

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

République algérienne démocratique populaire
Ministère de l'enseignement supérieur et de la recherche scientifique



Faculté des sciences humaine et sociales
Département des Sciences Sociales

Les cours en

Introduction à la psychologie

Destiné aux étudiants de première année sciences sociales

Année universitaire 2021-2022

Table des contenus

Introduction a la psychologie

- 1- Aperçu de l'histoire de la psychologie
 - 1.1- Première période (de la Grèce antique au 19 ème siècle)
 - 1.2- Deuxième période (du 19 ème siècle aux années 1950).
 - 1.3- Troisième période : l'évolution récente (des années 1950 à aujourd'hui)
- 2- Définition et objectifs de la psychologie
- 3- Les aspects étudiés en psychologie
- 4- Les principaux domaines de la psychologie

Entrée:

La psychologie est une jeune science qui a une longue histoire car elle est liée à celle de la philosophie. La psychologie a subi de profondes transformations au cours de l'histoire. On peut distinguer schématiquement trois périodes essentielles durant lesquelles l'objet même de la psychologie a changé.

1- Aperçu de l'histoire de la psychologie

1.1- Première période (de la Grèce antique au 19^{ème} siècle)

Le mot "psychologique" n'apparaît qu'au 18^{ème} siècle. Il est introduit par le philosophe allemand Wolff (1679-1754) pour désigner **la science de l'âme**. Toutefois le passé de la psychologie remonte beaucoup plus loin car il est lié à celui de la philosophie (les philosophes de la Grèce antique).

L'une des œuvres d'**Aristote** (philosophe grec (384-322 avant JC) s'intitule "Peri Psyches" (au sujet de la Psyché) et débute par une histoire de la pensée psychologique et des perspectives historiques sur la nature de l'esprit et du comportement. **Aristote** explique pourquoi le comportement humain est soumis aux règles et aux lois, tout comme le sont les mouvements des étoiles et des marées. Il approfondit ensuite son sujet, thème par thème : les sensations et la perception, la personnalité, la pensée, l'intelligence, les sentiments et les émotions, la mémoire ... Ce qu'on retrouve encore aujourd'hui dans la plupart des manuels d'introduction à la psychologie.

Durant cette longue période, la psychologie présente deux caractéristiques essentielles : elle est **subjective** et elle ne concerne que **l'homme**, pas l'animal. Elle est subjective car le savoir est principalement élaboré par **introspection**, c'est-à-dire en observant ses propres états d'âme.

Il n'y a pas de preuves basées sur des faits observables. Cette façon de procéder peut évidemment conduire à des erreurs grossières et sera critiquée (naissance de la psychologie scientifique). Nous sommes souvent incapables de décrire nos propres mécanismes de fonctionnement. Psychologie **de l'homme** : la psychologie comme science de l'âme (psychologie philosophique) ne concerne pas l'animal puisque l'âme est l'apanage de l'être humain. (**Parot.F,richelle.M,2013**)

1.2- Deuxième période (du 19^{ème} siècle aux années 1950) :

1.2.1- Naissance de la psychologie scientifique :

Au 19^{ème} siècle, les conceptions changent radicalement du spiritualisme au matérialisme, probablement comme une conséquence de la révolution industrielle. En Europe, principalement en **Allemagne**, plusieurs chercheurs contribuent à la naissance de la psychologie scientifique à partir de sciences voisines telles que la physiologie, la physique, la médecine.

La plupart des historiens fixent la naissance de la psychologie en tant que science, à l'année **1879** lorsque **Wundt** (1832-1920) met sur pied le premier **laboratoire de psychologie** à Leipzig en Allemagne. (**Ohayou.A,Plas.R,2011,p 14**)

Ses travaux portent sur les sensations et les perceptions, en particulier dans le domaine **visuel**. Il faut noter que les débuts de la psychologie scientifique sont plutôt caractérisés par un Objectif de **mesure** qui se situe dans le sillage des laboratoires de physiologie et de physique. Mais la coupure avec la psychologie philosophique n'apparaît pas comme radicale. Ainsi, pour Wundt, toute psychologie commence par l'introspection qu'il qualifie de dirigée. Soumis à une tâche donnée, les sujets doivent décrire verbalement ce qui « se passe dans leur tête ». Wundt a observé et soigneusement mesuré des stimuli divers (lumière, son, poids...). Il a eu ensuite recours à l'introspection pour examiner les réactions des individus à ces stimuli. Il a baptisé cette approche "l'observation expérimentale de soi". Les sujets devaient s'exercer très longuement avant d'être en mesure de participer à une telle expérience. Wundt cherche à appréhender et à définir les éléments de base du fonctionnement mental et à spécifier les lois de leur organisation en structures plus complexes. Les situations de laboratoire impliquent une standardisation des conditions d'observation, de présentation et de réalisation des tâches, de façon à pouvoir comparer les résultats. Wundt a inventé plusieurs instruments pour présenter des stimuli ou pour enregistrer les réactions des sujets. Ainsi, il inventa le tachistoscope : appareil permettant à la fois de présenter un stimulus visuel durant un court instant et de mesurer avec précision ce stimulus.

L'approche de Wundt a été critiquée et cette critique a engendré l'émergence de nouvelles écoles en psychologie au 20^{ème} siècle comme le béhaviorisme et la psychologie de la gestalt.

Les mérites de Wundt subsistent toutefois. Il a contribué de façon importante à établir la psychologie scientifique. Il a formé pratiquement tous les pionniers européens et américains de la psychologie expérimentale de la fin du 19^{ème} siècle et du début du 20^{ème} siècle. A la fin du 19^{ème} siècle, la psychologie scientifique s'installe dans les universités (**Leipzig, Berlin, Louvain, Paris, Londres, Oxford, Cambridge, Chicago, New York, Baltimore, Leningrad, Moscou...**). De nombreux laboratoires se créent dans les pays occidentaux.

Des congrès nationaux et internationaux s'organisent. Des revues spécialisées apparaissent et sont publiées régulièrement.

A peu près à la même époque, un autre allemand, **Ebbinghaus** (1850-1909), fonde à la fois l'étude expérimentale de la mémoire et la méthode expérimentale moderne (au delà de l'introspection dirigée). Ebbinghaus s'intéresse à la façon dont l'esprit mémorise les informations, les restitue ou encore les oublie. Il va utiliser le nombre de répétitions nécessaires pour apprendre ou réapprendre, comme mesure de la mémoire. Voulant étudier la « mémoire brute » en éliminant tout risque de subjectivité, Ebbinghaus utilise des listes de syllabes dépourvues de sens. Par ses travaux, Ebbinghaus montre que la psychologie expérimentale peut aussi étudier les fonctions supérieures (pas uniquement les sensations, les temps de réaction...).

1.2.2- Le structuralisme :

Les idées de Wundt ont été exportées aux USA par un de ses étudiants, **Titchner** (1867-1927). Ces idées ont donné naissance au **structuralisme** (parce qu'elles traitaient de la structure de l'activité mentale). Le structuralisme tentait de définir la nature de l'expérience consciente en la décomposant en sensations objectives comme la vue ou le goût et en impressions subjectives comme les réactions émotives, les images mentales... Les structuralistes pensaient que l'esprit humain fonctionnait en combinant avec créativité les éléments de l'expérience. Il s'agissait de mettre au point une sorte de "chimie mentale" en analysant le vécu après l'avoir divisé en éléments fondamentaux.

1.2.3- Le fonctionnalisme :

Vers la fin du 19^{ème} siècle, **James** (1842-1910), psychologue américain, a élargi le champ de la psychologie en y ajoutant le comportement animal, le comportement « anormal » et beaucoup d'autres sujets. James est l'un des fondateurs de l'école du **fonctionnalisme** qui traite des façons dont l'expérience nous permet de fonctionner de manière plus adaptée à notre environnement. Les fonctionnalistes tentent de comprendre comment l'esprit fonctionne pour nous adapter à l'environnement. Ils utilisent l'observation du comportement en laboratoire pour compléter l'introspection.

Darwin (1809-1882) exerça une grande influence sur les fonctionnalistes. Selon lui, les organismes évoluent au moyen de la sélection naturelle, de façon à favoriser la survie de l'espèce. Les traits qui contribuent à l'adaptation des animaux à l'environnement sont retenus dans l'évolution. Les autres sont voués à l'extinction. Les fonctionnalistes ont adapté la théorie de Darwin au comportement. Ils ont proposé que les modèles de comportement les plus adaptatifs sont appris et maintenus, alors que les moins adaptatifs ont tendance à disparaître.

Galton (1822-1911), un cousin de Darwin, joua un rôle important dans l'essor de la psychologie des différences individuelles (psychologie différentielle).

Ceci aboutira à la mise au point et à l'utilisation des tests en psychologie au début du 20ème siècle. La technique favorite de Galton (qu'on peut considérer comme le fondateur de la psychologie anglaise) consistait à mesurer un grand nombre d'individus et à situer chaque sujet par rapport au groupe de référence (ce qu'on appelle aujourd'hui la constitution d'un étalonnage).

1.2.4- Le behaviorisme :

Le fonctionnalisme a été mis au défi par un nouveau courant, le behaviorisme. Ici, la coupure avec la psychologie philosophique est radicale. Watson (1878-1958) qui est le fondateur du behaviorisme, refuse de définir la psychologie comme l'étude de l'esprit ou l'étude de l'expérience consciente. Il considère que l'introspection n'est pas scientifique.

Il affirme que si la psychologie veut être considérée comme une science objective au même titre que la physique ou la chimie, elle doit se limiter aux événements observables et mesurables, c'est-à-dire au comportement (visible ou explicite) (behavior). Pour **Watson**, il s'agit d'étudier l'homme avec les mêmes méthodes objectives que celles utilisées pour l'animal qui ne peut s'observer lui-même.

Jusque là, on avait défini la psychologie comme l'étude de l'expérience mentale, reposant sur l'observation de soi grâce à l'introspection. Celle-ci consiste à observer et à enregistrer ses propres perceptions et sentiments, réfléchir sur la nature et le cheminement de ses propres pensées et émotions.

Selon Watson, les psychologues devaient abandonner l'introspection comme méthode de recherche. Ils devaient s'en tenir à ce qu'ils pouvaient observer ou mesurer directement.

L'observation objective (qui permet par définition un accord entre plusieurs observateurs) ne peut s'appliquer que sur deux types de variables :

- les variables de situation (les stimuli) : la variété de ces stimulations est illimitée, allant des longueurs d'onde d'un stimulus lumineux à une question posée...
- les variables de comportement (les réponses) : réponse motrice comme le parcours dans un labyrinthe, temps de réaction, dessin...
- Selon les behavioristes, tous les phénomènes psychologiques débutent par un stimulus et finissent dans une réponse, ce qui a donné lieu à l'expression "psychologie stimulus-réponse (psychologie S-R)". Dans cette perspective, l'étude du comportement consiste à établir les relations qui existent entre les stimuli et les réponses.

1.2.5- La psychanalyse :

La psychanalyse fondée par **Freud** (1856-1939) est très différente des autres écoles de psychologie tant par ses antécédents que par son approche. La théorie freudienne, plus que les autres, a envahi la culture populaire et plusieurs de ses concepts nous sont familiers (refoulement, transfert, contre-transfert, pulsions...).

Contrairement aux autres psychologues des milieux académiques qui dirigeaient des recherches en laboratoire, **Freud** acquit sa compréhension de l'être humain en menant des entrevues cliniques avec des patients. Il fut étonné du manque de perspicacité que ses patients semblaient démontrer quant à leurs intentions. Il finit par penser que les processus inconscients, surtout **les pulsions sexuelles et agressives**, avaient plus d'influence que la pensée consciente sur le comportement. Il conçut une méthode de psychothérapie - la psychanalyse - dont l'objectif est d'aider les patients à comprendre leurs nombreux conflits intérieurs et à trouver des façons socialement acceptables d'exprimer leurs désirs et de satisfaire leurs besoins. Selon ce type de psychothérapie, il est indispensable de comprendre la vie intérieure des individus : conflits inconscients qui gouvernent les actions, angoisse liée à la mort et à la perte (qu'on cherche à réprimer), insécurité et peurs qui remontent à la petite enfance et qu'on revit à l'âge adulte... Pour ce faire, les psychanalystes préconisent le recours à l'analyse de tout ce que la personne révèle au cours de la thérapie. Ils analysent les souvenirs mais aussi les rêves, les lapsus (le fait d'employer par erreur un mot à la place d'un autre), les fantasmes, les associations libres...

La psychanalyse est à la fois une théorie de la personnalité et une méthode de psychothérapie.

Elle s'appuie sur des études en profondeur de cas individuels plutôt que sur des études expérimentales. L'étude de cas consiste en une description détaillée d'une personne faisant l'objet d'une étude ou d'un traitement. (Huffman.K , Marinier.L , Huot.A , Bureau,2014,pp 22-26)

1.3-Troisième période : l'évolution récente (des années 1950 à aujourd'hui)

En dépit des apports importants de la psychologie de la gestalt et de la psychanalyse, la psychologie a été dominée par le behaviorisme jusqu'à la seconde guerre mondiale, surtout aux USA. Une fois la guerre finie, l'intérêt pour la psychologie s'accroît et beaucoup de personnes sont attirées par cette science. Des instruments plus sophistiqués dérivés de l'électronique, deviennent disponibles de sorte que qu'il est permis d'étudier plus de comportements. L'expansion des recherches fait ressortir le caractère trop restrictif des positions théoriques jusque là dominantes (positions béhavioristes. (Hergenhahn.B.R,Y, Henley.T.B,2016)

2.Définition et objectifs de la psychologie :

2.1-Définition :

Psychologie : psyché = esprit ; logos = connaissance ou étude.

La psychologie peut être définie comme l'étude **scientifique** du **comportement**. Il convient de souligner d'emblée que cette définition est relativement récente car la psychologie a été longtemps associée à la philosophie.

Ce n'est qu'à la fin du 19^{ème} siècle, en même temps que se développent les autres sciences humaines, que la psychologie va acquérir une dimension scientifique.

Revenons à la définition et à deux termes importants : **scientifique et comportement**.

a- Scientifique : cela signifie que la psychologie repose sur des connaissances acquises par une démarche scientifique respectant différents critères (objectivité, vérifiabilité/falsifiabilité, répliquabilité...).

b- Comportement : doit être entendu au sens large du terme (y compris les processus mentaux): les actions mais aussi les pensées, les souvenirs, les images mentales, les raisonnements, les émotions...

Par ailleurs, si la psychologie s'intéresse surtout au comportement humain, elle peut également s'intéresser au comportement animal, notamment dans une perspective évolutionniste (examiner le comportement des animaux pour comprendre l'apparition de certains comportements humains). Les psychologues peuvent en effet étudier l'évolution des comportements tout au long de la chaîne évolutive. D'autres psychologues étudient le comportement animal, non pas comme un modèle pour le comportement humain, mais en lui-même et pour lui-même. Ce sont les éthologistes. Ils décrivent et expliquent le comportement animal en milieu naturel. (Parent.G ,Cloutier.P, 2017,p5)

2.2- Les quatre objectifs de la psychologie :

✓ Décrire

La description des comportements et des processus mentaux consiste à les identifier, à les nommer et à les classer. Cette partie du travail de la psychologie a pour objet de répondre aux questions suivantes : de QUOI s'agit-il ? QUAND et OÙ surviennent les phénomènes décrits ? Il est plus facile de décrire les comportements observables que les processus mentaux.

✓ Expliquer

Après la description vient l'explication des comportements et des processus mentaux. La psychologie cherche à répondre à la question : POURQUOI agit-on ou pense-t-on de telle manière ? Il s'agit d'établir des liens entre des phénomènes.

✓ Prédire

Lorsqu'on réussit à expliquer les facteurs qui favorisent un comportement, on est en mesure de faire une prédiction. On sait que tel comportement (ou processus mental) devrait se produire dans telles circonstances, par exemple le degré de l'intelligence et la réussite scolaire.

✓ **Intervenir**

L'explication et la prédiction des comportements permettent d'exercer un contrôle ou, autrement dit, d'intervenir pour favoriser les comportements et les processus mentaux désirables. Cette partie du travail de la psychologie scientifique constitue la recherche appliquée ou la recherche clinique, qui répond à la question : COMMENT changet-on ? Des mesures de prévention de l'échec scolaire, comme par exemple la prise en charge précoce de l'élève. (Huffman.K , Marinier.L , Huot.A , Bureau,2014,p 6)

4- Les principaux domaines de la psychologie :

La psychologie contemporaine est extrêmement vaste. Elle recouvre de nombreux domaines. Dans certains domaines, on va surtout trouver des psychologues qui font de la recherche : les chercheurs. Dans d'autres domaines, plus orientés vers les services, on va surtout trouver les psychologues qui exercent la psychologie (les plus nombreux) : les psychologues praticiens. Les trois principaux champs dans lesquels se pratique la psychologie sont : le champ de la santé mentale, le champ scolaire et le champ du travail.

Le titre de psychologue est aujourd'hui protégé par la loi (en particulier en Europe). Cela signifie que pour porter le titre de psychologue, il faut avoir réussi des études universitaires de psychologie de 2ème ou de 3ème cycle (maîtrise ou doctorat en psychologie). Toutefois, il n'existe encore que très peu de réglementation en ce qui concerne les fonctions de « psychothérapeute » ou de « psychanalyste ». N'importe qui peut accrocher à sa porte une plaque portant l'inscription « psychothérapeute » et de nombreuses personnes (parfois incompetentes et/ou malhonnêtes) le font.

Il est possible de présenter presque tous les grands domaines actuels de la psychologie en utilisant 3 axes définissant 6 pôles : il s'agit de l'axe « biologique – social », l'axe « normal – pathologique » et l'axe développemental : « enfant – adulte ».

4.1-La psychologie générale :

Étudie un ensemble des fonctions (cognitives et affectives) communes à toutes les activités de l'être humain. Elle vise à établir des lois et théories sur ces fonctions et leur intégration au sein des activités. Elle utilise préférentiellement (mais pas exclusivement) la méthode expérimentale. La psychologie générale cherche surtout à élaborer des théories pouvant s'appliquer à tous les individus.

4.2 -La psychologie différentielle :

Porte sur l'étude des différences entre individus selon l'âge, le sexe ou l'appartenance sociale. Elle est le complément naturel de la psychologie générale.

4.3-La neuropsychologie :

Cherche à établir les rapports existant entre les structures cérébrales (surtout corticales) et le comportement humain (surtout les fonctions mentales supérieures (mémoire, apprentissage...), dans le but de contribuer à comprendre celui-ci. Même si dans ce domaine, aucune intervention cérébrale directe sur l'homme n'est possible, on parle assez souvent de neuropsychologie expérimentale car les recherches s'appuient sur l'expérimentation animale ou ont recours à la méthode pathologique (c'est à dire à des êtres humains qui ont été lésés accidentellement). La neuropsychologie clinique s'occupe surtout du diagnostic et de la compréhension des désordres psychologiques chez des individus cérébrolésés. Elle comprend un aspect de rééducation : remédier aux effets invalidants des dommages cérébraux (via des techniques de rééducation ou thérapeutiques).

4.4-La psychopharmacologie :

S'intéresse aux effets des drogues (au sens large : médicaments psychotropes), sur le comportement. Il s'agit principalement de recherche en laboratoire sur des animaux. C'est à la suite de très nombreux essais, qu'un produit sera retenu et fera l'objet d'essais cliniques sur l'être humain, avant d'être commercialisé.

4.5-La psychologie du développement :

Tente de comprendre comment s'effectue le développement psychologique de l'être humain à travers les différentes étapes de la vie : de la naissance à la mort. Dans ce domaine, l'intérêt s'est longtemps porté sur l'enfance et l'adolescence qui sont des étapes capitales dans le développement de l'être humain. On parlait alors surtout de psychologie génétique (génétique au sens de genèse). Aujourd'hui, on s'intéresse au développement tout au long de la vie (y compris à l'âge adulte, à la vieillesse mais aussi durant la phase prénatale). Les psychologues du développement peuvent s'intéresser à une aptitude spécifique, comme la façon dont le langage apparaît et évolue chez l'enfant qui grandit, ou une période en particulier de la vie comme la petite enfance, l'âge préscolaire, l'adolescence...

4.6-La psychopathologie :

Porte principalement sur les maladies et les troubles psychologiques. Elle se trouve souvent qualifiée par sa méthode, clinique, et on utilise alors l'appellation de psychologie clinique. La plupart des psychologues œuvrent aujourd'hui dans le domaine de la psychologie clinique : ils y réalisent des diagnostics et des traitements de troubles mentaux et/ou de perturbations relationnelles.

4.7-La psychologie clinique :

Les psychologues cliniciens dont le rôle ne doit pas être confondu avec celui de psychiatre¹, travaillent surtout dans les hôpitaux et les centres de santé mentale.

Ils peuvent aussi exercer la psychologie à titre privé, souvent en collaboration avec d'autres spécialistes de la santé. Dans le domaine de la santé mentale.

On trouve aussi des **psychologues conseillers** qui ont pour tâche principale d'aider les personnes dont le problème ne requiert pas nécessairement une psychothérapie. Il faut, également mentionner ici les psychologues qui appliquent l'expertise psychologique au système judiciaire. Ces psychologues émettent auprès des tribunaux des avis sur les comportements, les motivations et la personnalité d'individus mis en cause. Ils peuvent être appelés à faire des expertises dans les cas d'adoption, de protection de la jeunesse, de délinquance et de criminalité, dans les cas d'abus sur enfants... Par ailleurs, ils peuvent aussi recommander des mesures susceptibles de contribuer à résoudre des problèmes de criminalité.

4.8-La psychologie sociale :

se préoccupe de la manière dont les interactions avec les autres influencent le comportement individuel. Elle s'intéresse aussi au fonctionnement et aux phénomènes de groupes. Elle a fréquemment recours à l'enquête. Les psychologues sociaux étudient des thèmes tels que la persuasion, le conformisme, les conflits, les préjugés, l'obéissance à l'autorité... Ils étudient aussi l'agressivité humaine.

4.9-La psychologie du travail :

Étudie le comportement des individus dans les organisations (entreprises, administrations, hôpitaux...) et tente d'apporter des solutions visant à adapter les travailleurs aux situations (gestion des ressources humaines) ou à adapter les situations aux travailleurs (ergonomie). Les psychologues du travail peuvent aussi aider des individus qui connaissent des difficultés par rapport au travail (licenciement, incapacité, chômage ...).

4.10-La psychologie scolaire

Le psychologue scolaire joue le rôle de psychologue-conseil auprès des élèves afin de les aider à s'adapter au monde de l'école. Il est chargé de les orienter dans les études. Il est souvent amené à fournir un soutien aux élèves qui connaissent des difficultés. Ces difficultés peuvent être de nature assez diverse : problèmes sociaux et familiaux, perturbations affectives, troubles de l'apprentissage (comme la dyslexie)... Les psychopédagogues (proches des psychologues de l'éducation) interviennent aussi essentiellement dans le milieu scolaire. Ils se consacrent surtout à l'amélioration des méthodes pédagogiques.

4.11-La psychologie de l'éducation :

Porte essentiellement sur les processus psychologiques de l'apprentissage et applique les connaissances relatives à ces processus sur les programmes d'enseignement. Ils sont plutôt tournés vers la recherche sur les moyens pédagogiques et aident à former les enseignants.

(Wittig, Arnaud F ,1980,p6-7)

