

# Cours Psychologie

---

LOUGHZAIL Mohamed

2017-2018

# Pourquoi un cours en Psychologie?

---





# Différences

---

- Il est un domaine, ou, traditionnellement, on a bien du mal à se retrouver, c'est celui des spécialistes de la santé mentale.
- Neurologue
- Psychologue
- Psychiatre
- Psychothérapeute

# Le Psychologue



- Les Psychologues ne sont pas des médecins.
- Le rôle de la Psychologie est essentiellement porté sur la compréhension du sujet et son accompagnement
- L'écoute, L'observation, l'Utilisation des tests et le langage sont les qualités primordiales pour un psychologue.

# Etymologie du Mot

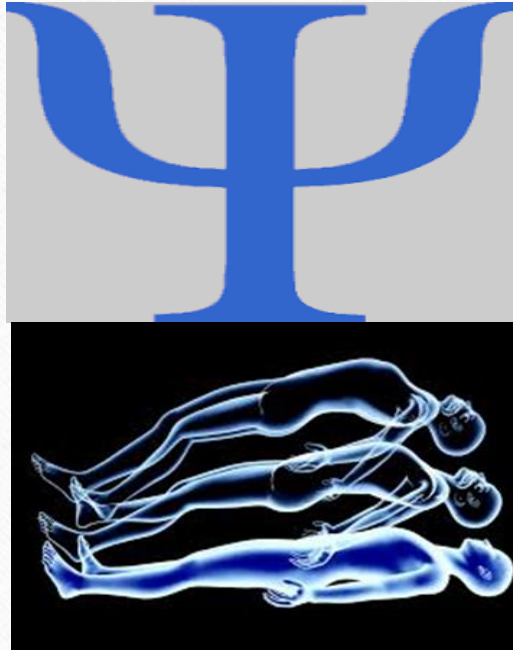
Psychè

- la psychologie se définit comme la science de l'âme

Logos

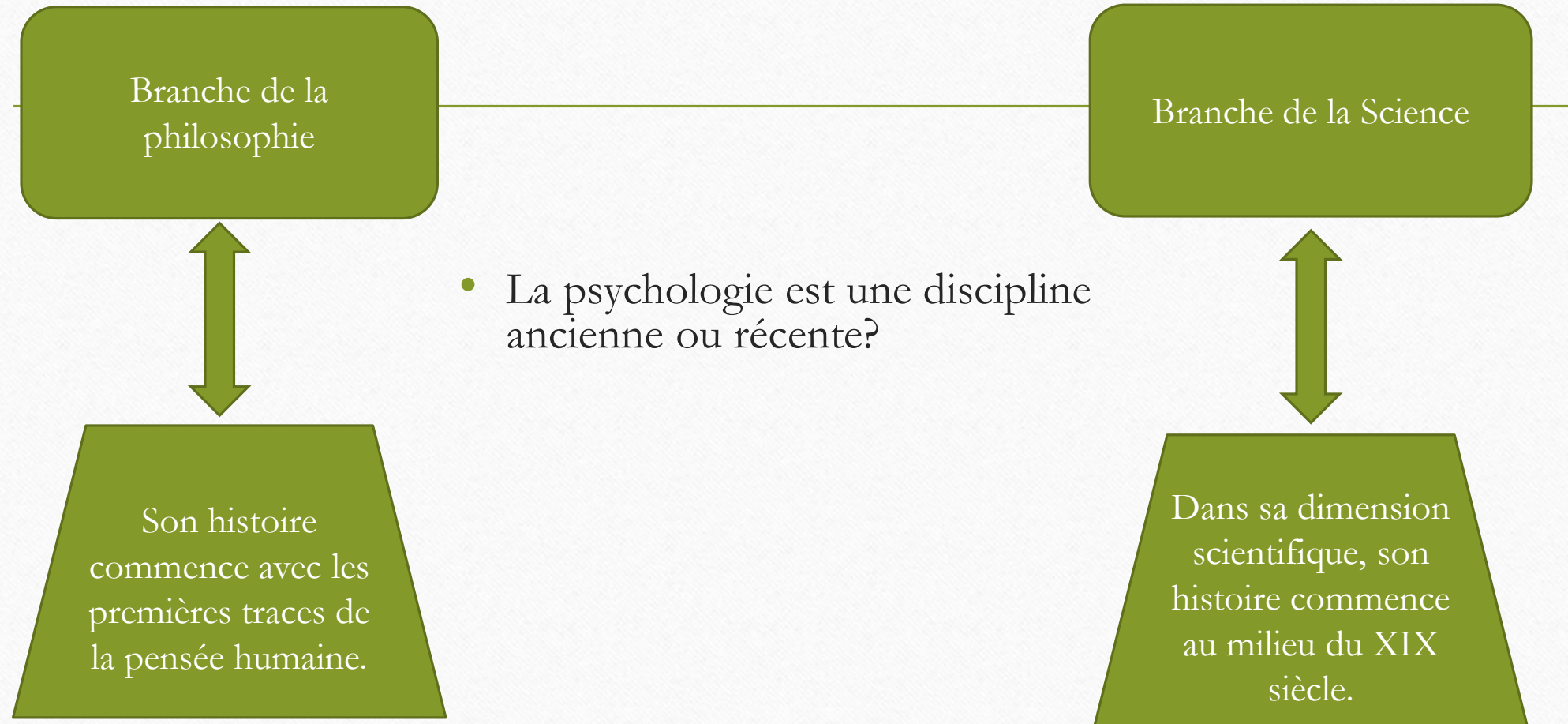
l'âme  
ou l'esprit

Langage, raison,  
science et  
discours  
ordonné

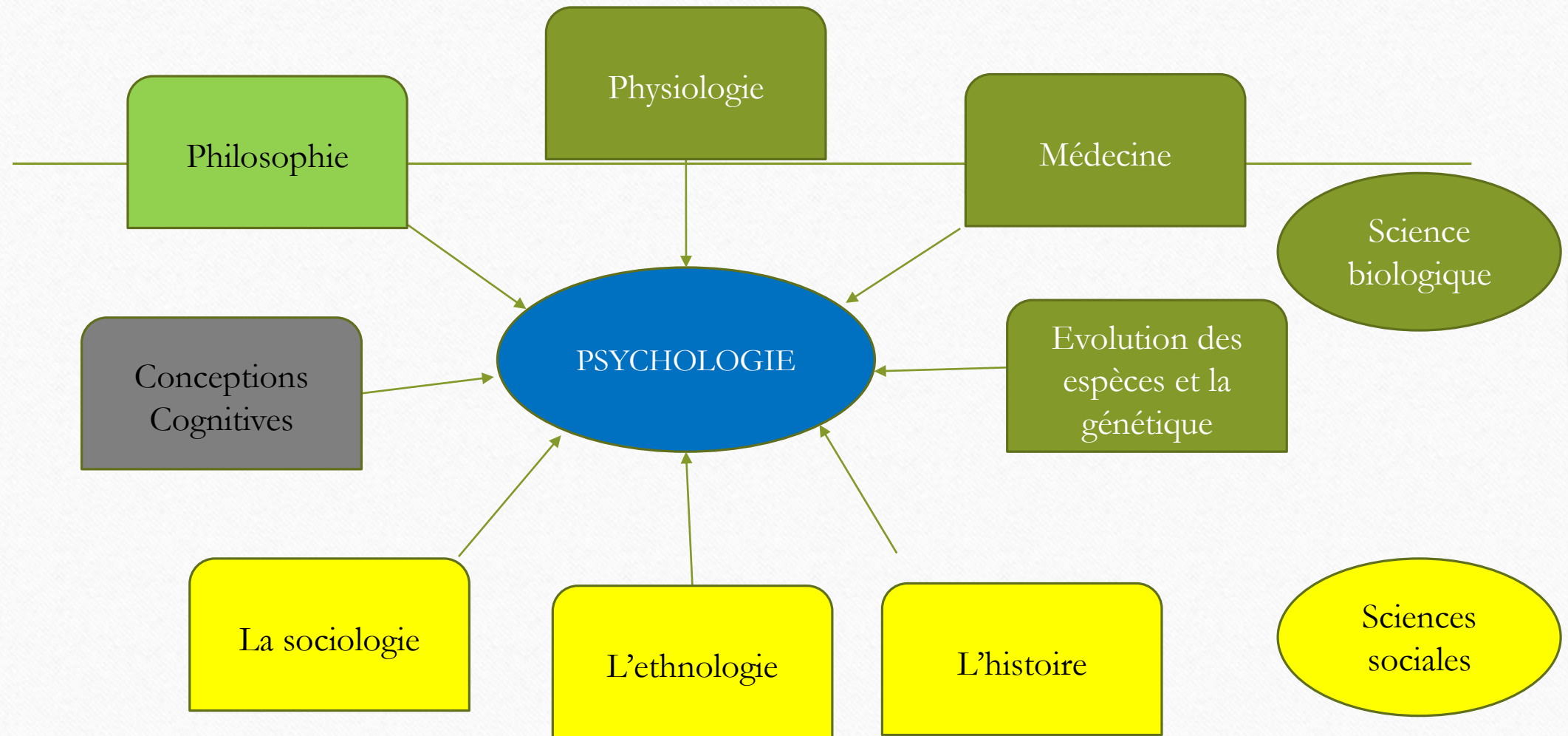




# Ancienne ou récente?

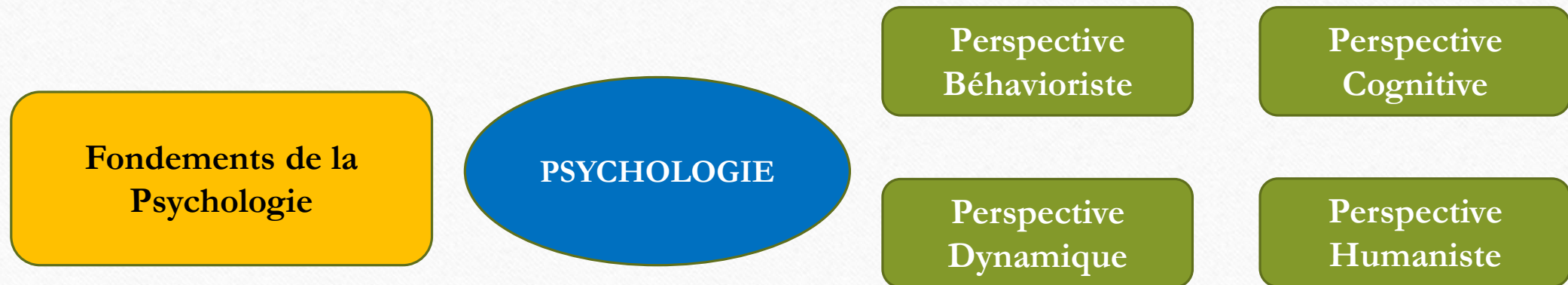


# Les fondements de la Psychologie ?



# Les Approches de la Psychologie?

---





# Psychologie

---

- Science de l'ame
- Science des comportements
- Science des réactions
- Science de la cognition
- Science des pensées
- Science des relations
- Science des dysfonctionnements



Science de l'être Humain

Science faisant partie des sciences humaines

# Psychologie

---

- La psychologie est une science de quelque chose de particulier et qui ne se rencontre jamais avec la nature.
- La psychologie est une science de l'ame, c'est-à-dire de ce je-ne-sais-quoi qui est loin d'être un presque rien mais qui se trouve comme une essence subtile et échappant à toute mesure, à l'intérieur de l'homme.
- De l'étude de l'ame à l'étude du fonctionnement humain : Découpage arbitraire
- la psychologie a pour objet d'étude des sujets précis : la mémoire, l'apprentissage, la perception, les émotions, la personnalité, l'influence sociale, les stéréotypes, le vieillissement, les maladies mentales, l'inconscient...



### **Influence Biologique :**

- Predisposition  
généétique
- Mécanismes  
cérébraux

### **Approche BioPsychoSociale**

### **Influence Psychologique:**

- Apprentissage
- Réponses  
émotionnelles
- Conscient et  
Inconscient
- Processus cognitifs

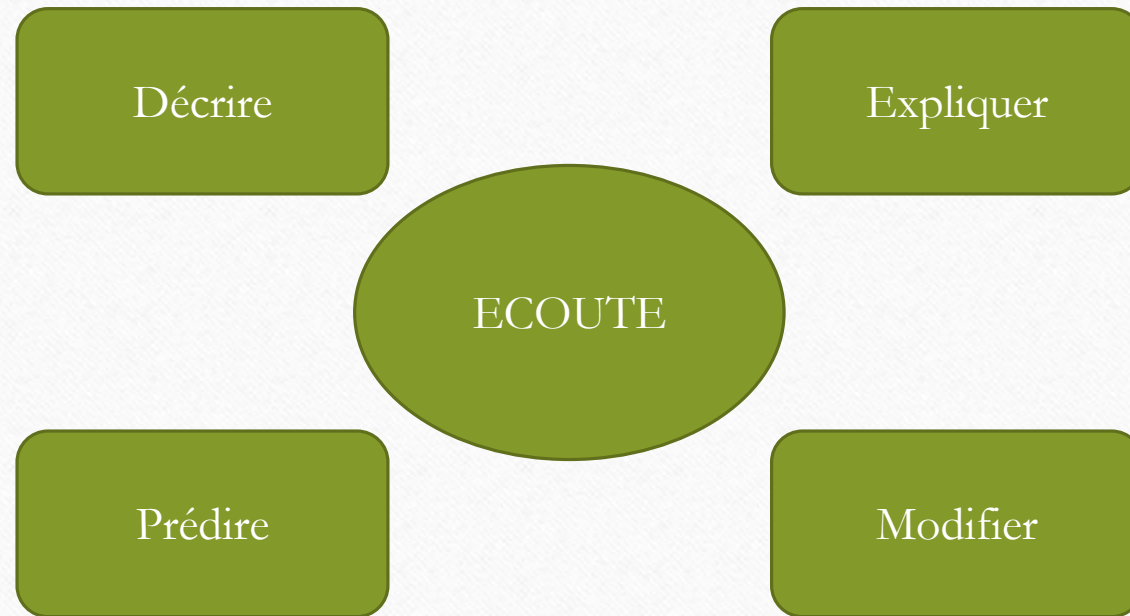
### **Comportement Humain**

### **Influence Socioculturelle:**

Présence des autres  
Attentes culturelles sociales et  
familiales  
Influences des autres

# Les buts de la Psychologie

---





# Plan du cours

---

- Introduction : Qu'est ce que la Psychologie?
- Psychologie comportementaliste
- Psychologie cognitive
- Psychologie Dynamique
- Psychologie humaniste

# B- Les approches de la Psychologie

---

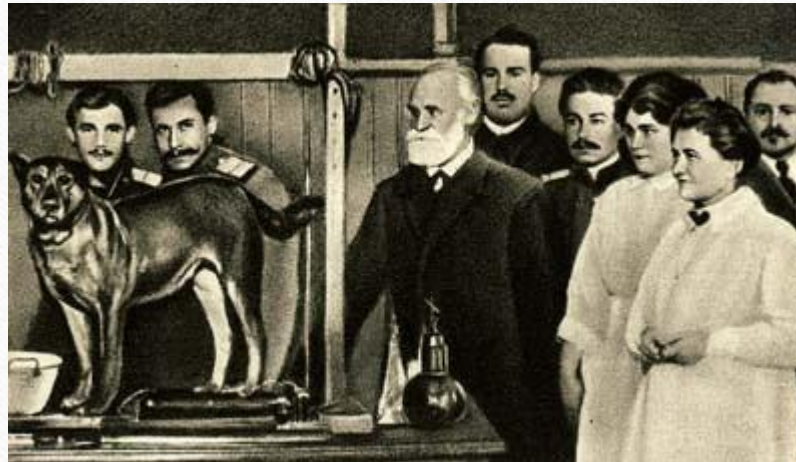
Perspective  
Béhavioriste

- **Psychologie Comportementale**



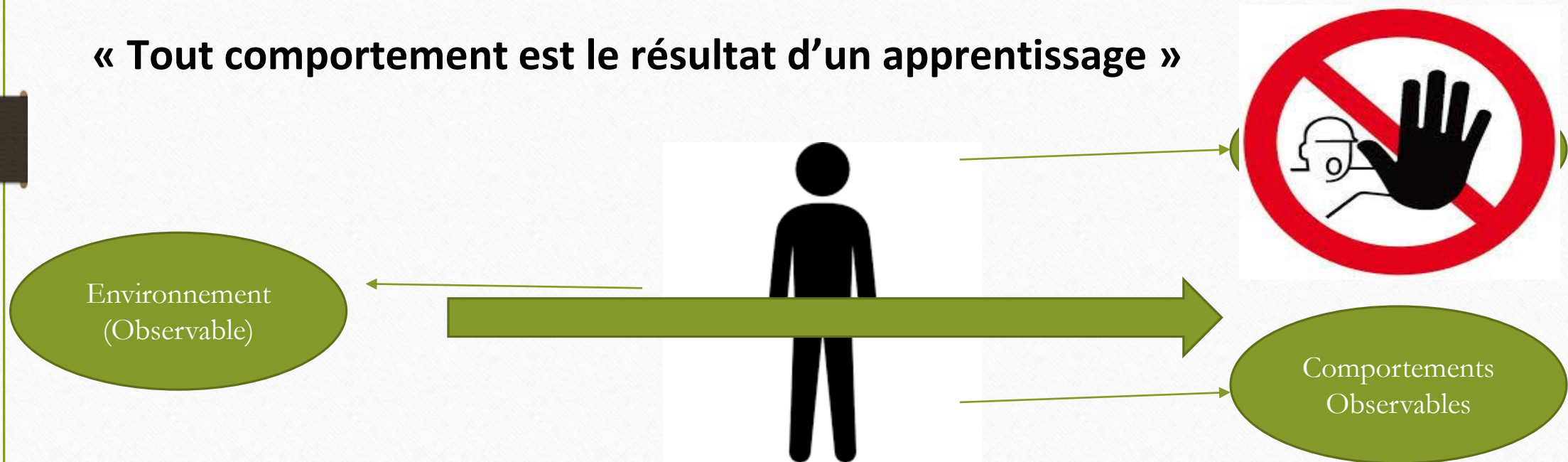
# La psychologie Scientifique

Perspective Béhavioriste



# Le Béhaviorisme

« Tout comportement est le résultat d'un apprentissage »





# Pavlov (1849-1936)

- **Le reflexe de Pavlov**
- Le rôle de l'environnement dans la mise en place et le développement du comportement
- **Le conditionnement** : la constitution des associations individuelles sous l'effet de la **Répétition et du Renforcement.**



Avant le conditionnement

**Os**

**Salivation**



**Cloche**

**Aucune  
réponse**



Pendant le conditionnement

**Cloche**

**+  
Os**

**Salivation**



Après le conditionnement

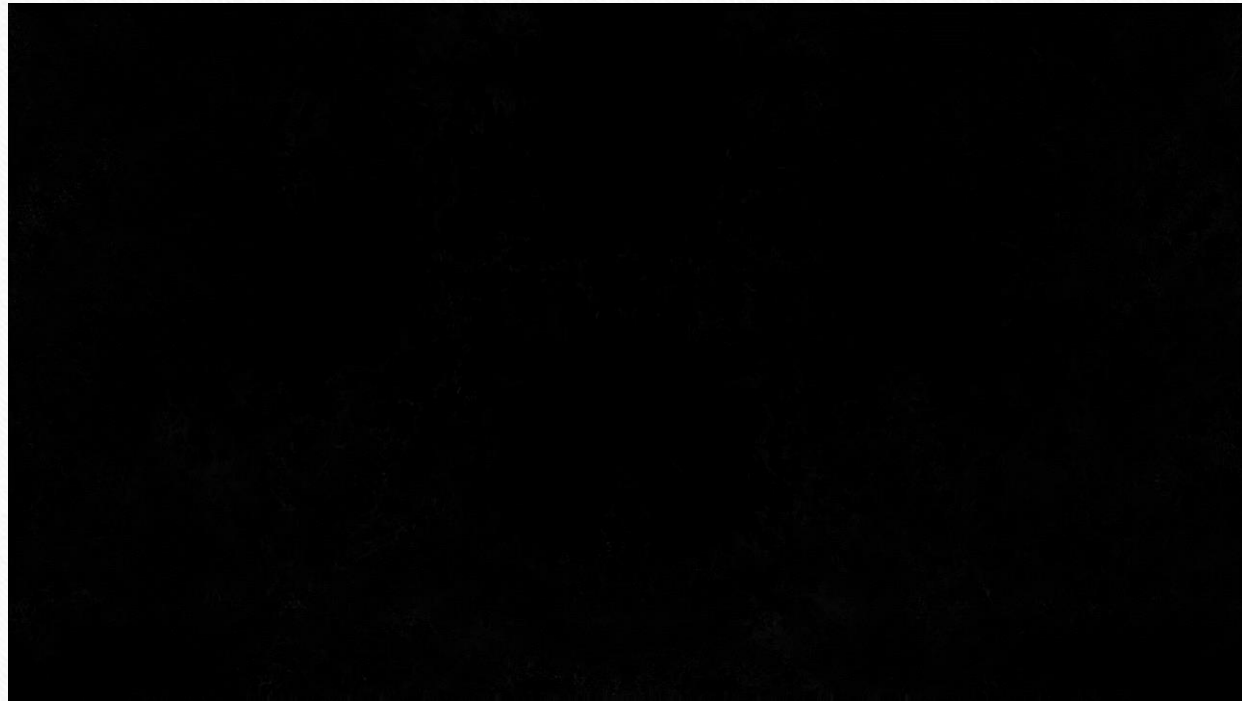
**Cloche**

**Salivation**



# Expérience Pavlov

---





# Thorndike (1874-1949)

- Une ressemblance d'intelligence et de capacité d'apprentissage entre l'Homme et l'Animal
- Observation de l'apprentissage des animaux
- Observation de la conduite de l'organisme face à un obstacle à surmonter.





# Boite-Problème de Thorndike

## **L'expérience : Enfermer un chat affamé**

Mesurer le nombre d'essais et le temps passé par le chat pour découvrir la solution et résoudre le problème.

## **Ses observations:**

Au début des comportements au Hasard

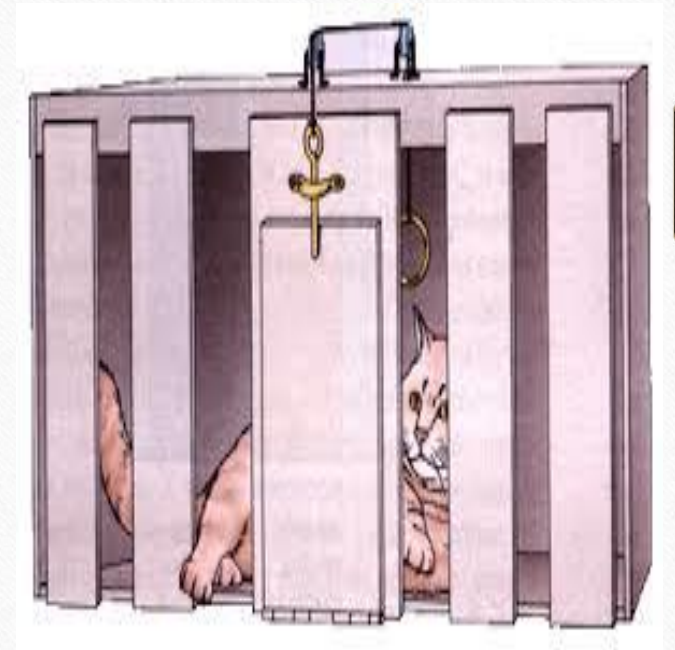
Se libère accidentellement

Expérience réitérée : Diminution rapide du nombre d'erreurs et du temps passé.

## **Ses théories :**

**L'apprentissage:** c'est l'intégration de réponses nouvelles. Pour Thorndike l'apprentissage implique une procédure par essais et par erreurs

**La loi de l'effet :** Un comportement est susceptible d'être reproduit s'il entraîne une satisfaction pour l'organisme, et d'être abandonné, s'il en résulte une insatisfaction pour celui-ci.



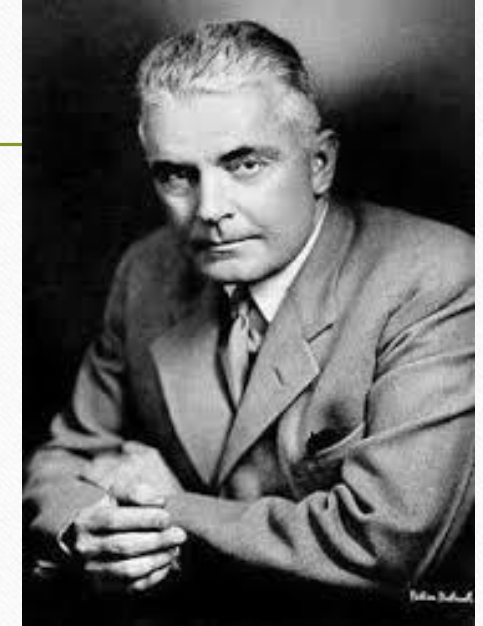
# Expérience Thorndike

---





# WATSON (1878-1958)



## Fondateur du Béhaviorisme

Tout le fonctionnement de l'individu peut être ramené au schéma S-R

Seul ce qui peut s'observer directement doit faire l'objet de l'investigation scientifique

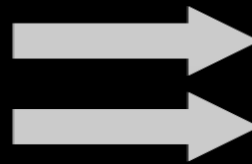
L'introspection est subjective et impuissante

Un psychologue scientifique doit s'en tenir uniquement à la description et à la quantification des comportements

**Le schéma S-R :** Toute situation, ou stimulation particulière, correspond une réaction de l'organisme, constituant un comportement, qui peut toujours être observée et mesurée.

Selon lui, toute action humaine peut donc être réduite et expliquée par ce schéma.

**Stimulus**



**Response**



*« Donnez-moi une douzaine d'enfants bien portants, bien conformes et mon propre milieu spécifique pour les élever, et je garantis de prendre chacun au hasard et d'en faire n'importe quel type de spécialiste existant : docteur, juriste, artisan, commerçant, et même mendiant et voleur, sans tenir compte de ses talents, penchants, tendances, capacités, de sa vocation ni de la race de ses ancêtres »*

*Brookings Watson (1878-1958) est un psychologue américain, fondateur du béhaviorisme*

# Expérience du petit Albert

---

**Segment 11**

**Watson's Famous Study:  
Conditioning a Rat Phobia In  
"Little Albert"**

**Length: 3:00**

**Source: Distributed exclusively by Penn State Media Sales on  
behalf of the Archives of the History of American Psychology.**

# Le Concept central du Behaviorisme

---

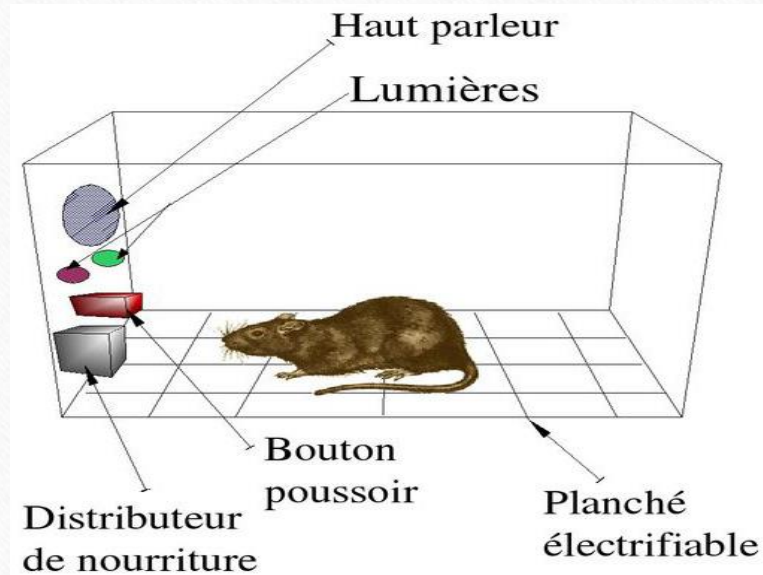
- **Le Conditionnement**
- Conditionner = Faire Apprendre
- Le conditionnement est précisément la constitution des associations individuelles sous l'effet de la répétition et du renforcement.
- Deux formes de conditionnement:
  - 1-Classique
  - 2-Opérant

**Comment se fait le conditionnement?**



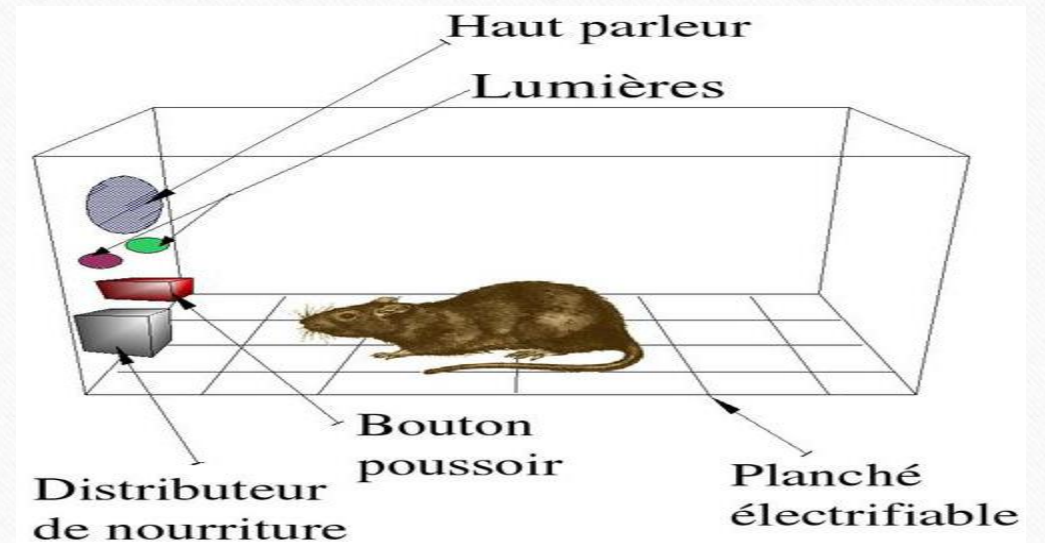
# SKINNER (1904-1990)

Conditionnement Opérant  
Les variables de Contrôle  
Boite de Skinner



# Conditionnement Opérant

- On produit un comportement **opérant**(volontaire), c'est un des types d'apprentissage dans lequel les renforcements positifs ou négatifs façonnent le comportement d'un individu.
- On agit **après** le comportement
- Quatre types de variables de contrôle
  - 1-Renforcement positif
  - 2-Renforcement négatif
  - 3-Punition positif
  - 4-Punition négative





# Les variables de contrôles

---

- **Renforcement positif** : Événement qui augmente la fréquence d'apparition d'un comportement en présence de certains stimuli agréables
- Il est obtenu lorsqu'on présente un Stimulus (S) et que ce S augmente la probabilité du comportement.
- **Un exemple ?**





# Renforcement Positif

---



# Les variables de contrôles

---

- **Renforcement négatif** : Événement qui augmente la fréquence d'apparition d'un comportement dû au retrait ou à l'arrêt d'un stimulus.
- On retire cette fois- ci un S. Cette suppression va augmenter la probabilité du comportement.
- **Un exemple?**



# Renforcement Négatif

---





# Les variables de contrôles

---

- **Punition positive:** Action qui diminue la fréquence d'apparition d'un comportement non désiré; cette conséquence désagréable provenant de l'environnement vise à bannir ce comportement.
- On présente un S, cette présentation va diminuer la probabilité du Comportement.
- **Un exemple ?**



# Punition Positive

---





# Les variables de contrôles

---

- **Punition négative** : Action qui diminue la fréquence d'apparition d'un comportement non désiré lorsque quelque chose est retirée de l'environnement.
- On retire un Stimulus, et cette suppression va diminuer la probabilité d'un comportement.
- **Un exemple?**





# Punition Négative

---



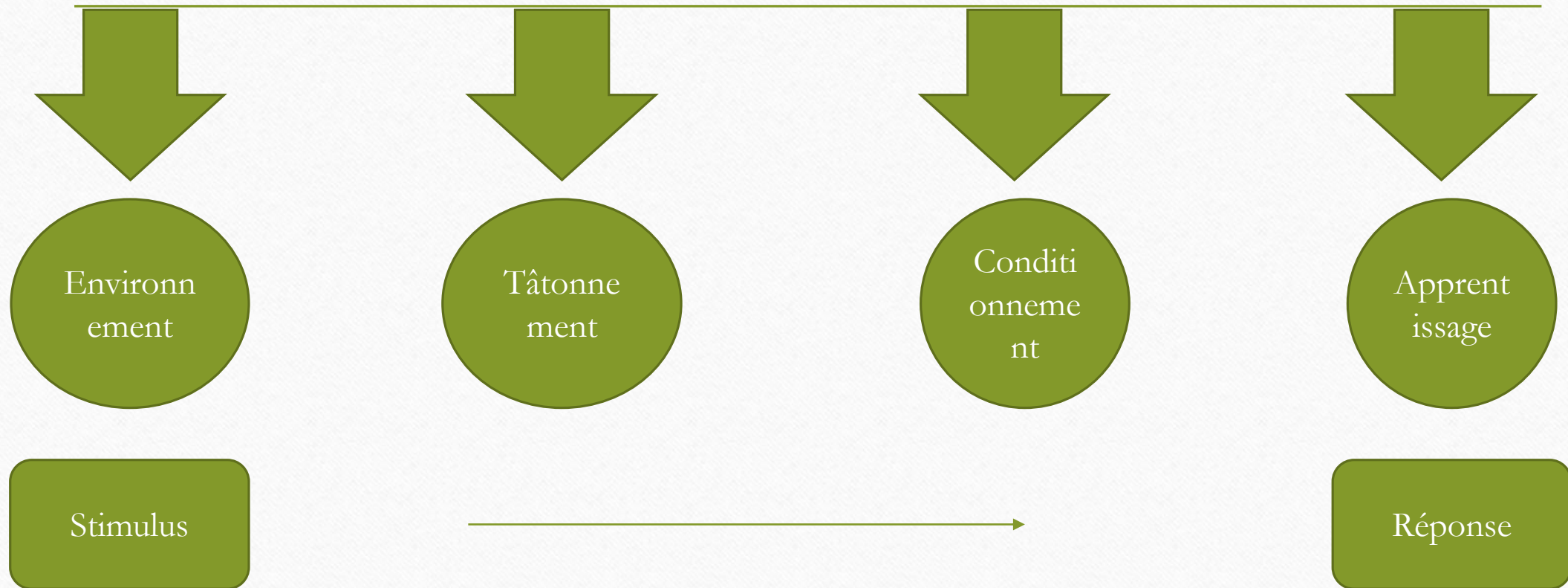
# Les Notions clés du Béhaviorisme

---

- La psychologie béhavioriste va étudier que les éléments qu'on peut observer, mesurer, objectiver.
- Les Observables: Comportements
- **Les inobservables: Pensées...**
  - ✓ Le béhaviorisme affirme que l'individu est façonné par son environnement.
  - ✓ Ses différents comportements résultent d'une acquisition et d'un apprentissage.



# L'apprentissage





# Créativité?

Corbeau de nouvelle Calédonie Vidéo



# Créativité

---



# Créer un Besoin

---



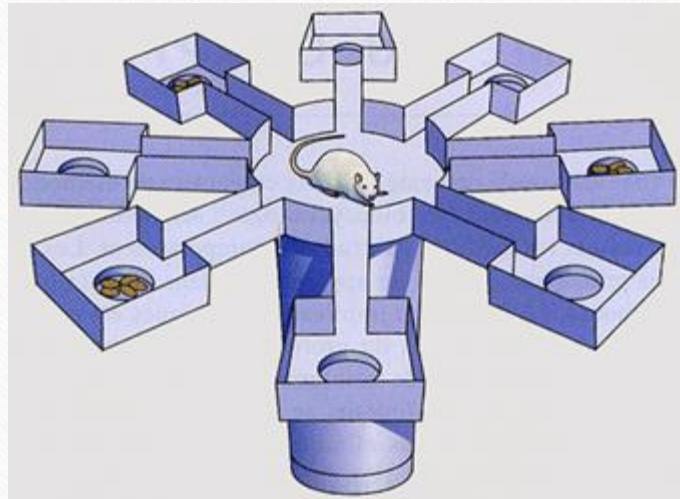


# Emergence du cognitivisme

Pour les behavioristes,  
le rat a été conditionné  
pour tourner à droite.



Suppression  
du paradigme  
Behavioriste



Pour les cognitivistes,  
la rat a appris une  
représentation spatiale



Emergence du  
Paradigme  
cognitivist

# La psychologie Scientifique

---

Perspective Cognitiviste

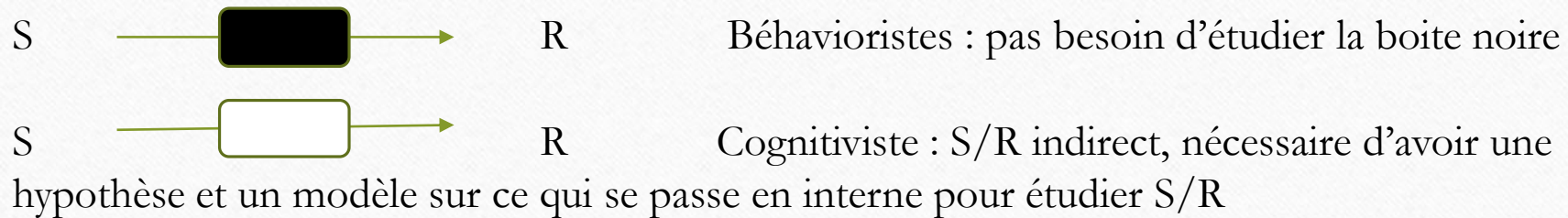




# Perspective Cognitiviste

---

« L'esprit est une machine à traiter de l'information »



# Perspective Cognitiviste

---

- Le cognitivisme s'est opposé lui aussi, aux limites du béhaviorisme.
- La perspective cognitive s'intéresse essentiellement à la pensée humaine et à tous les processus du savoir.

Se  
concentrer

Penser

Mémoriser

Comprendre

- Selon cette perspective, les gens agissent parce qu'ils pensent, et les gens pensent car ce sont des êtres humains, dotés des capacités adéquates.



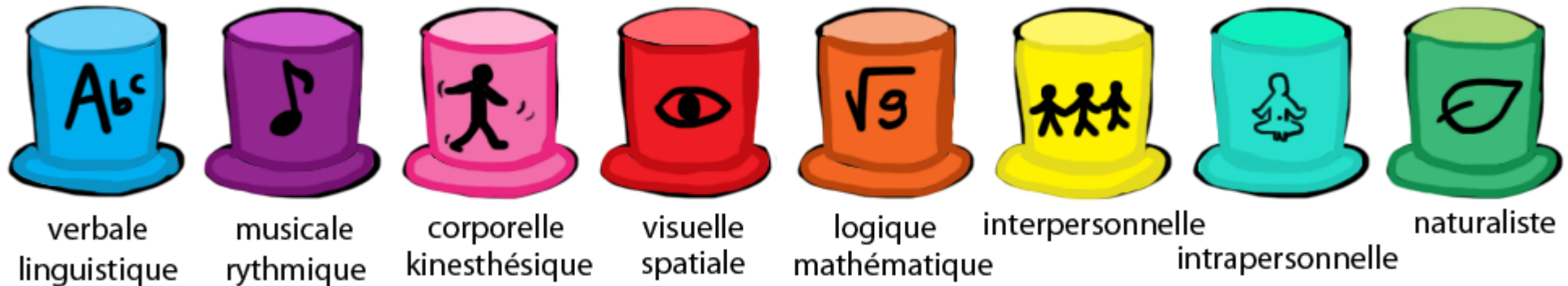
# Qu'est ce que l'intelligence?

---

- L'intelligence humaine n'est pas un score à une batterie de tests standardisés mais elle se définit selon trois composantes :
  1. Un ensemble de compétences qui permettent à un individu de résoudre des problèmes de la vie courante.
  2. La capacité à créer un produit réel ou offrir un service qui ait de la valeur dans une culture donnée.
  3. La capacité à se poser des problèmes et à trouver des solutions permettant en particulier à un individu, d'acquérir de nouvelles connaissances.

# Formes d'intelligences

## Les intelligences multiples



©Idée Maitresse



# Intelligence Linguistique

---

L'intelligence linguistique consiste à utiliser le langage pour comprendre les autres et pour exprimer ce que l'on pense.

Elle permet l'utilisation de la langue maternelle, mais aussi d'autres langues. C'est aussi l'intelligence des sons, car les mots sont des ensembles de sons.

Les personnes auditives ont ainsi beaucoup plus de facilité à entendre des mots que de voir et retenir des images pour résoudre des problèmes, créer et comprendre.



# L'intelligence Musicale

L'intelligence musicale est la capacité de penser en rythmes et en mélodies, de reconnaître des modèles musicaux, de les mémoriser, de les interpréter, d'en créer, d'être sensible à la musicalité des mots et des phrases.

À l'âge de pierre, la musique jouait un rôle rassembleur. C'est d'ailleurs encore le cas dans un certain nombre de cultures.



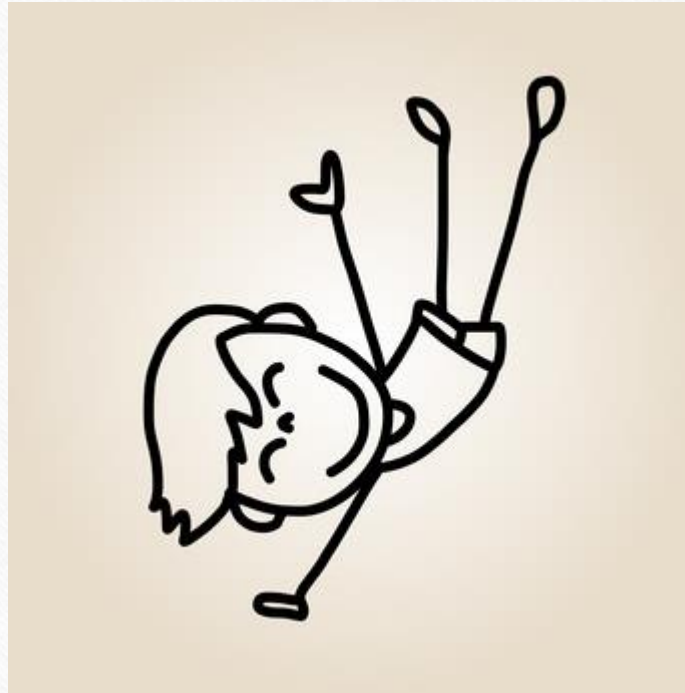


# L'intelligence Kinesthésique

L'intelligence kinesthésique est la capacité d'utiliser son corps ou une partie de son corps pour communiquer ou s'exprimer dans la vie quotidienne.

L'expression de ses émotions par le corps, les performances physiques intellectuel à ce niveau.

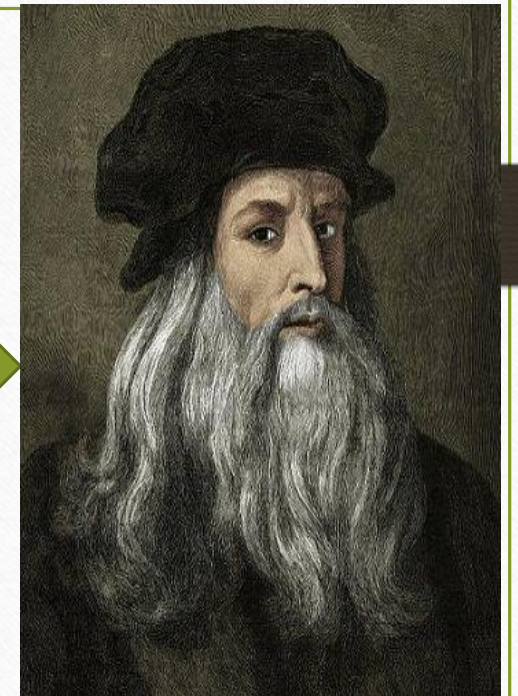
Le cerveau anticipe le point d'arrivée du ballon et met en branle une série de mouvements pour résoudre le problème.



# L'intelligence Visuelle

L'intelligence spatiale permet à l'individu d'utiliser des capacités intellectuelles spécifiques qui lui procurent la possibilité de se faire, mentalement, une représentation spatiale du monde.

L'intelligence visuelle permet de créer des œuvres d'art et artisanales, d'agencer harmonieusement des vêtements, des meubles, des objets, de penser en images.

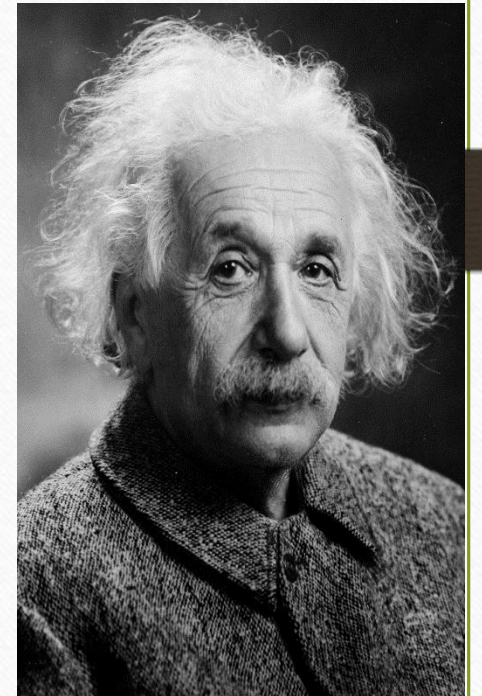




# L'intelligence Mathématique

Les chercheurs et chercheuses en biologie, en informatique, en médecine, en science pure ou en mathématique font preuve d'intelligence logico-mathématique.

Ils utilisent les capacités intellectuelles qui y sont rattachées, soient la logique, l'analyse, l'observation, la résolution de problèmes. Cette forme d'intelligence permet l'analyse des causes et conséquences d'un phénomène, l'émission d'hypothèses complexes, la compréhension des principes ayant une dimension non-verbale et abstraite



# L'intelligence Interpersonnelle

L'intelligence interpersonnelle permet à l'individu d'agir et de réagir avec les autres de façon correcte.

Elle l'amène à constater les différences de tempérament, de caractère, de motifs d'action entre les individus.

Elle permet de détecter les intentions de quelqu'un sans qu'elles ne soient ouvertement avouées.

Cette forme d'intelligence permet de résoudre des problèmes liés aux relations avec les autres; elle permet de comprendre et de générer des solutions valables pour aider les autres.



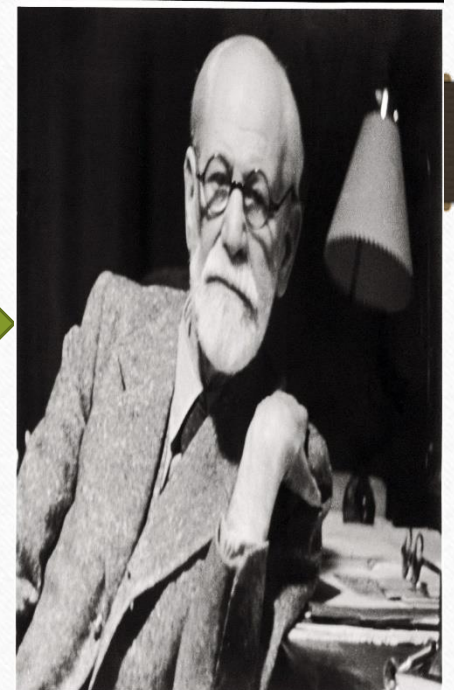


# L'intelligence Intra personnelle

L'intelligence intra personnelle est l'aptitude à faire de l'introspection, c'est-à-dire à revenir à l'intérieur de soi, à identifier ses sentiments, à analyser ses pensées, ses comportements et ses émotions.

Cette forme d'intelligence permet de se comprendre soi-même, de voir ce qu'on est capable de faire, de constater ses limites et ses forces, d'identifier ses désirs, ses rêves et de comprendre ses réactions.

En somme, c'est être capable d'avoir une représentation assez juste de soi.





# L'intelligence naturaliste

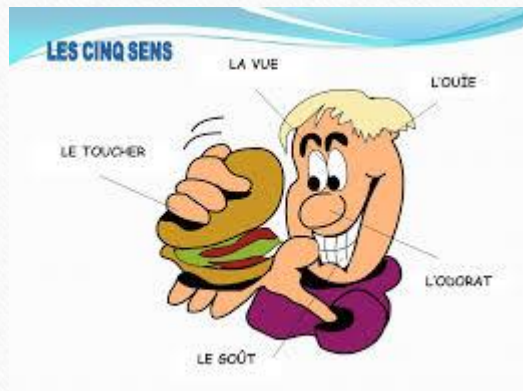
L'intelligence naturaliste est l'intelligence de l'amérindien, du biologiste, du botaniste, de l'écologiste, de l'océanographe, du zoologiste, de l'explorateur, du chasseur, du pêcheur et du chef cuisinier.

L'individu est capable de classifier, de discriminer, de reconnaître et d'utiliser ses connaissances sur l'environnement naturel, les animaux, les végétaux ou les minéraux.



# Traitement de l'information

- La psychologie cognitive considère l'esprit humain comme un système de traitement de l'information



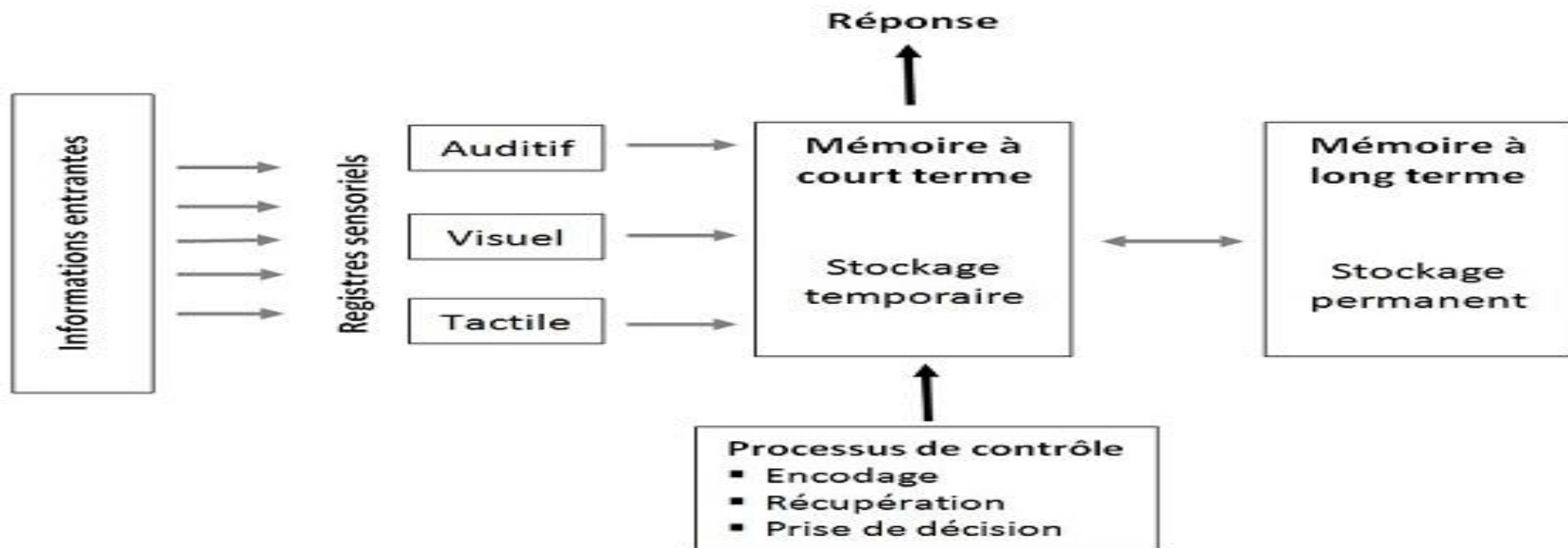


# Traitement de l'information

- Attention
- Perception

- Stratégies de récupération
- Décision

- Langage
- Expériences
- Images





# La métaphore de l'ordinateur



Le cerveau humain	L'ordinateur	Comparaison
Recevoir stocker et restaurer l'information	Unité centrale pour traiter l'information	Traitement de l'information
5 Sens	Clavier, souris, caméra, alimentation	Entrée de l'information (Input)
Réponse et réaction	Ecran et Imprimante	Unité de sortie (Output)
Quantité d'informations limitée des mémoires à court terme	La Ram	Stockage Court Terme
Quantité d'informations non limitée des mémoires à long terme	Disque Dur	Stockage long terme
Confusion ou dysfonctionnement ou suppression d'information	Erreur programmation/Dysfonctionnement du système	Soumis à l'oubli
Expériences( Facteurs héréditaires/environnementaux)	La capacité du programmeur et l'efficacité du producteur	Facteurs agissant sur le traitement



# Son but

---

- La psychologie cognitive considère qu'il est possible d'expliquer les mécanismes de la pensée.
- Elle tente d'**expliquer**, d'**évaluer** et de **formaliser** les principes de fonctionnement de l'esprit en se centrant sur l'étude du processus mental de la pensée.
- La psychologie cognitive cherche à **décomposer** la pensée.
- Les thérapies cognitives et comportementales étudient ce système, mettent en valeur des dysfonctionnements au niveau cognitif (pensées).
- Le but thérapeutique c'est de **modifier** ou **éliminer un comportement** et permettre ainsi de **nouveaux comportements plus adaptés**

# Synthèse

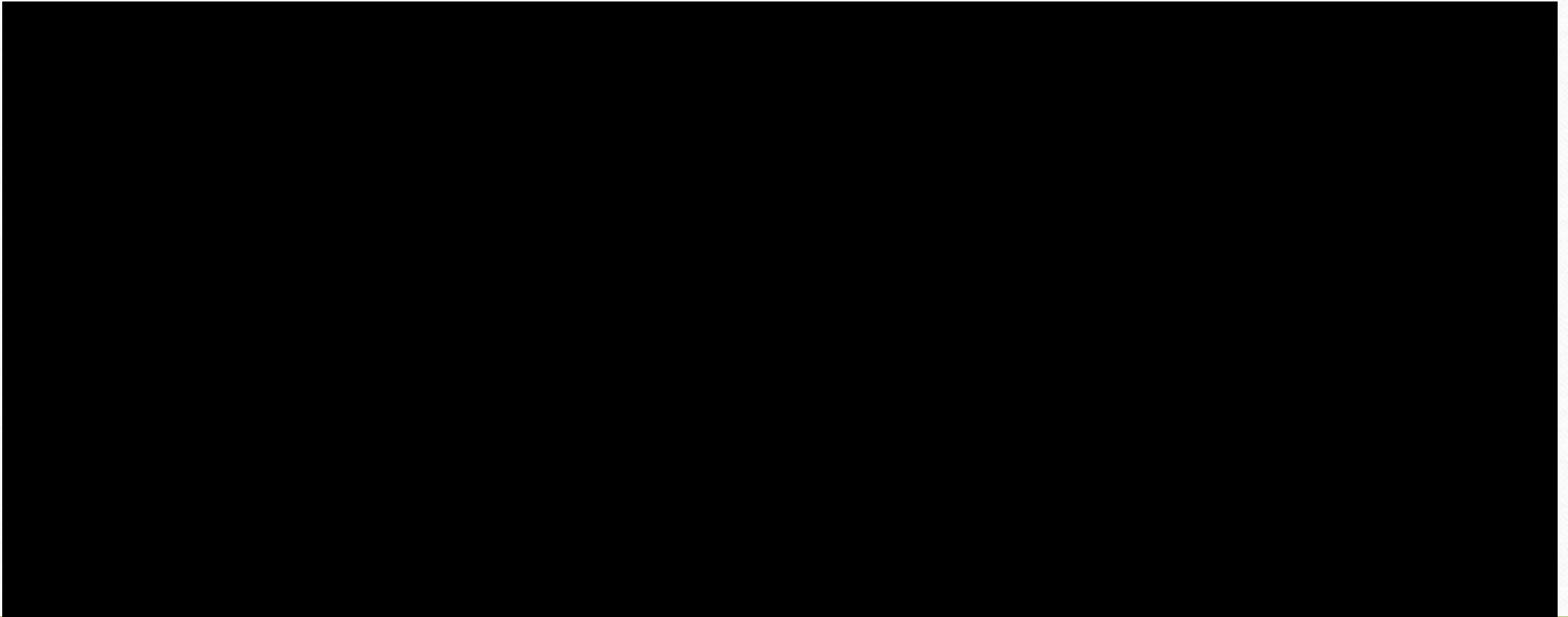
---

- La psychologie cognitive est une branche de la psychologie centrée sur l'étude expérimentale des processus mentaux impliqués dans l'acquisition, la production et l'utilisation des connaissances humaines.
- La vie psychique est pour le cognitivisme constituée d'un nombre d'opérations logiques de contrôle, de régulation, de calcul et de mémoire, semblables à celles réalisées par un ordinateur.





# Complexité humaine







# La Psychanalyse

---





# Différents Concepts Psychanalytiques

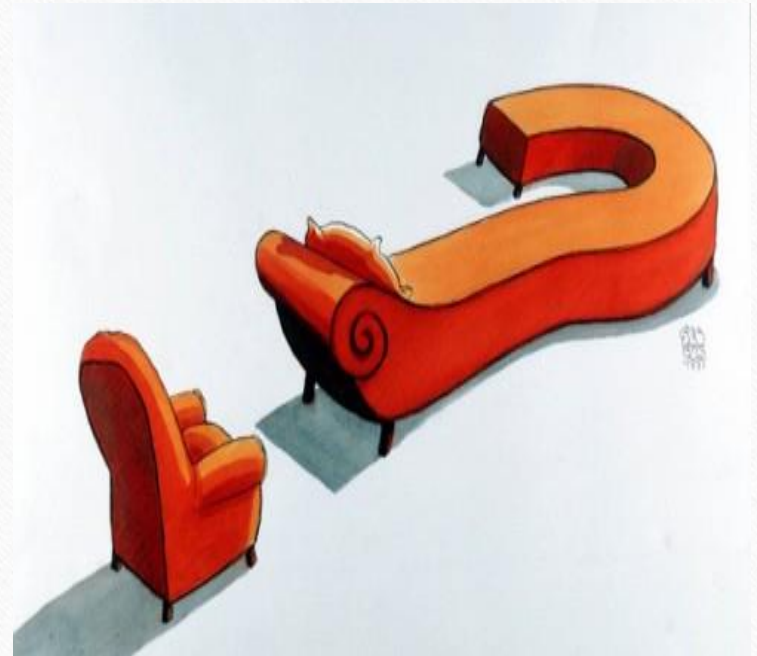
---

- *La libido*
- *L'inconscient*
- *Développement Psychoaffectif de l'enfant*
- *Le ça , le moi et le surmoi*



# Perspective Psychanalytique

- La Psychanalyse est un acte thérapeutique et une sorte de rééducation par **le souvenir !!!**
- l'un des buts de la psychanalyse est d'essayer de remettre en mémoire les premiers souvenirs de la vie du patient, lorsqu'il était enfant : soulever le voile d'amnésie qui recouvre les premières années de l'enfance .
- Les souvenirs liés à la vie du patient enfant qui intéresse la Psychanalyse





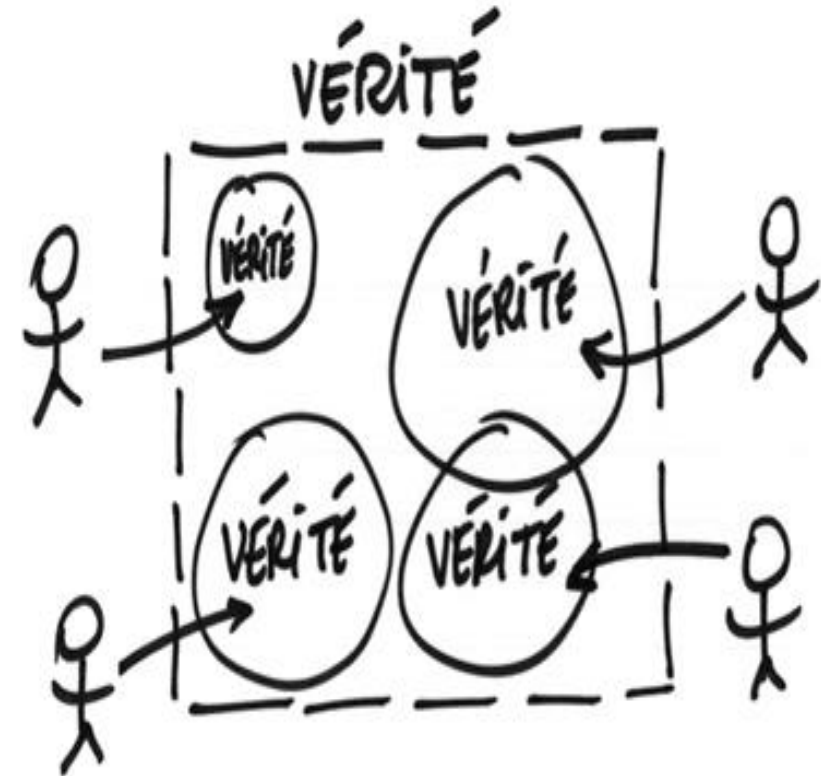
# Perspective Psychanalytique

Le comportement est motivé par des forces internes puissantes.

Les actions humaines proviennent donc d'instincts hérités, de pulsions biologiques et de tentatives de résolution de conflits entre les désirs personnels et les demandes extérieures.

Les états de privation, l'excitation physiologique et les conflits ont un pouvoir sur le comportement, tout comme le charbon alimente une locomotive.

La théorie psychanalytique de Freud déclare que la personne est poussée et tirée par un réseau complexe de forces internes et externes.



# La libido

---

Freud décrit l'homme comme un système d'énergie, un appareil psychique, se développant progressivement et dans lequel une quantité d'énergie qu'il a appelé **Libido** qui circule, se bloque, se décharge et s'exprime dans des comportements dont le but est la réduction de tension qui s'accompagne du plaisir.

*« Ma vie n'a connu qu'un seul but, celui de déduire ou de deviner de quelle manière est construit l'appareil psychique et quelles sont les forces qui interfèrent là et s'y balancent. »*



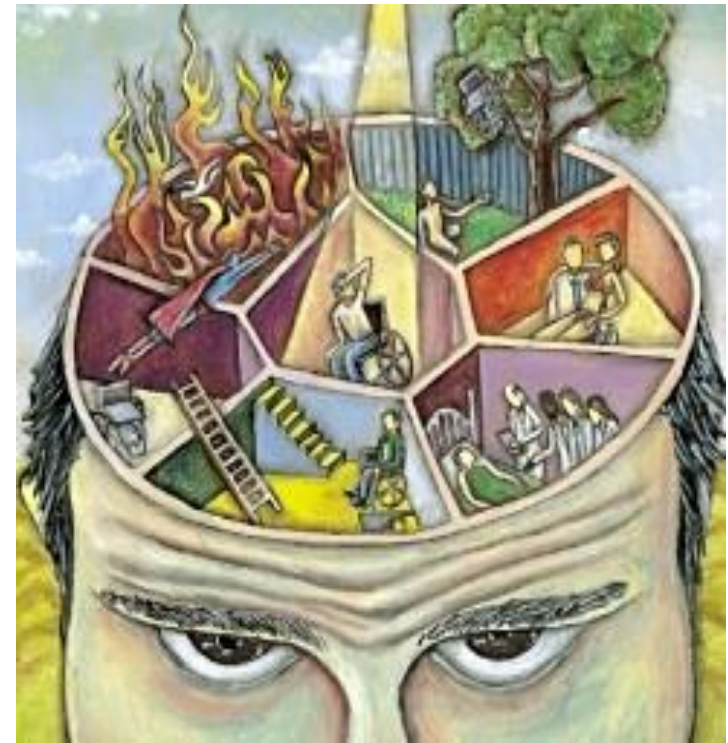


# Première Topique Freudienne

---

## Le Conscient

**Le Conscient** renvoie aux phénomènes immédiatement présents à notre esprit, ce qui habite dans la minute présente pensée et imaginaire et peut être verbalisé.



# Première Topique Freudienne

---

## Le Préconscient

**Le Préconscient** renvoie à un ensemble de phénomène psychique actuellement absent du psychisme mais pouvant facilement grâce à la mémoire devenir conscient.



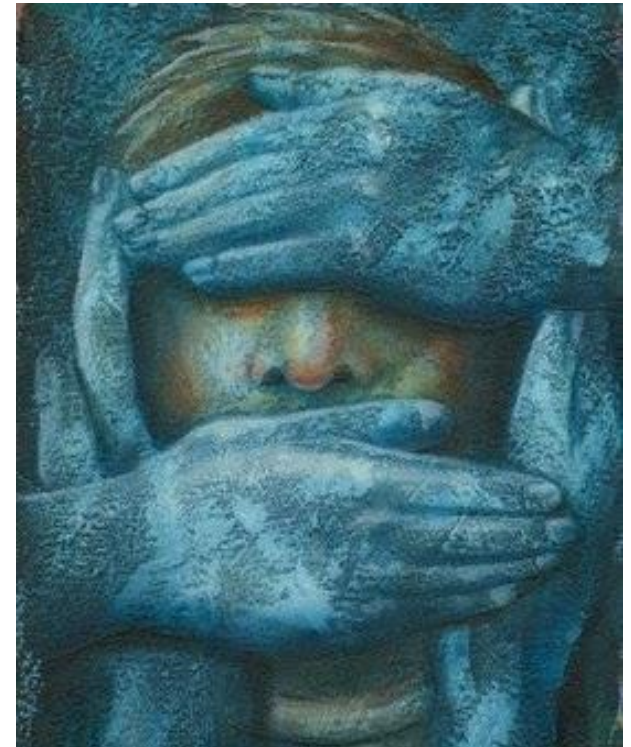


# Première Topique Freudienne

---

## L'Inconscient

**L'Inconscient** est essentiellement fait des représentations des pulsions, des désirs archaïques. Il se constitue au cours de l'histoire individuelle en particulier grâce au refoulement.



# Première Conception de l'Appareil Psychique pour Freud





# Les rêves

---

Le rêve est la voie royale qui mène à l'inconscient

Le rêve est un phénomène psychique. Il est semblable à l'hypnose.

Le rêve est la réalisation d'un désir

Le sens est déguisé pour ne pas être reconnu par la conscience.

Le rêve mérite un travail d'interprétation pour dégager le sens.



# Actes manqués

---

L'acte manqué est l'interférence de deux intentions, la première qui est consciente et qui est troublée par une intention perturbatrice inconsciente.

Ratés du comportement dévoilant un conflit inconscient.

Tous les actes manqués ont un sens : ils expriment les pulsions et les intentions que l'on veut cacher à sa conscience.





# Le symptôme

---

Le symptôme se forme à titre de substitution de l'événement qui n'arrive pas à se manifester. Les symptômes sont liés à des événements vécus.

Le traumatisme : Les personnes sont fixées à un fragment de leur passé

Le symptôme est un Phénomène perceptible qui révèle un processus caché envisagé en terme de conflit.

Le symptôme peut être conçu comme une réaction de l'organisme face à une affection traumatique.



# Deuxième conception Freudienne : Le Moi , le Ca et le Surmoi

Les 3 instances sont en conflit les unes avec les autres :

**Ça** : «Je veux ceci et immédiatement»

**Surmoi** : «Ce que tu veux n'est pas permis. Si tu le fais, je te ferai sentir coupable.»

**Moi** : C'est le choix que je vais faire.





# Le développement Psycho-sexuel

---

Le développement Psychosexuel se divise en trois périodes:

- **Naissance à 5 ans:** Stade oral, Stade Anal et Phallique
- **De 6 ans à la Puberté :** Période de Latence
- **Adolescence :** Stade génital



La différence entre la sexualité infantile et la sexualité mature est dans le passage du plaisir recherché en lui-même au plaisir obtenu dans la relation à l'autre.

Chaque Stade se caractérise par un enracinement lié à une zone érogène et à un certain mode de relation avec la réalité. On peut rester fixer à l'un de ces stades ou y régresser.

# Stade Oral

---

Première Année

La vie psychique s'organise autour de la cavité orale  
(Bouche et nez)

La pulsion orale a pour source la bouche, pour objet le sein  
et pour but l'incorporation

Au départ le sein est un besoin, puis un plaisir

Au deuxième semestre, la poussée dentaire, la rage  
impuissante contre la mère qui s'éloigne vont donner à  
l'enfant des expériences confuses d'ambivalence.



# Le ça

---

- Fond pulsionnel de la personnalité et de l'instance psychique
- Gouverné par le principe du plaisir
- Ne tient pas compte de la réalité
- le contenu est essentiellement pulsionnel
- Il concerne aussi bien les exigences somatiques essentielles (faim, soif), que l'agressivité et les désirs sexuels.
- Eros et Thanathos



# Stade Anal

---

1 à 3 ans

Les tensions se déchargent principalement dans la défécation.

Garder ou évacuer provoque une excitation de la muqueuse anale

Ce qui sort de son corps est considéré par l'enfant comme sa possession qu'il offrira à sa mère.

Le contrôle sphinctérien devient un instrument d'opposition aux adultes.

Période d'opposition aux parents



# Le Moi

---

- Le Moi commence à se construire dès la première année de vie
- A partir du Ca, de la réalité extérieure, au langage et une série d'identifications avec autrui = Influence du monde extérieur
- Il est le médiateur entre le Ca et le Surmoi
- Le moi est une instance de négociation
- Le moi n'a pas seulement `à se défendre contre le, ca, il doit aussi se soumettre aux exigences du surmoi
- C'est surtout la Volonté, la pensée et la conscience

# Stade phallique

---

Entre 3 et 5ans

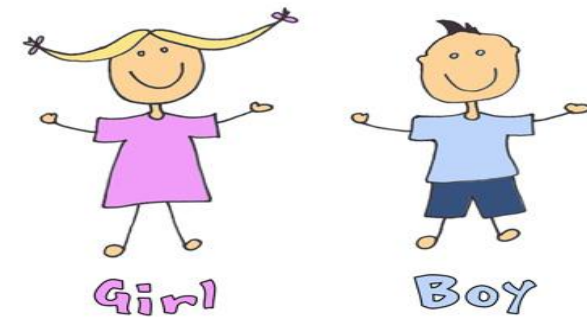
Les organes génitaux deviennent la zone érogène dominante

L'enfant découvre les différences sexuelles

A quoi ca sert?

Ma mère ne m'appartient plus!!!

La naissance du complexe d'oedipe





# Complexe d'Oedipe

---

Le noyau autour duquel va se construire la personnalité de tout homme

Relation Amour/ Haine

Le fantasme de faire disparaître le parent gênant

La résolution du complexe d'oedipe se fait par la prise de conscience que les parents s'appartiennent l'un à l'autre

L'enfant va investir les relations extrafamiliales, les activités scolaires et les loisirs

Début de relative autonomie pour lui.



# Le Surmoi

---

Apparaît tardivement (vers 5 ans) avec la résolution du complexe d'Œdipe

Intériorisation des interdits et des exigences parentales

La composante sociale de l'appareil psychique

Contient 2 aspects:

- **La conscience morale**
- **L'idéal du Moi**

# Période de Latence

---

6 à 12 Ans

Un temps d'arrêt dans le développement de la Libido

Redistribution de la libido vers d'autres lieux d'investissement

Plus autonome, développe son Moi et a une bonne perception de son identité





# Stade génital

---

la sphère érogène est génitale.

L'adolescent retrouve des pulsions de l'ordre du sexuel (pulsion qu'il avait perdu lors de la période de latence).

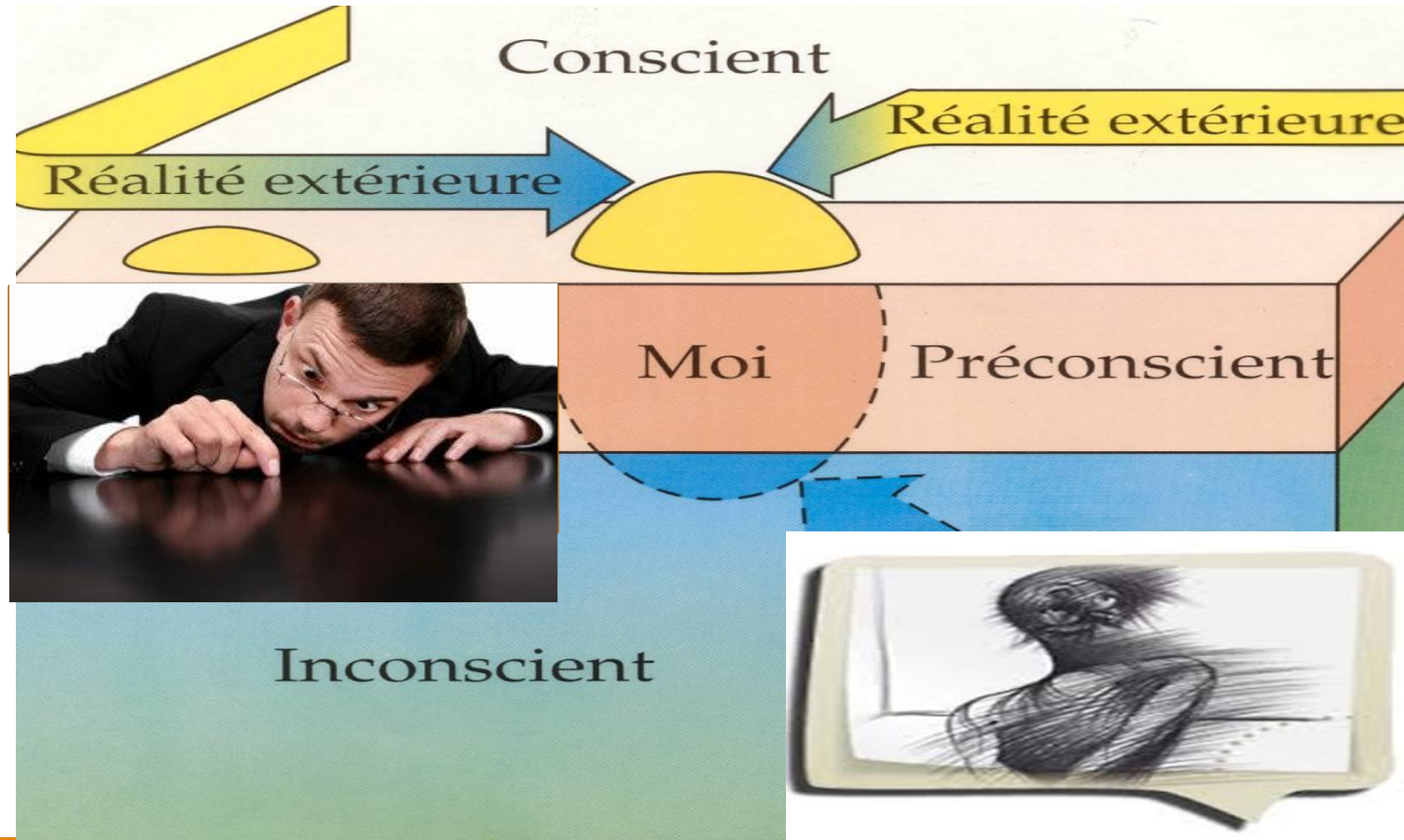
Son corps change.

Revivre le Complexe d'oedipe

Une période de restructuration



# Liens entre les deux topiques



# Apports Psychanalyse

---

La psychanalyse regroupe trois axes de réflexions et d'études :

- **un corpus de théories** issues de l'expérience analytique, participant à la conceptualisation de l'appareil psychique ; ensemble constituant la métapsychologie (dont les trois principes organisent le fonctionnement psychique : la perspective topique, dynamique) ; ·
- **une méthode d'investigation** des processus psychiques dans leur ensemble et des significations inconscientes de la parole, du comportement ou des productions de l'imagination.
- **la cure psychanalytique** par la méthode de la libre association. Cette expérience, qui naît souvent d'une demande de guérison, s'éloigne au fur et à mesure de l'expérience de l'opposition malade/sain, pour interroger le désir inconscient à l'oeuvre dans la condition humaine.



# Psychanalyse Vs Cognitivism

---

**Psychanalyse:** le symptôme est porteur de sens pour le patient, puisque conçue comme expression d'une singularité et d'une histoire subjective en lien avec l'hypothèse de l'inconscient.

**Psychologie cognitive :** s'appuie plutôt sur les lois de l'apprentissage et des différentes formes du conditionnement pour expliquer la formation des symptômes.

**Traitement Psychanalytique:** fondée sur la problématique de l'origine du symptôme ou sur son rôle et sa participation dans le psychisme du sujet. Du **Manifeste** au **Latent**...

**Traitement Psychologie cognitive :** répond au contraire à l'actualité du symptôme et vise à le modifier ou l'éliminer. Le traitement vise les comportements manifestes.

# Perspective Humaniste

---



# Perspective Humaniste

---

- La perspective humaniste a vu le jour dans les années 1950, comme alternative aux modèles psychodynamique et behavioriste.
- Selon la perspective humaniste, les personnes ne sont pas motivées par des forces instinctives, thèse défendue par les freudiens, ni manipulés par leur environnement, thèse défendue par les behavioristes.
- Selon les humanistes, les individus sont des créatures actives, qui sont naturellement bonnes et capables de faire des choix.
- La perspective humaniste prend en compte la personne entière, une approche holistique de la psychologie. Pour bien comprendre la personnalité, il faut intégrer la connaissance psychique, du corps et du comportement de l'individu, sans omettre les forces sociales et culturelles.



# Perspective Humaniste

---

- En matière de compréhension de la personnalité, la perspective humaniste se distingue par le souci de préserver l'intégrité de l'expérience personnelle et consciente de l'individu, ainsi que son potentiel de développement.
- Toutes les théories humanistes ont pour caractéristique essentielle de mettre l'accent sur le besoin d'autoréalisation.
- L'autoréalisation fait référence au désir constant de l'individu d'exploiter son potentiel intrinsèque, et de développer pleinement ses talents et capacités.
- Les théoriciens humanistes considéraient que la motivation du comportement repose sur des tendances innées et acquises spécifiques à la personne, qui l'orientent vers un développement et une évolution positive, contribuant à son autoréalisation.



# ABRAHAM Maslow



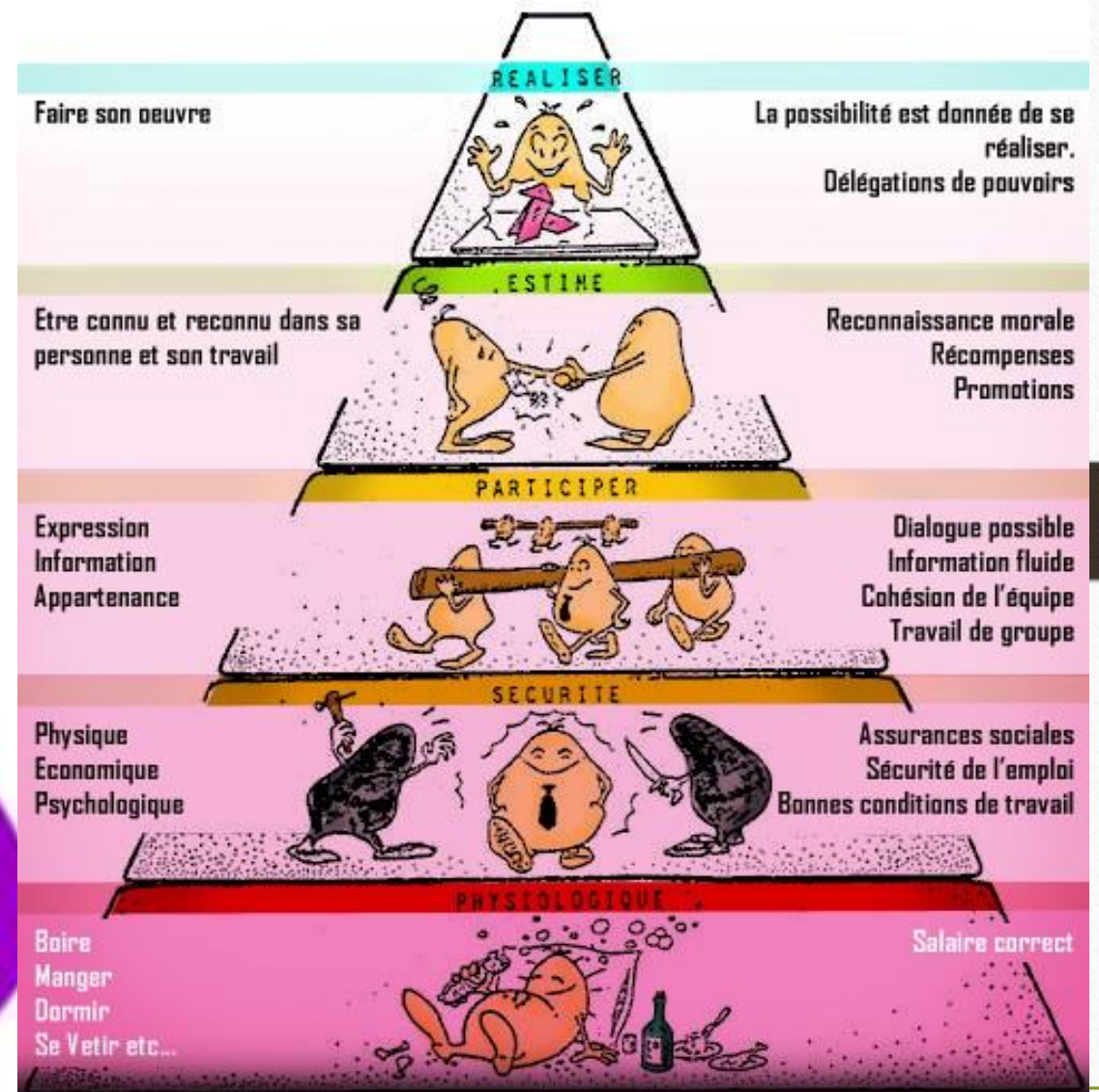


# MASLOW Abraham

---

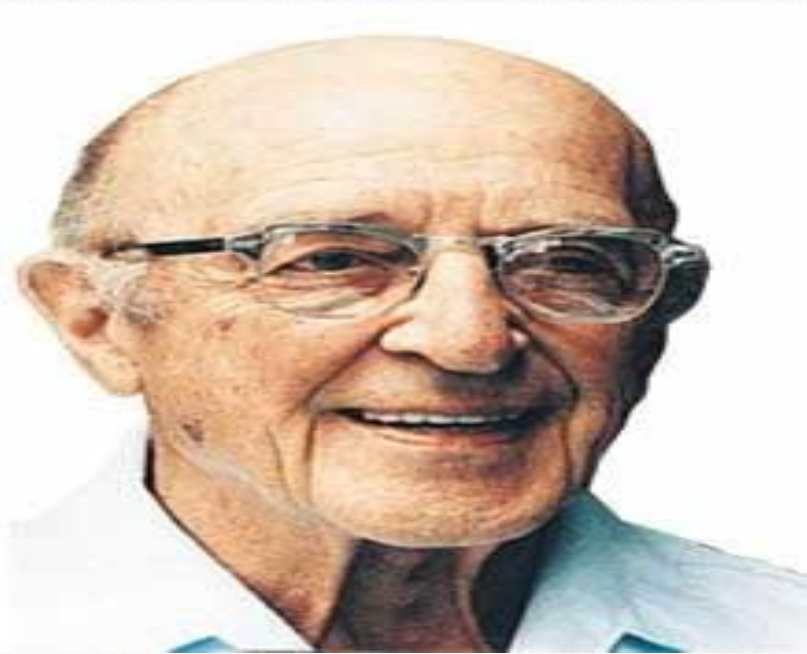
- *« De la même manière que les arbres ont besoin de soleil, d'eau, de nourriture, qu'ils reçoivent de l'environnement, les hommes ont besoin de recevoir de leur environnement sécurité, amour, considération. Dans les deux cas, le développement réel de l'individu peut commencer une fois qu'ont été satisfaits les besoins élémentaires de l'espèce. A ce moment-là, chaque arbre et chaque personne commence son développement selon son propre style, unique, utilisant les énergies nécessaires à la réalisation de ses visées individuelles. A partir de ce moment-là, on peut dire que le développement est davantage déterminé de l'intérieur que de l'extérieur. »*





# ROGERS Carl

---





# Carl Rogers

---

- *« Même si je suis conscient de l'incroyable taux de destruction, de cruauté, et de comportements malveillants dans notre monde, depuis les guerres insensées jusqu'aux agressions dans la rue, je pense que l'homme n'est pas démoniaque de nature. Dans un climat psychologique qui permet des choix et un développement, je n'ai jamais connu un individu qui a choisi la cruauté ou un cheminement destructeur. Le choix se fait toujours vers une plus grande socialisation et vers l'amélioration des contacts avec autrui. Ainsi, mon expérience m'a amené à croire que ce sont les influences culturelles qui sont les principaux facteurs de comportements démoniaques... Je vois les membres de l'espèce humaine comme les membres des autres espèces comme essentiellement constructifs dans leur nature fondamentale, mais endommagés par leurs expériences. »*



# Thérapie Centrée sur la Personne

---

- L'objectif premier de la thérapie centrée sur le client est de promouvoir une croissance psychologique saine de l'individu.
- La méthode part de l'hypothèse que tout le monde partage la tendance basique à se réaliser.



# Thérapie centrée sur la personne

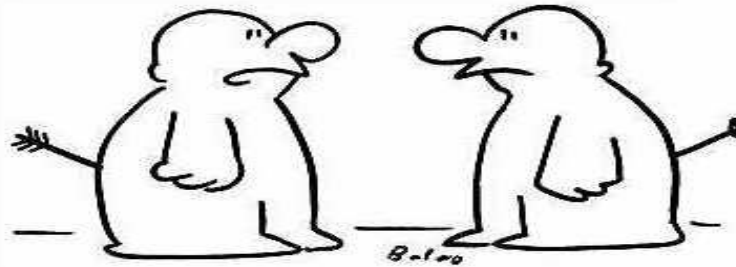
incongruence



Vous êtes viré(e)



Je vous embauche



"I know exactly how you feel."



Congruence

Empathie

Acceptation