

QU'EST-CE-QUE LA PSYCHOLOGIE COGNITIVE ?

Article révisé par le Comité Psychologue.net

La psychologie cognitive est apparue dans les années 50, et a pour but d'étudier le mental à partir d'une bonne compréhension des mécanismes comportementaux.

THÉRAPIE COMPORTEMENTALE ET COGNITIVE

La psychologie cognitive étudie le champ des fonctions mentales, telles que l'attention, le langage, la mémoire, la perception, le raisonnement, la résolution de problèmes, l'intelligence, la perception, la créativité ou l'attention.

Ulric Neisser est connu pour être le père du terme "**psychologie cognitive**", défini dans *La Psychologie Cognitive*. La définition de Neisser de la **cognition** illustre de manière progressive le concept de **processus cognitif** :

Le terme "cognition" renvoie à tous les processus par lesquels le stimuli sensoriel est transformé, élaboré, mémorisé, retrouvé et réutilisé. Le terme englobe ces processus, même lorsqu'ils opèrent en l'absence d'une stimulation pertinente, comme dans les images et les hallucinations.

En réalisant une définition aussi large, il apparaît que la cognition est impliquée dans tout ce qu'un être humain peut éventuellement réaliser, et que chaque phénomène psychologique est un phénomène cognitif.

Les implications de la psychologie cognitive

La **psychologie cognitive** suppose que l'on peut **déduire les structures, représentations et processus mentaux du comportement humain** : autrement dit, la **psychologie cognitive** place le mental au cœur de sa pratique, et l'étudie à travers la **compréhension du comportement**.

La **psychologie cognitive** ne doit cependant pas être confondue avec le courant du **behaviorisme**, spécialisé dans l'étude du comportement. En outre, contrairement aux autres courants mentalistes, la psychologie cognitive ne s'appuie pas sur l'introspection pour explorer le mental. Comme la psychologie cognitive s'attache à comprendre les processus mentaux associés aux connaissances pour générer des prédictions comportementales, dès lors l'expérimentation et la modélisation restent des outils privilégiés de la psychologie cognitive.

Platon ou les prémices de l'étude du cerveau

Les premières interrogations à propos du cerveau humain sont apparues dans l'Antiquité : **Platon** est d'ailleurs connu pour avoir suggéré que le cerveau puisse être le siège des **processus mentaux**. Au XVIIe siècle, **René Descartes** met en place le concept de **dualisme corps-esprit**, ainsi que celui d'inné et d'acquis.

Le développement des **nouvelles technologies** lors de la Seconde Guerre Mondiale a impliqué une **meilleure connaissance de l'être humain** : en effet, on a voulu savoir comment entraîner au mieux les soldats aux **nouvelles technologies**, apprendre à maintenir leur attention soutenue sous la pression, voire la torture...

Des **parallèles entre le cerveau humain et le fonctionnement d'une machine** ont ainsi été établis: d'ailleurs, les **mots de l'informatique** ont été décalqués sur l'humain pour mieux comprendre le **fonctionnement de son cerveau** (information, traitement de l'information). Une nouvelle manière de penser la psychologie est ainsi née.

L'intelligence artificielle

Dans les années 50, **Allan Newell et Herbert Simon**, considérés comme les pères de **l'intelligence artificielle**, ont travaillé avec des **psychologues** afin de mieux comprendre les **implications du développement de l'intelligence artificielle**. Le résultat a d'ailleurs été la création d'un **schéma des fonctions mentales**, calquées sur leurs homologues dans le domaine informatique (mémoire, stockage, récupération, données...).

En 1959, la critique de **Noam Chomsky** envers le **behaviorisme**, et plus généralement **l'empirisme**, a initié une réelle "**révolution cognitive**".

Aujourd'hui, la notion de **système d'information** est toujours au centre des **modèles cognitifs**, qui tournent autour de trois idées :

- Formalisations symboliques : la cognition est un système de manipulations de symboles ;
- Formalisations connexionistes : la cognition est pensée comme une circulation d'activations au cœur d'un réseau de neurones ;
- Formalisations hybrides : la cognition est un grand réseau de neurones qui s'appuie sur la manipulation de symboles.

Les applications de la psychologie cognitive aujourd'hui

La plupart des travaux dérivés de la **psychologie cognitive** ont été intégrés à diverses **disciplines modernes** ainsi qu'aux **études psychologiques**, telles que :

- La psychopathologie ;
- La psychologie sociale ;
- La psychologie de l'éducation ;
- La psychologie de la personnalité ;
- Les études économiques.