

Prédire et changer les comportements : théorie et pratique

Infos pratiques

- > ECTS : 3,0
- > Nombre d'heures : 24,0
- > Langue(s) d'enseignement : Français
- > Période de l'année : Enseignement troisième semestre
- > Méthodes d'enseignement : En présence
- > Forme d'enseignement : Cours magistral
- > Ouvert aux étudiants en échange : Oui
- > Composante : Sciences psychologiques, sciences de l'éducation
- > Code ELP : 5P3POP2P

Présentation

"Quand on veut on peut" ? Si ce type d'adage couramment entendu peut laisser à penser que changer ses comportements est facile et n'est qu'une question de volonté, le cours montrera le défi que cela représente réellement et donnera des clefs pour y parvenir.

Objectifs

A travers les théories et exemples pratiques issus des domaines de la santé, de l'écologie, de l'éducation, etc, les objectifs de ce cours sont de former à l'étude et à l'induction du "changement comportemental". Plus spécifiquement, il s'agira de détailler les défis et les avantages d'utiliser des approches de changement comportemental ancrées dans les preuves scientifiques, et la nécessité d'une approche scientifique et méthodique du changement comportemental. Le cours donnera ensuite des clefs pour construire des interventions visant un changement comportemental, notamment en s'intéressant à des facteurs psychologiques et situationnels fondamentaux du changement, à des stratégies de changement

comportemental dites volontaires et basées sur la manipulation.

Évaluation

SESSION 1 :

Devoir sur table. Ecrit - QCM 1h30

SESSION 2 :

Devoir sur table. Ecrit - QCM 1h30

DEROGATOIRE :

Devoir sur table. Ecrit - QCM 1h30

Pré-requis nécessaires

AUCUN

Compétences visées

- Analyser une activité humaine en mobilisant les concepts scientifiques fondamentaux en psychologie
- Caractériser et expliquer les influences réciproques entre les activités d'un individu et son environnement
- Se servir des outils et méthodologies fondamentaux de la psychologie
- Choisir et utiliser les démarches d'évaluation et d'intervention, utiliser les méthodes (méthode expérimentale, clinique), les techniques (entretiens, enquête, observations) et les outils (questionnaires, échelles, tests) de recueil de données

Bibliographie

Michie, S., van Stralen, M. M. & West, R. The behaviour change wheel: A new method for characterising and designing behaviour change interventions. *Implementation Sci* 6, 42 (2011). <https://doi.org/10.1186/1748-5908-6-42>
Teran Escobar, C., DeSmet, A., Warner, L., Araujo Soares, V., Fteropoulli, T., Green, J. A., Jones, C. M., König, L. M.,

Neter, E., Watson, D., & Rehackova, L. (2025). Towards healthy and sustainable living: Theories and interventions for behaviour change [Preprint]. PsyAr PsyAr#iv. https://osf.io/preprints/psyarxiv/quzdz_v3

Ressources pédagogiques

CEL

Contact(s)

> **Eve Legrand**

Responsable pédagogique
elegrand@parisnanterre.fr

> **Claudia Teran escobar**

Responsable pédagogique
cteranes@parisnanterre.fr

> **Cloé Cardonnel**

Contact administratif
ccardonn@parisnanterre.fr