

PPR en psychologie de la personnalité

PRÉSENTIEL 4



1. Vérification que l'on trouve des éléments en lien avec les différentes étapes du processus de recherche (exercice)



2. Récapituler les biais potentiels de l'étude
(Exercice : Fiche PPR)

Valuing Happiness is Not a Good Way of Pursuing Happiness, but Prioritizing Positivity is: A Replication Study

RESEARCH ARTICLE

MICHEL HANSENNE 

]u[ubiquity press

→ Recherche primaire non interventionnelle ; méthode corrélationnelle



A. Introduction (Phase conceptuelle de l'étude)

1. La recherche du bonheur

- 
- ▶ « *Tout le monde veut être heureux !* ». Être heureux, cela dépend de quoi ?

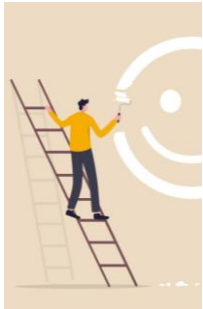
- du sentiment d'être *satisfait dans la vie*,
- du *bien-être psychologique*,
- de la *santé physique*.
- ...

- ▶ Mais, la *quête du bonheur* est-elle toujours positive ?
 - On pourrait trop se focaliser sur cette quête ...
 - On pourrait se fixer des objectifs inatteignables ...
- ▶ Y a-t-il une bonne méthode pour parvenir au bonheur ?

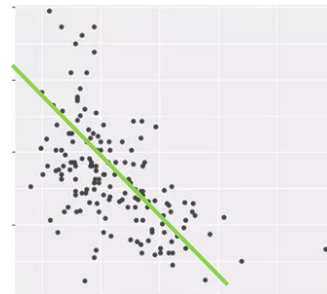


2. Pour être heureux, faut-il accorder beaucoup d'importance au bonheur ? Effet paradoxal de la valorisation du bonheur !

- **Valorisation du bonheur** : « Une tendance à vouloir être le plus heureux la plupart du temps dans la plupart des circonstances ».
- Avec leur échelle de valorisation du bonheur, Mauss et collègues (2011, 2012) montrent que :
 - la valorisation du bonheur était *négativement corrélée* aux affects positifs, au bien-être psychologique et à la satisfaction à l'égard de la vie ... et *positivement corrélée* aux symptômes dépressifs ! (Voir aussi Ford et al. 2014 et Gentzler et al. 2019).



Cours
PSYC5895 :
notions de
corrélation
(comment on
représente et
interprète une
corrélation ...





Échelle de valorisation du bonheur (Mauss et al., 2011) – Cadre *méthodologique*

1. Mon niveau de bonheur à un moment donné en dit long sur la valeur de ma vie.
 2. Si je ne me sens pas heureux(se), c'est peut-être qu'il y a quelque chose qui ne va pas chez moi.
 3. Je ne valorise les choses dans la vie qu'en fonction de leur influence sur mon bonheur personnel.
 4. J'aimerais être plus heureux(se) que je ne le suis généralement.
 5. Ressentir du bonheur est extrêmement important pour moi.
 6. Je me soucie de mon bonheur même lorsque je me sens heureux(se).
 7. Pour avoir une vie pleine de sens, j'ai besoin de ressentir du bonheur la plupart du temps.
- Réponse sur une échelle en 7 points pour chaque item (de « 1. *pas du tout d'accord* » à « 7. *tout à fait d'accord* »)

Concernant les autres échelles : cf. p. 309 de l'article empirique pour voir des exemples d'items / voir annexes OUTILS DE MESURE sur eCampus.



2.1 Des idées théoriques, des modèles psychologiques en arrière-plan - Cadre *théorique*

- ▶ Le *bien-être psychologique* est un construit psychologique (*construct*).
- ▶ Six composantes (besoins) contribuent au *bien-être psychologique* selon le **modèle de Carol Ryff** (psychologue américaine) :

1. l'autonomie,
2. la maîtrise de l'environnement,
3. la croissance personnelle,
4. les relations positives avec les autres,
5. les buts dans la vie et
6. l'acceptation de soi.

Score composite (mesure basée sur des réponses à des questions relatives à 6 aspects [6 facettes du construit psy.] clairement différents)

- ▶ Définition du bien-être psychologique :
 - issue des *courants de la psychologie humaniste, existentielle et développementale*.
 - correspond à la **conception eudémonique du bonheur**¹. (→ Il y a d'autres conceptions ...)

¹ Le bonheur eudémonique est davantage lié à un sentiment profond de satisfaction et d'accomplissement qui découle d'une vie bien vécue, conforme à ses propres principes et engagements.



2.1 Construit psychologique

- ▶ **Non directement observable** : le bonheur subjectif ne peut pas être directement mesuré ou observé.
 - Au lieu de cela, nous évaluons des aspects *supposés* refléter ce bonheur subjectif (par ex. : satisfaction dans la vie ; santé ; etc.).
- ▶ **Mesure ou évaluation indirecte** : nous utilisons des échelles de mesure pour évaluer le bonheur subjectif.
- ▶ Ces mesures (évaluations) sont basées sur des **hypothèses théoriques (modèles)** concernant ce que signifie réellement « bonheur » ou « bien-être psychologique ».
- ▶ Le **modèle de Ryff** du bien-être psychologique fournit un cadre conceptuel pour comprendre et mesurer ce bien-être psychologique (et in fine le bonheur).
- ▶ **Évolution du construit** : au fil du temps, notre compréhension du bien-être psychologique a évolué ; les mesures ont été adaptées en conséquence. Cela démontre comment les construits psychologiques peuvent être révisés et améliorés en fonction des connaissances scientifiques.



2.2. Études antérieures sur le *paradoxe* de la valorisation du bonheur

- ▶ Induire expérimentalement la *valorisation du bonheur* avant le visionnage d'un extrait de film positif → *réduction du bonheur subjectif* !
 - suggérant ici un lien de causalité entre les deux variables (VI *manipulée* → VD *mesurée*).
- ▶ L'introduction de l'article présente un *ensemble de résultats d'études* (parfois mitigés) mais qui suggèrent tout de même un certain *lien entre la valorisation du bonheur et le bonheur subjectif*.

Cf. *The paradoxical effect of valuing happiness*, p. 307



3. Études transculturelles sur ce paradoxe

- ▶ Existe-t-il des différences entre notre culture individualiste et une culture collectiviste ?
 - Comparaisons des données obtenues aux États-Unis et en Allemagne puis en Russie et en Asie de l'Est.
- ▶ Principaux résultats :
 - **Corrélation négative** entre mesure de *valorisation du bonheur* et mesure de *bien-être psychologique* aux États-Unis ($r = -0.26 *$) mais pas en Allemagne ($r = -0.11$ N.S.).
 - **Corrélation positive** entre mesure de *valorisation du bonheur* et mesure de *bien-être psychologique* en Russie ($r = 0.31 *$) et en Asie de l'Est ($r = 0.25 *$).
- ▶ → Dans les sociétés collectivistes, le bonheur consiste davantage à *s'engager socialement*. (*Cet aspect est-il représenté dans les échelles de mesures utilisées dans l'étude en cours ?*)



4. Pour être heureux, faut-il bien choisir les situations à vivre ? Effet bénéfique de la priorisation de la positivité

- ▶ **Priorisation de la positivité** : « Choisir les environnements et les activités qui induisent des émotions positives » (lesquelles favorisent le bonheur subjectif).
- = Adopter une stratégie de régulation émotionnelle (Gross, 1998) pour éviter certaines émotions et en favoriser d'autres.
 - › → Sommes-nous efficaces dans le choix des situations qui induisent les émotions agréables ?



4. Effet bénéfique de la priorisation de la positivité



- ▶ Avec l'échelle de priorisation de la positivité (*Positivity Priorization Scale, PPS*), Catalino et collègues (2014) montrent que la *priorisation de la positivité* est positivement corrélée avec le *bien-être psychologique* (corrélacion opposée à celle trouvée entre la *valorisation du bonheur* et le *bien-être psychologique*).



5. Objectifs de l'étude corrélationnelle (Hansenne, 2021) [version simplifiée]

- Réplication de résultats antérieurs.

Aspect important
mais négligé de la
méthode scientifique

- Pour vérifier les idées suivantes :

- la **priorisation de la positivité** est corrélée :
 - › **positivement** avec le *bonheur subjectif*.
 - › négativement avec les *symptômes dépressifs*.
- la **valorisation du bonheur** est corrélée :
 - › **négativement** avec le *bonheur subjectif*.
 - › positivement avec les *symptômes dépressifs*.



B. Méthodes (Phase méthodologique de l'étude)

1. Participants

- ▶ **Échantillonnage** au sein de la population.
 - Technique de recrutement.
 - Courriels *étudiants* FPLSE ULIEGE ; courriels au *personnel* ULIEGE ; *réseaux sociaux*.
- ▶ **Constitution de l'échantillon** de participants (Proportions de femmes et d'hommes ; de sujets jeunes et âgés ; ...).
 - Lors de l'analyse : vérifier les effets potentiels du genre et de l'âge !
- ▶ Pas de compensation financière ou autre.
- ▶ Approbation du Comité d'éthique de la FPLSE.
Consentement éclairé.

Éviter les biais liés
à l'échantillon /
validité externe



2. Recueil de données (plusieurs outils) (1)

Biais liés aux
échelles de
mesures ?

- ▶ Recueil de données via internet avec plusieurs échelles de mesures.
 - Chaque échelle vise un construit psychologique spécifique.
 - Notion de validité de contenu et de validité concurrente.
- ▶ Échelle constituée de plusieurs *items* (questions) → mesure (*score*).
 - Voir matériel supplémentaire sur eCampus.
 - Cours d'*Introduction à la psychométrie* (PEDA4056) en BAC2 parlera de la notion de « *bonne échelle de mesure* ».
- ▶ Traduction : de la version originale à la version francophone.
 - Deux traducteurs indépendants : ANGLAIS → FR puis retraduction FR → ANGLAIS par un *native speaker*.



2. Recueil de données (plusieurs outils) (2)

Cf. article pp.
308, 309

► Échelles de mesures :

- VHS (*Valuing Happiness Scale*) : évalue la *tendance à valoriser le bonheur fortement et la plupart du temps.*
- PPS (*Priorizing Positivity Scale*) : évalue le degré d'importance que la personne accorde aux émotions positives lorsqu'elle planifie ses activités quotidiennes.
- SHS (*Subjective Happiness Scale*) : évalue le sentiment subjectif de bonheur.
- SWLS (*Satisfaction With Life Scale*) : évalue la mesure dans laquelle la personne est heureuse de sa vie.
- ...

► On examine la corrélation à partir des scores obtenus pour 2 échelles d'un groupe de participants.



C. Résultats (Phase analytique de l'étude)

1. Corrélation entre les outils

« Comment on fait pour être heureux ? » Début de suggestion ...

WELL-BEING MEASURES	PRIORITIZING POSITIVITY <i>PSP score</i>	VALUING HAPPINESS <i>VHS score</i>
Satisfaction with life <i>SWLS score</i>	.27***	-.15***
Subjective happiness <i>SHS score</i>	.35***	-.14***
Psychological well-being	.27***	-.21***
Depressive symptoms	-.17***	.27***

Table 1 Regression analyses (standardized coefficients) of well-being measures on valuing happiness and prioritizing positivity



2. Effets du genre et de l'âge

- ▶ Dans la grande majorité des cas, pas d'*effet de l'âge* sur les scores obtenus dans les différentes échelles.
- ▶ « Idem » pour l'*effet du genre*.



D. Discussion

1. Éléments de discussion

- ▶ Résultats (effets de la priorisation de la positivité) *conformes* à ce qui est attendu après lecture de la littérature. (Étude de réplication)
- ▶ Résultats *étendent* ce qui est connu par ailleurs ...
- ▶ Voir les éléments de discussion autour du *lien de causalité* entre les variables étudiées.
 - Est-ce que donner la priorité aux activités qui suscitent des émotions positives entraînent véritablement le bonheur (« *est la cause de ...* ») ?



2. Études corrélationnelles : pas de certitudes quant aux liens de causalité (mais des hypothèses)

► S'interroger sur la corrélation trouvée entre la *priorisation de la positivité* et le *bonheur subjectif*.

- Est-ce possible pour tout le monde ?
- (1) « Donner la priorité à la positivité augmente-t-il vraiment le bonheur ? » versus (2) « Le bonheur nous permet-il de donner la priorité au positif ? ».

Cf. dernier § p.
310 et 1^{er} § p.
311

- Donner la priorité à la positivité ne serait possible que si l'individu a la liberté et la capacité de décider de donner la priorité aux activités qui suscitent des sentiments positifs. → Cet individu serait probablement déjà heureux et donner la priorité à la positivité le rend encore plus heureux.
- Faire de la positivité une priorité ne serait pas possible pour l'individu qui présente des difficultés à identifier les situations positives de sa vie, qui dispose de faibles compétences émotionnelles.



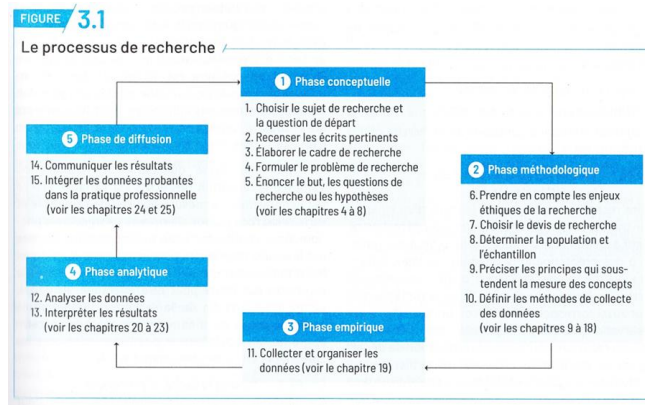
Structure de l'article (examiner l'article en complément !)

- ▶ On retrouve la plupart des différentes phases et étapes du processus de recherche scientifique.
 - **Résumé (*Abstract*)** : qu'est-ce qui fait sa qualité ?
 - **Introduction** → reflète le travail réalisé dans la **phase conceptuelle**.
 - › Problématique ; éléments issus de la littérature pointant éventuellement des désaccords, des inconnues, etc. ; converge vers une ou plusieurs questions de recherche précises.
 - **Méthodes (*Methods*)** → **phase méthodologique**.
 - › *Type* de recherche / *Méthode* de recherche / *Outils* de recherche. (Transparence.)
 - **Résultats (*Results*)** → **Phases empirique et analytique**.
 - › Mettre en évidence les principaux résultats à l'aide de *graphiques* et/ou *tableaux* et autres *indicateurs statistiques* (méthodologie quantitative !)
 - **Discussion** → **étape de l'interprétation**.
 - › Les résultats obtenus par rapport à ceux trouvés dans la littérature (Réplication ? Contradiction ? Nouveauté ?).
 - › Analyses des forces et des faiblesses de l'étude présentée (Transparence.).



En guise d'exercice à faire chez soi ...

- Vérifier que l'on retrouve dans l'article original, via le PowerPoint de cette séance, des éléments appartenant aux différentes phases et étapes du processus de recherche.





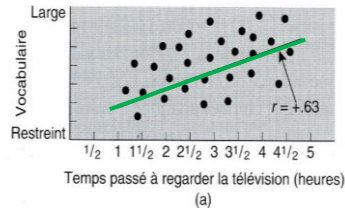
Rappel : Études corrélationnelles

- ▶ Objectif principal de l'étude corrélationnelle : explorer et vérifier des **relations statistiques** entre 2 variables (ou plus).
 - Expérimentation *pas possible* pour des raisons d'ordre éthique, pratique (manipulation de variables pas toujours possible) ou est une stratégie moins intéressante (jugée trop *artificielle*).
 - Les données sont recueillies chez les participants à l'aide de **questionnaires** (en fait, des **échelles de mesures**).
 - L'échantillon de sujets doit être assez grand et représentatif de la population.
- ▶ Peut s'accompagner d'hypothèses ou de théories qui sont utilisées pour interpréter les résultats (par exemple, les relations significatives trouvées entre deux variables).
- ▶ Que faire avec des relations entre variables ? On peut notamment :
 - décrire ces relations → **corrélation**. (On évoque des liens)
 - **prédire** une mesure à partir d'une autre → **régression**. (On prédit une variable à partir d'une autre qui serait envisagée comme la *cause*).



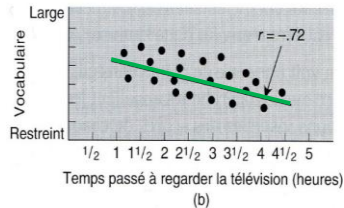
Plan corrélationnel & corrélation linéaire

- ▶ 3 types de relations entre les 2 variables
- ▶ Relation directe ($r +$)



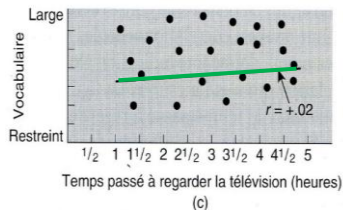
Tout comportement, événement, caractéristique mesurable.

- ▶ Relation inverse ($r -$)



Avec l'équation de la droite de régression, on peut prédire Y à partir de X.

- ▶ Sans relation linéaire ($r 0$)





Quatre directions causales possibles en cas de corrélation statistiquement significative

Encadré 5.1

Résumé des quatre directions causales possibles pour n'importe quelle corrélation simple

Soit X la quantité de violence qu'un enfant regarde à la télévision. Soit Y l'agressivité de l'enfant. Supposons que la corrélation entre X et Y est forte ($r = +.60$). Il existe quatre directions causales possibles.

1. $X \rightarrow Y$

Regarder plus de violence à la télévision entraîne chez l'enfant des niveaux d'agressivité plus élevés.

2. $Y \rightarrow X$

Des niveaux plus élevés d'agressivité chez un enfant l'entraînent à regarder plus de violence à la télévision.

3. $X \leftrightarrow Y$

Des niveaux plus élevés d'agressivité chez un enfant l'amènent à regarder plus de violence à la télévision, et, **en même temps**, regarder plus de violence à la télévision suscite chez l'enfant des niveaux d'agressivité plus élevés.

4. $X \leftarrow Z \rightarrow Y$

Une **troisième variable non mesurée** (Z), une faible activation du système nerveux autonome, incite un enfant à regarder plus de violence à la télévision et le conduit à avoir des niveaux d'agressivité plus élevés.

Corrélation (même forte) \neq lien de causalité



3 Facteurs impactant l'amplitude de la corrélation

- Relation non linéaire entre les 2 variables.

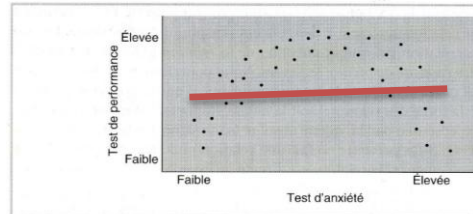


Figure 5.2
Relation curvilinéaire entre le test d'anxiété et le test de performance.

- Effet de troncature.

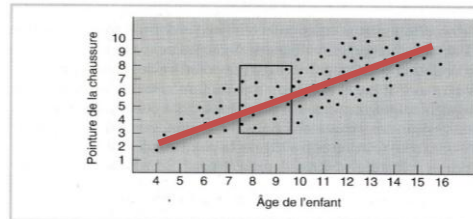


Figure 5.3
Corrélation entre l'âge des enfants et la pointure des chaussures.

- Effet des *outliers* (données extrêmes).

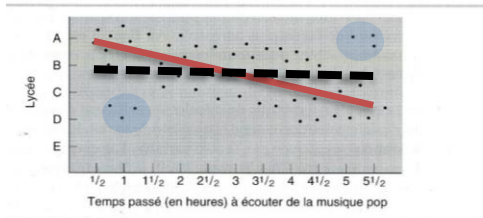


Figure 5.4
Corrélation entre les notes au lycée et le temps passé (en heures) quotidiennement à écouter de la musique pop.

→ Recherche reproductible ...



Relation symétrique (corrélation) ou asymétrique (régression) entre deux variables



- ▶ **Corrélation** : *prioriser la positivité* pourrait influencer le *bien-être subjectif* et inversement. (Graphique : peu importe quelle variable est choisie pour l'axe des abscisses ou des ordonnées.)
- ▶ **Régression** : on fait l'hypothèse qu'il y a un rapport de dépendance entre les deux variables mais que c'est surtout *prioriser la positivité* qui influencera le *bien-être subjectif* et non l'inverse. (Graphique : prioriser la positivité se trouvera sur l'axe des abscisses.)

