

Introduction:

- Augmentation du nombre de psychologues au Canada
- Historiquement, la psychologie faisait plutôt partie des arts philosophiques. Maintenant, elle se rapproche plus à la physique chimique.

Trois niveaux d'analyse:

1. Influences biologiques, psychologiques
2. Comportements ou processus mentaux
3. Influences socio-culturelles

Les champs de Psychologie

- Recherches fondamentales
- Recherches appliquées
- Counselling (conseil et orientation)
- Clinique
- Psychiatrie (médecin)

Définition: L'étude scientifique du comportement et des processus mentaux.

- Comportement: que l'on peut observer et enregistrer
- Processus mentaux: expériences internes, subjectives

Psychologie contemporaine

- Grande problématique étudiée

Inné et L'acquis (né : adapté)

Chapitre 4: L'inné, l'acquis et la diversité humaine

Chromosomes: Chaque chromosome contient 2 brins d'ADN.

Gènes: En moyenne entre 20 000 et 25 000 gènes actifs ou inactifs.

Environnement et les influences non génétiques: EX: éducation, pauvreté, conditions, prénatales, etc.

Les événements de l'environnement activent les gènes, ces gènes peuvent être actifs ou inactifs. Un peu comme l'eau chaude permet un sachet de thé d'exprimer son arôme. Lorsqu'ils sont activés, les gènes nous donnent le code qui nous permet de fabriquer des protéines- les constituants de base de notre organisme.

les chimpanzés partagent près de 96% de nos ADN de nos séquences d'ADN. (Wildman - 99.4%)

L'espace dans l'utérus peut être un espace qui peut influencer les personnalité des jumeaux d'être différents.

Vrais jumeaux: $\frac{1}{3}$ ne partagent pas le même placenta.

Faux jumeaux: Ils sont plus similaire que des vrais jumeaux.

Identiques: Même types de comportement (à cause de leur gènes).

3 types d'environnement génétique:

1. Vrais jumeaux (se développent à partir d'un seul oeuf fécondé, pas toujours mêmes copies de gènes identiques) → monozygotes
2. Faux jumeaux (se développent à partir de deux ovules séparés) → dizygotes
3. Frères et soeurs.

Si votre jumeau se divorce, les chances que l'autre jumeau se divorce augmente. (2% faux jumeaux et 5.5% vrais jumeaux).

Similitudes entre des faux jumeaux n'est pas la même comparer à celle des vrais jumeaux.

Les facteurs environnementaux partagés par les enfants d'une même famille n'a aucune influence sur leur personnalité.

La personnalité des enfants adoptés a plus de similitudes avec leurs parents biologiques qu'adoptives.

...

Études d'adoptions → Les différences de tempérament ont tendance à persister. Ex: excitabilité émotionnelle

Importance d'identifier les groupes de gènes est pour déterminer ceux et celles qui sont à risques.

héritabilité: proportion de variation entre individus qu'il est possible d'attribuer aux gènes.

L'héritabilité d'un caractère peut varier en fonction de l'étendue des populations et des environnements étudiés.

héritabilité de 2 jumeaux qui vie dans le même environnement est 100%. Alors, si l'environnement est similaire, l'héridité augmente.

2 clones vas être 0% car ils ont exactement le même gènes.

L'héritabilité et les différences entre les groupes sont souvent davantage expliquées par l'environnement. Exemple:

- L'agressivité de certaines groupes
- La tailles de certaines peuples

Exemples d'interaction entre gènes et environnement

1) Ex: les enfants hyperactif

01/20/2016

Psychologie évolutionniste

Exemples: notre capacité de reproduction et d'adaptation

1. Goûu pour le sucré et le gras

l'évolution nous aide à s'adapter au changement qu'il y a autour de nous

2. Grammaire morale universelle (niveau morale)

Exemple de selection naturelle → Evolution of the Giraffe

l'évolution s'agit de 2 choses: le caractère et physique

l'exemple du bateau: passe l'âge de maladie

l'exemple du bateau 2: celle de 20 ans est plus fertile

filles → plus vieux, elle cherche une homme avec un statut et des ressources pour soutenir une famille.

gars → plus jeune, la fertilité

Mère de mère: porte les enfants car elles les considère comme ces enfants.

Mère de mère est plus affecter par la mort de leur grands-enfants.

filles vs fille → dépendence de reproduire notre gènes

les hommes et les femmes ne cherchent pas les mêmes choses..

les hommes → la jeunesse et la santé

les femmes → le statut et ressources sociales

l'orientation sexuelle chez les hommes est plus haute que celles des femmes

critiques de la psychologies évolutionniste:

3. Certaines comportement ne peuvent etre expliquées

- Homosexualité, suicide

L'influence acquis → les parents

- Environnement prénatal
- Expérience et développement du cerveau: Environnement enrichi augmente le développement du cerveau.
- Les influences cultures est très présente: Ex de variations culturelles?
 1. l'éducation des enfants
 2. les rites

Ex de normes dans notre société?

- l'espace entre deux personnes
- bras croisés en vietnam → quelqu'un qui te donne de l'attention
- Entendre en ligne

La culture change avec le temps

Individualisme: ... d'attributs personnels

Collectivisme: ... rapport au groupe → Pays asiatiques et africains

interdépendance → tout le monde réussit → Cultures Asiatiques-Africaines

les influences culturelles n'est pas génétiques → plus environnementales

- des cultures différents s'alimentent différemment ce qui en retour peut affecter leur pression artérielle.

les femmes sont plus démocratiques, hommes sont directives mais cela changent avec l'âge.

hommes → trouble d'attention, autisme, alcoolisme

femmes → dépression, l'anxiété, trouble alimentaire

communication:

40X plus de text que les hommes

passent 50% à 60% plus de temps au téléphone

parlent pas pour les mêmes raisons

hommes → solutions, donnent leurs opinions

femmes → explorent les relations, crée des liens, exprimer leurs émotions. (très important pour la femme).

Les femmes cherchent des relations significatives. Intensité d'émotions est plus forte chez les femmes. Les hommes sont plus en groupe.

Les femmes → interdépendance hommes → indépendant

Les hommes ont une estime de soi plus haute que les femmes, mais grande similitude.

les cerveaux des bébés garçons commencent à 7 semaines aussi

différences entre hommes/femmes dans le langage

- cerveau des femmes sont plus petites

on traite les gars et les filles différemment qui influencent leur identité sexuelle.

Chapitre 5:

les petites filles sont nées avec tous leurs ovules (mais sont pas encore matures)

les hommes n'ont pas de sperm à la naissance mais le développera plus tard.

le zygote se protège lui-même jusqu'il s'attache à sa mère.

Embryon → forme et développe ses organes et muscles

L'alcool, Tabac, Drogue Virus,... → Agent tératogènes

les foetus peuvent s'habituer aux sons ennuyeux (ex: vibration)

reflexes

- retire membre de la douleur,
- reflexe de survie → couverture sur visage
- en touchant ses joues, le bébé se tourne pour tété

On étudie le comportement (fixer de regard, tourner la tête, sucer) ex: les yeux (où il regarde et comment longtemps).

Quand le bébé entend la voix de sa mère il suce plus fort.

Ex de l'habituation (quand il se tourne la tête après avoir vu quelque chose peut nous dire qu'il la déjà vu).

Les enfants regarde plus les visages que le corps.

Le bébé reconnaît l'odeur de sa mère.

- rit à 2 mois
 - s'assois à 6 mois
 - 2 ans → 2 mots
 - Tout cela sont lié au développement au cerveau (le système nerveux devient de plus en plus mature). Cela est jusqu'à la puberté
 - La maturation à une ordre qui est peu influencés par l'expérience.
 - L'ordre de maturation est universelle mais la vitesse peut varié.
 - En vieillissant, notre cerveau est plus habile
-
- rouler
 - s'asseoir
 - se mettre à quatre pattes
 - marché
 - Les jumeaux identiques marchent presque en même temps et si les parents marchaient tôt, les enfants marcheront tôt aussi. (innés).

La mémoire inconscient:

- notre corps réagit alors que la partie psychologique ne se souvient pas trop.

La notion de taille vient un peu après que la partie cognitif

- les enfants ont différents stades de développement.

Assimilation: avec des schèmes qu'on a déjà vu

Accommodation: adapte un schème à quelque chose qu'elle a déjà vu.

Stades de Piaget:

1. les bébés à déjà des compétences
2. utilise leur intuition pour résoudre des problèmes, langage se développe,
3. pense de niveaux logiques mais concret,

dév. cognitif: opération concrètes analogies tel que << mon cerveau et comme un ordi >>.
opérations formelles → logiques abstraites

01/27/2016

L'attachement → synonyme pour confiance.

l'anxiété décend progressivement après l'âge de 13 ans.

L'anxiété chez les enfants est normal (avant l'âge de la garderie).

Un enfant peur va retrouver sa mère.

- Assuré: mère sensible et attentionné → Enfant joue, explore, détresse à son départ
- Non assuré: mère froide → Enfant explore moins, reste afrippé, pleure ou indifférence au départ.

- Confiance de base: sentiment que le monde est fiable et digne de confiance.

- La négligence laisse des traces dans le cerveau d'un enfant.
- Rupture (ex: famille d'accueil)
- l'enfant peut reconstruire un attachement et avoir confiance avec une familiale adaptative.
- Garderie pas mauvais pour les enfants. Pas de corrélation avec l'anxiété de séparation.
- Attachement sain
- Corrélation entre le temps à la garderie et des habilités linguistiques et de réflexion.
- Corrélation avec niveau d'agressivité (Garderie).
- Concept de soi → meilleur réussite
- parents autoritaires → parents armée << Parce que je l'ai dit, c'est tout >>
- parents permissifs → opposés de parents autoritaires
- parents directives → exigeant mais attentif à l'enfant. (parents flexible). Donne explication aux règles. → les enfants des parents directifs sont plus confiant.

Développement physique (puberté)

- développement primaire → reproduction
- développement secondaire → les anges, changements de corps, etc.
- les menstruation commence de plus en plus tôt
- symptômes de puberté vient plutôt chez les filles
- M maturation précoce → positive (Statut, réputation)
- F maturation précoce → négative (Malaise, affect l'estime de soi)
- les neurones qu'on utilise pas vas disparaître.
- communication entre deux cellules est plus vite
- Myéline
- système limbique → notre émotions (enfant peut pas être condamné à mort, veut augmenter l'âge de conduite)

Développement cognitif (puberté)

- pensée individualiste

Développement social (puberté)

- les adolescents reconnaît pas les émotions des autres gens.
- les cerveaux des adolescents sont encore entrein de se développe
- les ados ne pas beaucoup de jugements ou fait pas beaucoup de réflexion lorsqu'ils prennent des décisions important.
- Âge adulte → liberté légale, âge , l'autonomie, indépendance, grandes responsabilité
- Avant → mariage
- Actuellement → une luxe → l'émergence de l'âge adulte
- l'émergence de l'âge adulte → 18 ans - 25 ans → pas encore stable
- l'âge d'exploration de notre identité
- l'âge des possibilités
- Focus sur soi (pas de responsabilités!)
- Sentiment d'être entre les deux...
- Pas tout les cultures on ceci

Développement physique II

- les femmes vie plus 4-5 ans de plus
- une femme de 35 - 39 ont la moitié des chances de tomber enceinte.
- Menopause chez les hommes → Changements physiologiques progressifs

Ex: (spermatozoïdes, testostérones, vitesse d'érection et d'éjaculation).

- la vue, l'odorat et le louï diminue avec l'âge
- Alzheimer → pathologique
- crise de quarantaine → instabilité émotionnelle

- mythe
- horloge social est-il important? Oui avant, de nos jours, ça n'existe plus. Sa varie de culture à l'autre.

Couple → mieux si ont partage des valeurs et intérêts

- Soutien matériel et émotionnel
- couple heureux = moins de recherche
- les couples heureux se chicanent
- couple mariés dure plus longtemps que les gens qu'ils le sont pas.

Travail → Procure sentiment de maîtrise et d'accomplissement

- Correspond à nos intérêts

Vieillessement → pas moins heureux

chercheurs mettant l'emphase sur l'expérience et l'apprentissage = continu

chercheurs ayant une perspective biologiques = stades à travers auquels on va passer...

02/03/2016

Chapitre 10

- Pas de intelligence identique, lien culturelle, l'intelligence est un concept abstrait.

Définition: Aptitude à apprendre de l'expérience, à résoudre des problèmes et à utiliser son savoir pour s'adapter à de nouvelles situations.

1. Verbale → Gilles, vignault, poète
2. Mathématique → Einstein, scientifique
3. Musique → Stravinsky, compositeur
4. Spatiale → Picasso, peintre
5. Intrapersonnelle → Corporelle → Martha Graham, danseuse
6. Interpersonnelle → Freud, psychiatre
7. Naturaliste → Gandhi, leader

intelligence analytique → associé avec l'intelligence scolaire

“ pratique → la survie

“ créativité → s'adapter à des nouvelles situations

Deux types de pensées:

Convergente: Ex: test de QI qui nécessite une seule bonne réponse

Divergente: Test de créativité, demande de voir plusieurs possibilités ou réponses.

p.8 → 5 facteurs qui aide à améliorer l'intelligence.

Intelligence émotionnelle → intelligence sociale

- Intelligence émotionnelle est plus présent chez les femmes que les hommes.

taille de cerveau = plus intelligente? oui → légères corrélations mais avec certaines parties plus volumineuses.

- quand on travaille sur notre cerveau, elle grossi

La neuroplasticité → (i.e. capacité à s'adapter et développer des connexions neuronales).

3. la quantité de substance grise → Quantité plus grande dans certaines zones spécifique → mémoire, attentive et langage.

BREF: une controverse existe sur ce qu'est l'intelligence et ce qui s'explique.

test aptitudes → prédire le capacité d'apprendre

test de connaissance → déjà appris.

Capacité à raisonner rapidement, abstraitement

- Diminue lentement jusqu'à 75 ans
- Augmente jusqu'à un âge avancé

moins intelligent = plus heureux

l'ignorance = heureux

y a-t-il au gene du genie?

- Certaines gènes spécifiques semblent reliés à la variation d'intelligence et handicaps d'apprentissage.

Peut-on enseigner l'intelligence?

Pas trouver la solution d'enseigner l'intelligence.

préjugé dans la société que les hommes ont un meilleur QI.

différence:

- fille → orthographe, aptitudes verbales et non verbales, mémoire non verbale, sensations, détecter les émotions et réussite à l'école.
- gars → résolutions de problèmes et aptitudes spatiales (se développe dans le ventre de la mère).

Mais prudence car il y a des différences dans les sous catégories des ces habilités:

- Ex: verbale: femme meilleurs pour la fluidité mais hommes meilleurs pour les analogies verbales.

Est-ce à cause des gènes?

- Possible mais les différents ethnies sont très semblables génétiquement...

02/24/2016

Parfois: un stimulus (manquer un rendez-vous)

- Le stress motive à l'action

Effet positifs:

- Amène à établir ses priorités
- Procure des défis qui favorisent la croissance, l'estime et la connaissance de soi.
(Relevé un défi augmente l'estime de soi).

Les catastrophes (ex, ouragans, inondations, guerre)

Rendent plus vulnérables aux maladies.

Peuvent endommager la santé et le bien-être.

Le Racisme est une forme de stress → peut avoir un impacte sur notre santé.

Libération d'hormone de stress de type glucocorticoïde (cortisol) **par les parties externes des glandes surrénales.**

La femme vit plus de stress par rapport à l'homme. L'homme se rend pas compte qu'il est stressé.

Homme: ... se tourner vers l'alcool ou devenir agressifs.

Toute maladie associée au stress comme l'hypertension et certaines maux de tête

étudie comment les processus psychologiques, nerveux et endocriniens peuvent affecter notre système immunitaire.

Système immunitaire → Système de surveillance qui défend l'organisme contre les bactéries, virus et les substances étrangères. La femme a un fort système immunitaire.

Le stress détourne l'énergie vers les muscles et le cerveau, nous rendant plus vulnérables aux maladies.

éviter le stress et avoir une attitude détendue et pleine d'espoir ne peut pas détourner...

Les hommes adultes pessimistes sont deux fois plus sujets aux maladies cardiaques.

Figure 12. 8 ** Manuel

Préserver la santé = Soulager le stress

1. diminue les crises cardiaques

03/02/2016

Chapitre 13: Personnalité

- S'exprime parfois sous forme déguisé (lapsus, plaisanteries).
- lapsus → parle mais ont dit quelque choses qu'on veut pas dire. L'inconscient.
- les garçons tombent en amour avec sa mère mais le père est dans le chemin → aime pas bcq le père. Tout ces sentiments sont les sentiments immoraux que les gars vont réaliser lorsqu'il devient grands.

Exemple: Maman est tellement belle

→ la Castration → les gars ont peur de cela. → j'abandonne... Papa a gagné... Ne parlons plus de sexe pour un certain temps.

- Les filles désirs leur père
- pas les mêmes partis génitaux → sans inférieur à l'homme.

Fixations: Attachement persistant des énergies cherchant le plaisir à un stade psychosexuel antérieur, ou les conflits ne sont pas résolus.

oral → Développe des comportements de dépendance. Tabac, cigarette, gomme, etc.

anale → Développe des comportements de contrôle. Propreté excessive, compulsivité

La théorie psychodynamique

Aujourd'hui...

Existe encore mais:

- ne crois plus que le sexe constitue la base de la pers.
- ne parle plus en terme de ça, moi ou stades psychosexuels
- Croit à l'in et aux conflits intérieurs.

Forme de << Radiographie psychologique >>

Mais... le refoulement, s'il existe, est une réaction mentale RARE en réponse à un traumatisme terrible

- Un système de traitement de l'information qui opère sans que l'on en soit conscient.

Mais... ceux-ci sont davantage motivés par notre besoin de protéger notre image de soi.

hiérarchie de besoins → Transcendance de soi = summum

Peu d'écart entre les deux = conception du soi positive.

MYERS_BRIGGS

Indicateur de typologie

- Très utilisé dans le monde (surtout en milieu du travail)
- Établie des typologies tel Sentimental ou Cérébral.
- Description flatteuse pour tous les types.

Donc, les traits sont importants

Influences réciproques

1. Ex: école musique
2. Anxieux
3. Effet pygmalion

Quelles sont les conséquences d'un manque de contrôle personnel?

événement pénibles incontrôlables → Perception d'un manque de contrôle → Comportement d'impuissance généralisés.

Trop d'importance accordé à la situation ET

Trop peu d'importance accordé à l'individu

03/16/2016

Chapitre 14

-

