

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
République Algérienne Démocratique et Populaire

Ministère de l'Enseignement Supérieur  
et de la Recherche Scientifique  
Université de Béjaïa  
Aboudaou  
Faculté des Sciences Humaines et Sociales  
Département des sciences sociales



وزارة التعليم العالي و البحث العلمي  
جامعة بجاية  
كلية العلوم الإنسانية و الإجتماعية  
قسم العلوم الإجتماعية

**Intitulé de la licence :** Sciences Sociales

**Matière :** introduction à la psychologie

**Unité d'Enseignement :** fondamentale

**Assuré par Dr. Fergani**

## **Introduction à la Psychologie**

**Année universitaire 2020-2021**

## **Objectifs et contenu de l'enseignement :**

Cette matière va vous permettre d'avoir des connaissances sur les points suivants :

- Histoire et définition de la psychologie.
- Les domaines d'intervention de la psychologie.
- Les différentes écoles et théorie de la psychologie.
- Méthodes de recherche en psychologie

## **1- Histoire de la psychologie**

L'histoire de la psychologie se résume en trois grandes périodes :

### **1-1 La psychologie pré-scientifique :**

Les philosophes de l'**Antiquité (Au 5ème et 4ème siècle avant Jésus Christ)** ont été les premiers à « faire de la psychologie ».

Le terme « psychologie » n'existait pas à cette époque, mais **Socrate** (470-399 av. j.-C.), **Platon** (428-348 av. j.-C.), et **Aristote** (384-322 av. j.-C.) se sont intéressés à l'étude de l'âme qui constituait le siège des **pensées** et des **émotions**.

**Platon** dit : L'âme habite le corps et dirige l'individu toute sa vie.

Il reprend de son maître **Socrate** : « connais-toi, toi-même ». Il faut d'abord se connaître soi pour apprendre à connaître les autres.

Pour se connaître soi même il faut avoir une **pensée rationnelle** et il faut faire de l'**introspection** (cf. : l'auto-analyse).

**Socrate** dit aussi : « Les individus sont des êtres sociaux qui s'influencent mutuellement ».

### **1-2- Les premiers pas vers une psychologie scientifique**

C'est dans la seconde partie du XIX<sup>e</sup> siècle que sont survenus les deux événements qui, de l'avis général des historiens, marquent les débuts et la reconnaissance de la psychologie comme discipline scientifique.

**Le premier pas** vers une psychologie scientifique est la publication d'un ouvrage intitulé *Éléments de psychophysique* par l'Allemand **Gustav Theodor Fechner** pour décrire l'étude

des relations de dépendance entre le corps et l'esprit d'où la combinaison des composantes « psycho » (l'esprit) et « physique » (le corps) pour la nommer.

**Le deuxième pas**, aux yeux des historiens, est la fondation des premiers laboratoires de psychologie scientifique avec Wundt et James.

L'Allemand **Wilhelm Wundt** consacre les débuts de la psychologie scientifique en fondant le premier laboratoire officiel de psychologie expérimentale, en 1879, à Leipzig en Allemagne.

Il convient de signaler ici qu'à la même époque aux États-Unis, d'autres chercheurs – entre autres **William James** – commencent déjà à mener des expériences dans des locaux tenant lieu de laboratoires.

### **1-3- La psychologie contemporaine**

Les pionniers que nous venons de présenter avaient marqué le coup d'envoi du développement d'une psychologie scientifique, mais leurs travaux demeuraient principalement à teneur physiologique. Toutefois, à partir du XX<sup>e</sup> siècle apparaissent différentes approches plus psychologiques.

Nous nous contentons de citer quelques figures emblématiques qui ont marqué la psychologie moderne :

**Sigmund Freud (1856-1939)** : Médecin viennois d'origine juive, Freud a fondé la psychanalyse, une théorie de la personnalité et une approche thérapeutique basées sur la notion d'inconscient.

**John B. Watson (1878-1958)** : Se basant sur les travaux de Pavlov, Watson a fondé le béhaviorisme, une approche selon laquelle la plupart des comportements sont appris par conditionnement.

**Carl Rogers (1902-1987)** : Insatisfait des approches béhavioriste et psychanalytique, Rogers a fondé une approche thérapeutique mettant l'accent sur la personne.

**Jean Piaget (1896-1980)** : Biologiste avant de s'intéresser à la psychologie, Piaget a élaboré ce qui demeure encore la théorie la plus complète portant sur le développement de l'intelligence.

## 2- La définition de la psychologie

Le terme « **psychologie** » vient de « **psyché** » (terme d'origine grecque signifiant « **âme** », « **esprit** ») et de logos (du grec logos signifiant « **science** », « **étude** »). C'est vers la fin du XVI<sup>e</sup> siècle ou au début du XVII<sup>e</sup> siècle, semble-t-il, que serait apparu le terme. Ce terme décrit très bien la première définition qu'on a donnée de la psychologie, à savoir la « **science de l'âme** ».

Il existe plusieurs définitions de la psychologie. Nous retenons la définition suivante qui fait aujourd'hui consensus chez la plus part des auteurs : la **psychologie** est la « **science du comportement et des processus mentaux** »

Le terme **comportement** renvoie à l'ensemble des actions et réactions d'un être (humain ou animal) observables directement (par exemple, un geste de la main, le clignement des yeux) ou indirectement à l'aide d'appareils (par exemple, l'activité électrique du cerveau). L'expression **processus mentaux** fait référence à l'ensemble des phénomènes traduisant une activité interne intellectuelle ou affective (par exemple, rêver, apprendre, se souvenir, ressentir une émotion).

## 3- Les méthodes de recherche en psychologie

### 3-1- L'introspection

Méthode des états de conscience.

On demande au sujet de s'observer lui même face à une situation expérimentale. Il doit saisir ses états de conscience et les rapporter verbalement face à l'expérimentateur. L'accent est mis sur l'auto analyse.

### 3-2- La méthode expérimentale

C'est la méthode en laboratoire. La plus pratique car on peut manipuler les variables.

Le principe est de partir d'une hypothèse et de modifier un point précis de la situation. (= variable indépendante).

Constater ensuite les variations que cela entraîne sur le facteur que l'on observe. (= la variable dépendante).

### **3-3- La méthode clinique**

C'est une méthode qui approfondit des cas individuels. On l'appelle clinique car c'est une observation prolongée. En fait, c'est une observation de la personne dans son milieu naturel. Les techniques d'examens:

#### **- L'anamnèse et l'entretien**

L'anamnèse consiste en une série de questions que le psychologue va poser pour avoir des informations sur le passé et le présent du patient.

#### **- L'observation**

On peut relever notamment la comportement d'une personne vis-à-vis d'une tâche, mais aussi ses mimiques, sa gestuelle, ses silences et ses blocages.

#### **- Les tests**

Servent à mesurer certains traits de comportements, certains traits de personnalité de l'individu.

On va choisir les tests qu'on va utiliser en fonction de l'anamnèse, de l'entretien...

### **3-4- La méthode d'observation naturelle**

Observation sur le terrain. Ce n'est pas une méthode subjective, on utilise des grilles comportementales.

Soit observateur direct, soit caméra cachée.

### **3-5- La méthode d'enquête**

Mise en évidence des opinions, attitudes, et valeurs des individus par des questionnaires, des entretiens, et des sondages.

On décide à l'avance du comportement que l'on veut étudier. On construit des questions. On prélève un échantillon représentatif de la population que l'on veut étudier.

## **4- Les domaines d'intervention de la psychologie**

### **4-1- La psychologie clinique**

Le psychologue clinicien est un psychologue qui « travaille directement auprès des individus (enfants, adultes, personnes âgées) ou des groupes en utilisant un vaste éventail de méthodes d'évaluation et d'intervention dans le but de favoriser la santé psychologique et de rétablir la santé mentale.

## **4-2- La psychologie en milieu scolaire**

Le psychologue travaillant en milieu scolaire, couramment appelé psychologue scolaire, a pour tâche non seulement d'aider les élèves qui éprouvent des problèmes d'apprentissage ou d'adaptation à l'environnement scolaire, mais aussi de prévenir, dans la mesure du possible, l'apparition de ce type de problèmes.

## **4-3- La psychologie du travail et des organisations**

Cette spécialité « s'intéresse au développement et au changement organisationnels, à la sélection des ressources humaines, à la formation et à l'orientation des travailleurs, à l'évaluation du rendement et des compétences des employés, à la santé et la sécurité au travail et, enfin, aux programmes d'aide aux employés.

## **4-4- La psychologie sociale**

Le psychologue qui œuvre dans ce domaine s'intéresse à l'individu dans son environnement, à ses liens avec la communauté et à la société en général.

## **4-5- La neuropsychologie.**

Le neuropsychologue a pour tâche d'évaluer dans quelle mesure le fonctionnement du système nerveux central peut influencer sur la manière de penser, de se sentir et de se comporter d'une personne et, s'il y a problème, de procéder à certaines interventions susceptibles d'améliorer la situation.

## **5- Les grandes approches passées et actuelles de la psychologie**

### **5-1- Les approches psychologiques classiques**

#### **5-1-1- L'approche psychanalytique**

La psychanalyse est une approche psychologique fondée par **Freud (1856-1939)** dont l'inconscient constitue le concept central. Elle comprend une théorie explicative de la personnalité et une forme de thérapie.

Freud a élaboré une théorie de la personnalité dont l'idée centrale est la suivante : ce qui motive un individu provient de conflits inconscients non résolus entre les désirs issus de différentes formes d'énergie psychique, l'énergie sexuelle étant la plus importante d'entre elles. L'ensemble des désirs non satisfaits et refoulés constitue alors ce que Freud appellera **l'inconscient**, lequel constituera la pierre angulaire de sa théorie.

**L'inconscient** est un réservoir des pulsions et désirs refoulés auxquels l'individu ne peut avoir accès directement et qui constitue la source première des explications du fonctionnement humain, plus particulièrement des motivations et des émotions.

**Alfred Adler** et **Gustav Carl Jung** sont parmi les principaux disciples de Freud, mais ils ont fini par se dissocier de lui, car ils en viennent à accorder beaucoup moins d'importance à l'énergie sexuelle dans les conflits inconscients.

Adler pense que l'énergie fondamentale n'est pas la sexualité, mais le besoin de compenser un sentiment d'infériorité ressenti par le jeune enfant devant l'adulte. Pour Jung cependant, les motivations fondamentales de l'individu prennent leur source dans un inconscient collectif.

### **5-1-2- L'approche béhavioriste**

Approche psychologique ne s'intéressant qu'aux comportements directement observables, ceux-ci étant considérés comme des réponses apprises en réaction aux stimuli provenant du milieu. Comprend une théorie explicative de la personnalité et une forme de thérapie.

**Pavlov** avait démontré que le réflexe de salivation, normalement déclenché par la présence de nourriture dans la bouche, peut être provoqué par ce que le chercheur russe avait appelé un stimulus psychique, tel qu'un son. Autrement dit, un organisme peut être conditionné à réagir à un stimulus auquel il ne répondait pas auparavant.

**Watson (1878-1958)** définit la psychologie comme la science du comportement ; celle-ci porte exclusivement sur l'étude des relations entre stimuli et réponses, c'est-à-dire uniquement ce qui est observable, mesurable et quantifiable. Voulant faire de la psychologie une science tout à fait objective, il en exclut l'élément subjectif que constitue la conscience,

qu'il considère comme une boîte noire dont l'intérieur est impossible à observer objectivement.

### **5-1-3- L'approche gestaltiste**

Pour **Max Wertheimer (1880-1943)** et ses collaborateurs, la perception porte d'abord et avant tout sur des *gestalts*, un terme d'origine allemande qui désigne essentiellement des ensembles structurés d'éléments où ce ne sont pas les éléments qui comptent, mais les relations qui existent entre eux.

Les gestaltistes s'opposent à l'approche béhavioriste de Watson, qu'ils considèrent comme trop réductrice. Ainsi, alors que pour Watson, la psychologie scientifique se limite à étudier quels stimuli provoquent quelles réponses, les gestaltistes insistent sur le fait qu'un stimulus n'a pas forcément la même signification pour tout le monde et que c'est la relation entre le stimulus et l'organisme, c'est-à-dire la combinaison stimulus- organisme, qui déterminera la réponse.

### **5-1-3- L'approche humaniste**

Façon d'aborder le fonctionnement de l'humain mettant l'accent sur l'individu en tant que personne humaine dont le but ultime est de réaliser son plein potentiel. Comprend une théorie explicative de la personnalité et une forme de thérapie.

**Carl Rogers (1902-1987)** est parmi les fondateurs de cette approche. Insatisfait des approches béhavioriste et psychanalytique, Rogers a fondé une approche thérapeutique mettant l'accent sur la personne. Rogers a été influencé par un courant de pensée né autour de 1950 et baptisé approche humaniste par **Abraham H. Maslow**. Pour ce dernier, ce que l'individu cherche avant tout, c'est de donner un sens à sa vie afin d'en arriver à s'épanouir pleinement en tant que personne en exploitant au maximum toutes ses possibilités.

### **5-1-3- L'approche cognitive**

Façon d'aborder le fonctionnement de l'humain en mettant l'accent sur les processus mentaux, plus particulièrement sur la façon dont ces derniers traitent l'information

permettant l'acquisition de connaissances et influent sur le comportement. Comprend une théorie explicative de la personnalité et une forme de thérapie.

Le terme « **cognitif** » provenant d'un mot latin qui signifie « **connaître** ». Les chercheurs dans ce domaine étudiaient essentiellement les processus cognitifs ou, plus précisément, la façon dont les connaissances sont acquises et jouent un rôle dans les actions effectuées par l'organisme. En raison de l'accent qu'elle met sur les processus d'acquisition des connaissances, l'approche cognitive en vient à inclure les travaux du Suisse Jean Piaget. Biologiste de formation, **Piaget (1896-1980)** se tourne par la suite vers la psychologie de l'enfant et élabore ce qui demeure encore la théorie la plus complète portant sur le développement de l'intelligence.

## **5-2- Quelques approches psychologiques plus récentes**

### **5-2-1- L'approche écosystémique**

Approche centrée sur la personne en tant qu'individu au cœur d'un environnement à couches multiples (famille, communauté rapprochée, société, environnement global) et selon laquelle les couches de l'environnement ont d'autant plus d'influence sur l'individu qu'elles en sont rapprochées.

### **5-2-2- L'approche positive**

Approche psychologique mettant l'accent à la fois sur l'étude des forces et des vertus qui rendent les individus et les communautés aptes à s'épanouir pleinement, et sur l'importance de travailler dans le cadre de la méthode scientifique.

**Martin Seligman** est considéré comme le fondateur de la psychologie positive.

### **5-2-3- L'approche psychobiologique**

Façon d'aborder le fonctionnement de l'humain mettant l'accent sur les liens entre les phénomènes psychologiques et les structures et mécanismes biologiques sous-jacents (système nerveux, gènes, hormones). Comprend une théorie explicative de la personnalité et certaines techniques d'intervention.

## **Quelques références bibliographiques**

### **Livres**

Marmion J-F, (2012). *Histoire de la psychologie*. Sciences Humaines Éditions.

Parot F & Richelle M. (2013). *Introduction à la psychologie. Histoires et méthodes*. Paris : Presse Universitaire de France.

Parent G & Cloutier P. (2013). *Initiation à la psychologie*. Bibliothèque et Archives Canada.

### **Sites internet**

[www.scienceshumaines.com](http://www.scienceshumaines.com)

[www.editions.scienceshumaines.com](http://www.editions.scienceshumaines.com)