



# Table des matières

|   |     |
|---|-----|
| <b>Préface de l'édition anglaise</b> .....  | III |
| <b>Préface de l'édition française</b> ..... | V   |
| <b>Guide visuel</b> .....                   | VII |



## Première partie

### Introduction à la psychologie

#### CHAPITRE

# 1

|   |    |
|---|----|
| <b>Qu'est-ce que la psychologie ?</b> .....               | 3  |
| Les prétentions scientifiques du psychoverbiage .....     | 4  |
| Penser de façon critique et créative .....                | 6  |
| La psychologie d'hier et d'aujourd'hui .....              | 11 |
| Que font les psychologues ? .....                         | 14 |
| Le psychologue chercheur .....                            | 14 |
| Le psychologue clinicien .....                            | 15 |
| Le psychologue œuvrant dans la communauté .....           | 15 |
| Les principaux domaines de travail des psychologues ..... | 18 |
| Les principales perspectives en psychologie .....         | 20 |
| La perspective biopsychologique .....                     | 21 |
| La perspective psychodynamique .....                      | 22 |
| La perspective behavioriste .....                         | 23 |
| La perspective humaniste .....                            | 25 |
| La perspective cognitive .....                            | 26 |
| Autres perspectives .....                                 | 27 |
| À propos du présent ouvrage .....                         | 30 |
| <b>Résumé</b> .....                                       | 32 |

#### CHAPITRE

# 2

|   |    |
|---|----|
| <b>La recherche scientifique en psychologie</b> ..... | 35 |
| En quoi une recherche est-elle scientifique ? .....   | 36 |
| Le recours à la démarche scientifique .....           | 40 |
| Les méthodes de recherche en psychologie .....        | 42 |
| La recherche descriptive .....                        | 43 |
| La recherche corrélationnelle .....                   | 48 |
| La recherche expérimentale .....                      | 51 |
| La recherche examinée à la loupe .....                | 57 |
| Le mauvais usage des tests psychologiques .....       | 57 |
| L'éthique et la recherche .....                       | 57 |

|   |    |
|---|----|
| Pourquoi les psychologues font-ils appel aux méthodes statistiques? ..... | 59 |
| Analyser les résultats: la statistique descriptive .....                  | 59 |
| Évaluer les résultats: la statistique inférentielle .....                 | 60 |
| Interpréter et publier les résultats .....                                | 61 |
| <b>Résumé</b> .....   | 64 |



## Deuxième partie

### La perspective biopsychologique

#### CHAPITRE

# 3

#### **Les composantes, la structure et les fonctions du système nerveux** .....

|  |     |
|--|-----|
| .....  | 69  |
| La structure de base du système nerveux .....    | 70  |
| La communication dans le système nerveux .....   | 72  |
| La structure du neurone .....                    | 73  |
| La communication entre les neurones .....        | 76  |
| Les messagers chimiques du système nerveux ..... | 78  |
| Le cerveau .....                                 | 83  |
| La cartographie du cerveau .....                 | 84  |
| Les principales structures du cerveau .....      | 86  |
| L'indépendance des hémisphères cérébraux .....   | 92  |
| L'héritabilité .....                             | 96  |
| L'héritabilité des traits .....                  | 99  |
| <b>Résumé</b> .....                              | 101 |

#### CHAPITRE

# 4

#### **Les sensations et la perception** .....

|  |     |
|--|-----|
| .....  | 103 |
| Les sens .....   | 104 |
| La vision .....  | 104 |
| Les concepts fondamentaux de la sensation .....            | 106 |
| L'habituation sensorielle .....                            | 108 |
| La surcharge d'information .....                           | 109 |
| La perception .....  | 112 |
| La perception visuelle .....                               | 113 |
| La biologie du sommeil et du rêve .....                    | 122 |
| Pourquoi dormons-nous? .....                               | 122 |
| Au royaume du sommeil .....                                | 123 |
| Le rêve .....  | 126 |
| <b>Évaluation de la perspective biopsychologique</b> ..... | 127 |
| L'apport de la perspective biopsychologique .....          | 127 |
| Les limites de la perspective biopsychologique .....       | 129 |
| <b>Résumé</b> .....  | 131 |



## Troisième partie

### La perspective psychodynamique

CHAPITRE

5

|   |     |
|---|-----|
| <b>Freud et l'inconscient</b> .....                       | 135 |
| La psychanalyse freudienne .....                          | 137 |
| La structure de la personnalité .....                     | 138 |
| Conscient, préconscient ou inconscient? .....             | 141 |
| L'angoisse selon la théorie freudienne .....              | 142 |
| Les mécanismes de défense .....                           | 144 |
| Le développement de la personnalité .....                 | 149 |
| La «cure verbale» .....                                   | 153 |
| L'évolution et l'influence de la pensée freudienne .....  | 155 |
| Après Freud .....   | 157 |
| L'école de la relation d'objet .....                      | 157 |
| Des liens avec la neuropsychologie? .....                 | 158 |
| Un rapprochement avec la psychologie scientifique? .....  | 159 |
| <b>Évaluation de la perspective psychodynamique</b> ..... | 160 |
| L'apport de la perspective psychodynamique .....          | 160 |
| Les limites de la perspective psychodynamique .....       | 161 |
| <b>Résumé</b> .....                                       | 167 |



## Quatrième partie

### La perspective behavioriste

CHAPITRE

6

|   |     |
|---|-----|
| <b>L'apprentissage par conditionnement</b> .....  | 171 |
| Le conditionnement répondant .....  | 172 |
| Les principes du conditionnement répondant .....  | 175 |
| Le conditionnement répondant dans la vie de tous les jours .....  | 177 |
| Quelques considérations générales sur le conditionnement répondant .....  | 179 |
| Le conditionnement opérant .....  | 180 |
| Les types de contingences .....   | 182 |
| Le stimulus discriminatif .....   | 183 |
| Le délai entre le comportement et les conséquences .....  | 184 |
| Les types de renforcement et de punition .....  | 184 |
| Les agents de renforcement primaires et secondaires .....   | 186 |
| Le conditionnement opérant par contingence et le conditionnement opérant par règle: deux formes d'apprentissage ..... | 186 |
| Les principes du conditionnement opérant .....  | 188 |
| Le conditionnement opérant dans la vie de tous les jours .....  | 191 |

|  |     |
|--|-----|
| La mémoire autobiographique .....  | 324 |
| L'altération des souvenirs: les distorsions de la mémoire .....              | 326 |
| L'hypnose et la mémoire .....  | 327 |
| La stimulation cérébrale et la mémoire .....                                 | 328 |
| Les souvenirs éclairs.....   | 329 |
| La mémoire des témoins oculaires .....                                       | 329 |
| Ce qu'il reste en mémoire d'un cours de psychologie<br>12 ans plus tard..... | 331 |
| <b>Évaluation de la perspective cognitive</b> .....                          | 332 |
| L'apport de la perspective cognitive .....                                   | 332 |
| Les limites de la perspective cognitive .....                                | 334 |
| <b>Résumé</b> .....  | 337 |



## Septième partie

### Les psychologues en action

#### CHAPITRE

# 11

|   |         |
|---|---------|
| <b>La recherche et l'intervention clinique</b> .....        | 341     |
| La consommation et l'abus de drogues .....                  | 341     |
| La perspective biopsychologique .....                       | 344     |
| La perspective psychodynamique .....                        | 345     |
| La perspective behavioriste .....                           | 346     |
| La perspective humaniste .....                              | 348     |
| La perspective cognitive .....                              | 349     |
| Une synthèse des perspectives.....                          | 350     |
| La dépression majeure et son traitement .....               | 351     |
| La perspective biopsychologique .....                       | 352     |
| La perspective psychodynamique .....                        | 355     |
| La perspective behavioriste .....                           | 356     |
| La perspective humaniste .....                              | 358     |
| La perspective cognitive .....                              | 360     |
| Réflexions sur la psychothérapie .....                      | 362     |
| La psychologie d'aujourd'hui et de demain .....             | 364     |
| <b>Résumé</b> .....   | 367     |
| <br><b>Glossaire</b> .....                                  | <br>G-1 |
| <b>Références</b> .....                                     | R-1     |
| <b>Sources des illustrations et des photographies</b> ..... | S-1     |
| <b>Index</b> .....  | I-1     |