitaux, les cliniques, les écoles.
- Psychologue consultant : il aide les gens à résoudre des problèmes, tels que l'anxiété, la motivation, etc.
- Psychologue scolaire : il explique les mécanismes d'apprentissage; vise à augmenter la performance scolaire.
- Psychologue clinicien : il explique les problèmes mentaux; formé en psychothérapie.

- Psychothérapeute : il pratique la psychothérapie (nécessite un doctorat); pas obligé de détenir un diplôme.
- Psychanalyste : pratique la psychanalyse; suit une formation privée; est admis à une institution internationale de psychanalyse.
- Psychiatre : un médecin qui a fait un internat en psychiatrie; étudie les troubles psychiques; autorisé à rédiger des ordonnances.

Psychiatre vs Psychologue

Psychiatre	Psychologue
Formation en médecine et une spécialisation	Baccalauréat, Maîtrise et doctorat en psychologie
Peut faire des ordonnances	Ne peut pas faire des ordonnances
Ne fait pas beaucoup de recherches	Peut faire beaucoup de recherches
Salaires très élevés	Salaires moyens à élevés

- Au Manitoba, pour devenir psychologue :
 - Baccalauréat en arts (BA) en psychologie ou Baccalauréat en sciences (BSc) en psychologie (majeure ou honneur : 4 ans)
 - Maîtrise en psychologie (2 ans)
 - Doctorat en psychologie (4 ans)

D. Les méthodes de recherche

- La **démarche scientifique** : une suite d'étapes intellectuelles utilisées pour résoudre un problème.
- Peu importe la méthode utilisée, les chercheurs suivent cinq étapes de base :
 1. La construction de la problématique (la question à répondre) pour formuler une hypothèse
 2. La collecte de données
 3. L'analyse de données
 4. L'interprétation des résultats
 5. La communication des résultats
- Les différentes méthodes :
 - La méthode expérimentale
 - La méthode de l'enquête
 - La méthode des études de cas
 - La méthode de la corrélation (ou de statistique)

Lecture : *Les méthodes de recherche*

Choisir une méthode (enquête, études de cas, ou corrélation), lire au sujet de celle-ci, discuter avec ton groupe et préparer un résumé.

La méthode expérimentale

- Une méthode qui permet de démontrer des relations de cause à effet entre les phénomènes à l'étude.
 - Elle est aussi utilisée pour mesurer l'efficacité de certains traitements.
 - Elle doit respecter certaines règles pour réduire : le risque de résultats biaisés ou erronés, et de contrôler l'effet du hasard.
 - **Effet Rosenthal** : l'effet du chercheur sur les résultats de l'expérience.
 - Biais en faveur de la recherche;
 - On trouve souvent ce qu'on veut prouver est vrai;
 - Ce n'est pas la fraude, c'est inconscient.
 - On l'élimine en éliminant les contacts entre le chercheur et le sujet ou en faisant une expérience double-aveugle.
 - C'est la seule méthode qui permet d'établir des relations cause à effet entre les variables à l'étude.
 - On doit réaliser que l'information obtenue ne peut pas être généralisée à d'autres situations si les conditions changent.
- Il y a 7 règles à suivre :
 1. Poser une ou plusieurs questions, qui sont transformées en hypothèses;

Ex. « *Le Ritalin est-il un médicament efficace pour traiter l'hyperactivité?* » Deviendra :
« *Le traitement au Ritalin diminue le nombre de comportements inadéquats des enfants hyperactifs à l'école.* »

2. Déterminer l'impact et les effets, en déterminant les variables indépendante et dépendante;
 - La variable indépendante : la condition que le chercheur manipule pour observer les effets.
 - La variable dépendante : la mesure de l'effet de la variable indépendante ou du traitement sur le sujet (observable jusqu'aux réactions du corps)

Ex. VI : *administrer une ou plusieurs doses de Ritalin et un placebo; VD : les comportements des sujets*

3. Choisir les sujets (sélection au hasard et ils possèdent toutes les caractéristiques de la population cible)
 - Sélection au hasard : chaque individu d'une population a une chance égale d'être choisi comme sujet (pour éviter le biais chez le chercheur)

Ex. *Choisir chaque 10^e nom dans une liste d'enfants hyperactifs*

4. Former les groupes de façon aléatoire (pour diminuer les erreurs causées par les biais)
 - Groupe expérimental : sujets qui reçoivent le traitement
 - Groupe contrôle (ou témoin) : sujets suivent la même procédure mais ne reçoivent pas le traitement

Ex. Groupe expérimental reçoit le Ritalin; groupe contrôle reçoit le placebo (une pilule de même apparence)

5. Manipuler la variable indépendante
 - Administration du traitement ou du placebo
 - Afin de ne pas biaiser les résultats, les sujets et l'expérimentateur ne savent pas à quel groupe ils sont assignés : essai en double aveugle.
 - Éviter aussi l'autoréalisation des prophéties
6. Mesurer les variations
 - Observer les réactions des sujets de tous les groupes, les chercheurs peuvent mesurer l'effet de la variable indépendante sur la variable dépendante.

Ex. Compter les nombre de comportements inappropriés dans chaque tranche de 30 min.

7. Analyser les résultats
 - Utiliser des tests statistiques pour déterminer si les changements observés sont significatifs (ex. *on est certain à 95%*) :
 - causés par la variable indépendante; ou
 - causés par une erreur; ou
 - au hasard.
 - D'après l'analyse, l'hypothèse de départ est confirmée (ou non)

Malgré l'analyse, toute découverte est examinée avec scepticisme jusqu'à ce que d'autres chercheurs répètent l'expérience et obtiennent les mêmes résultats.

La méthode de l'étude de cas

- Une méthode permettant l'analyse en profondeur des pensées, des sentiments, des croyances et des comportements d'une personne.
 - C'est-à-dire, les chercheurs analysent les actes de l'humain et leurs comportements.
 - Faite à partir de **témoignage**
 - L'expression d'un point de vue basé sur des observations détaillées et sur l'expression personnelle.

Ex. Certains parents d'enfants hyperactifs disaient que lorsqu'ils consommaient des aliments contenant l'aspartame, les symptômes d'hyperactivité augmentaient.

- L'étude de cas peut aider à trouver des réponses, mais peuvent aussi donner des résultats faux.
 - Les observations provenant d'une étude de cas peuvent être mal interprétées;
 - Les croyances personnelles peuvent influencer la perception;
 - L'autoréalisation des prophéties : une personne peut croire ou a des attentes reliées à un événement et donc elle agit, inconsciemment, de façon à ce qu'il se produise.

La méthode de l'enquête

- Les enquêtes ou sondages sont efficaces pour recueillir rapidement l'information sur les croyances, les attitudes, les comportements, les expériences de nombreuses personnes appartenant à divers groupes pour comparer leurs réponses.
 - Ils nous informent sur ce que les gens pensent ou sur la façon dont ils se comportent.
- Les résultats dépendent de comment la question est formée ou de qui pose les questions.
- En changeant des petits détails, les résultats peuvent changer.
- Si quelqu'un n'entend pas la question, ne la comprend pas ou bien ne l'interprète pas comme il faut, la réponse peut être erronée.

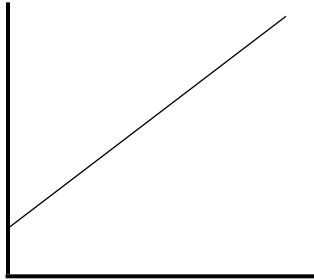
La méthode de corrélation

- La mesure statistique de la relation entre deux variables.
 - Une corrélation ne peut pas exister sans avoir deux ou plusieurs phénomènes (variables) qui sont mesurables en quantités.
- Cette mesure peut donner des idées pour trouver la cause possible de certains phénomènes, mais N'indique PAS de relation cause à effet.

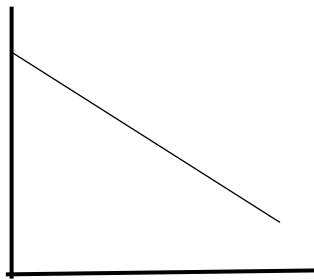
Ex. Les gens minces vivent plus longtemps, mais la minceur n'est pas la cause d'une plus grande longévité.

- La force ou l'importance de la relation entre les deux variables est indiquée par le **coefficient de corrélation**.
 - Plus le nombre se rapproche à +1,00 ou -1,00, plus la relation est forte ou importante.
 - Plus le nombre se rapproche à 0, plus la relation est faible.
 - Le sens de la relation est indiqué par le signe + ou - :

- Une relation positive (+) : les deux variables augmentent ou diminuent ensemble.



- Une relation négative (-) : une variable diminue quand l'autre augmente.



- Étapes à suivre :

1. Faire certain qu'il y a une corrélation avant de faire des conclusions;

Ex. Même après avoir obtenue une corrélation positive entre le fait de fumer et le décès par le cancer du poumon, on ne savait pas si la cigarette était la cause du cancer.

2. Faire un graphique;
3. Déterminer un niveau de corrélation avec le coefficient.

L'éthique

Recherche : étude non-éthique

Lecture : *L'éthique*