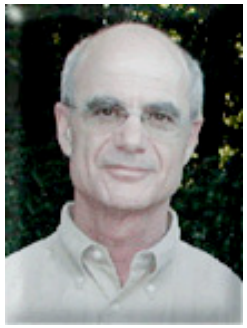
Changer les conduites

L'éclairage de la Théorie du Comportement Planifié (TCP)

Olivier Corneille & Vincent Yzerbyt
Université catholique de Louvain

Plan de l'exposé

1. La TCP: Introduction
2. La TCP: Conseils pratiques relatifs à la mesure
3. La TCP: Présentation du modèle
4. FAQ à propos de la TCP (remarques et critiques)
5. Principes d'intervention associés à la TCP
6. La TCP: Conclusions générales



La TCP (Théorie du Cpt Planifié; Ajzen, 1991)

Une théorie intégratrice

... applicable à une très grande variété de situations

- Abandon scolaire
- Usage de drogues
- Comportements de consommation
- Examens de santé
- Absentéisme au travail
- Transports en commun
- Utilisation de crème à bronzer
- Perte de poids

Objectif de la TCP: Comprendre le lien attitude-comportement

Constat historique d'un faible lien entre les mesures d'attitude et les comportements effectifs.

Les gens semblent ne pas agir de manière conforme à leurs attitudes

(exemples: port du préservatif, comportements écologiques)

Trois possibilités:

1. Les gens sont «irrationnels»
   Autant se croiser les bras tout de suite

2. La notion d'attitude n'a pas d'utilité
   Les déterminants sont à trouver ailleurs (ex: culture, économie, sociologie)

3. Les mesures classiques sont inappropriées

Selon la TCP, le faible lien attitude-comportement est lié à de mauvaises mesures. Elle va dès lors proposer:

1. Des conseils techniques

Utiles pour tout acteur intéressé à *évaluer* l'impact d'une intervention sur un changement de conduite

2. Un développement théorique

Utile pour tout acteur intéressé à *élaborer* une intervention visant à instaurer, faciliter, ou prévenir un changement de conduite

Conseils techniques: Compatibilité et Agrégation

Principe de Compatibilité :

Un comportement précis

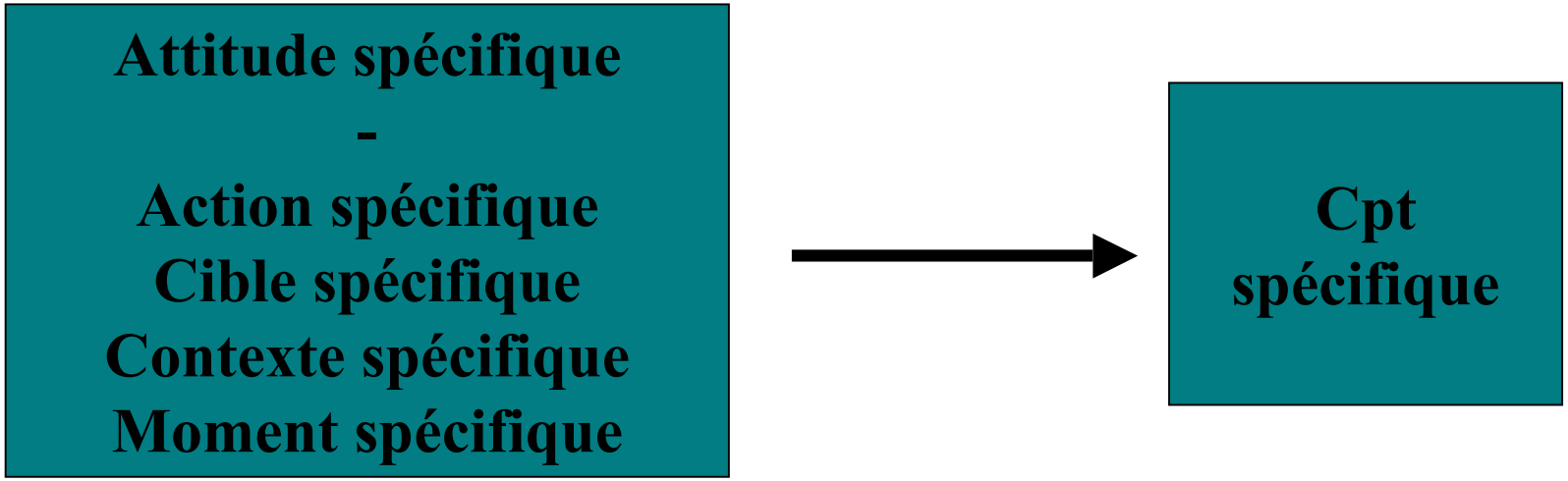
Ex: Prendre un rendez-vous pour réaliser une mammographie

... est très mal prédit par l'attitude à l'égard d'une conduite générale

Ex: «Prendre soin de sa santé»

... est idéalement prédit par l'attitude à l'égard d'une conduite précise

Ex: «Prendre un rendez-vous (Action) par téléphone (Contexte) avant la fin du mois (Quand) pour solliciter une mammographie (Cible)»



Principe de compatibilité

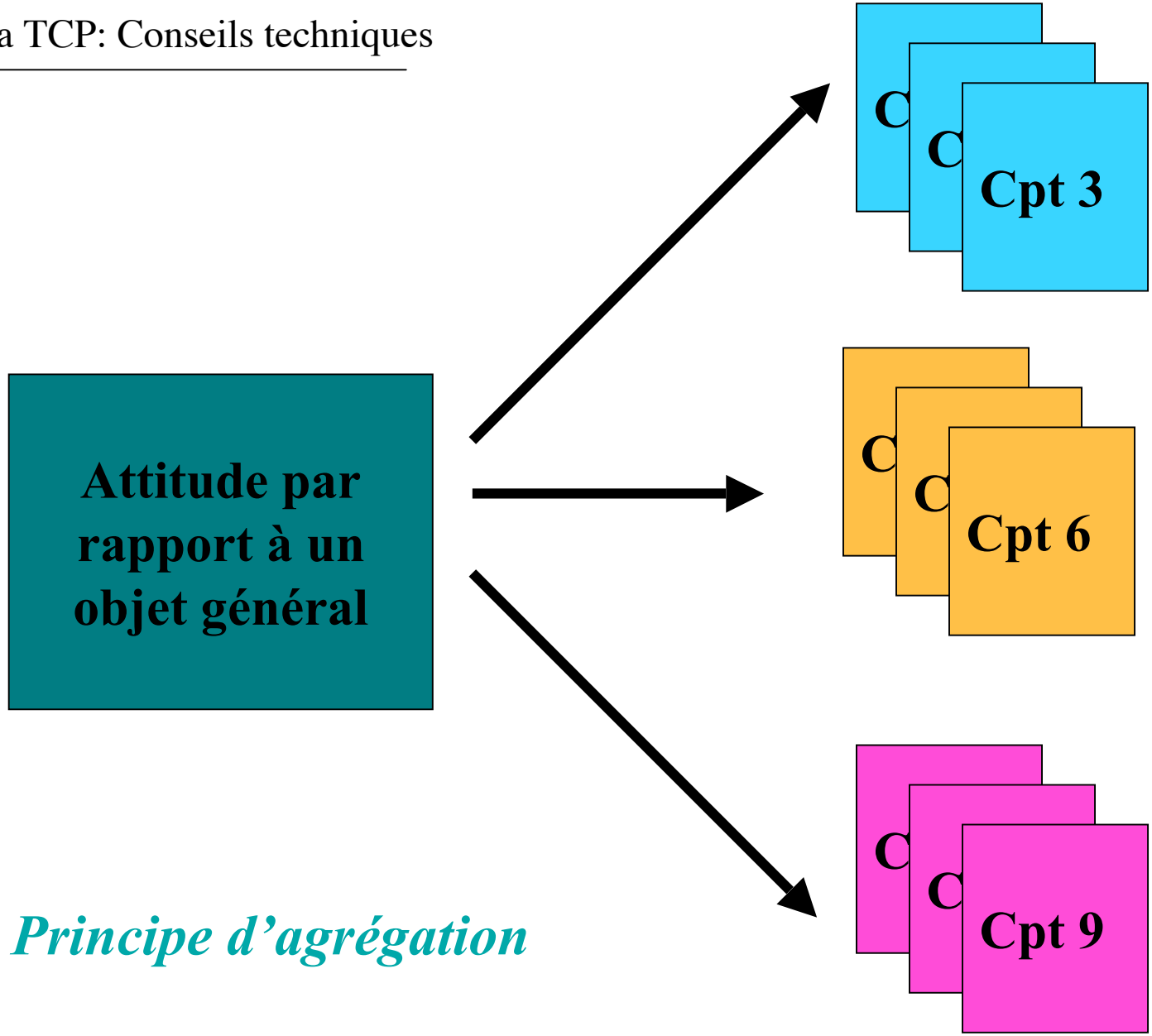
Principe d'agrégation :

Par contre, une attitude par rapport à un objet général

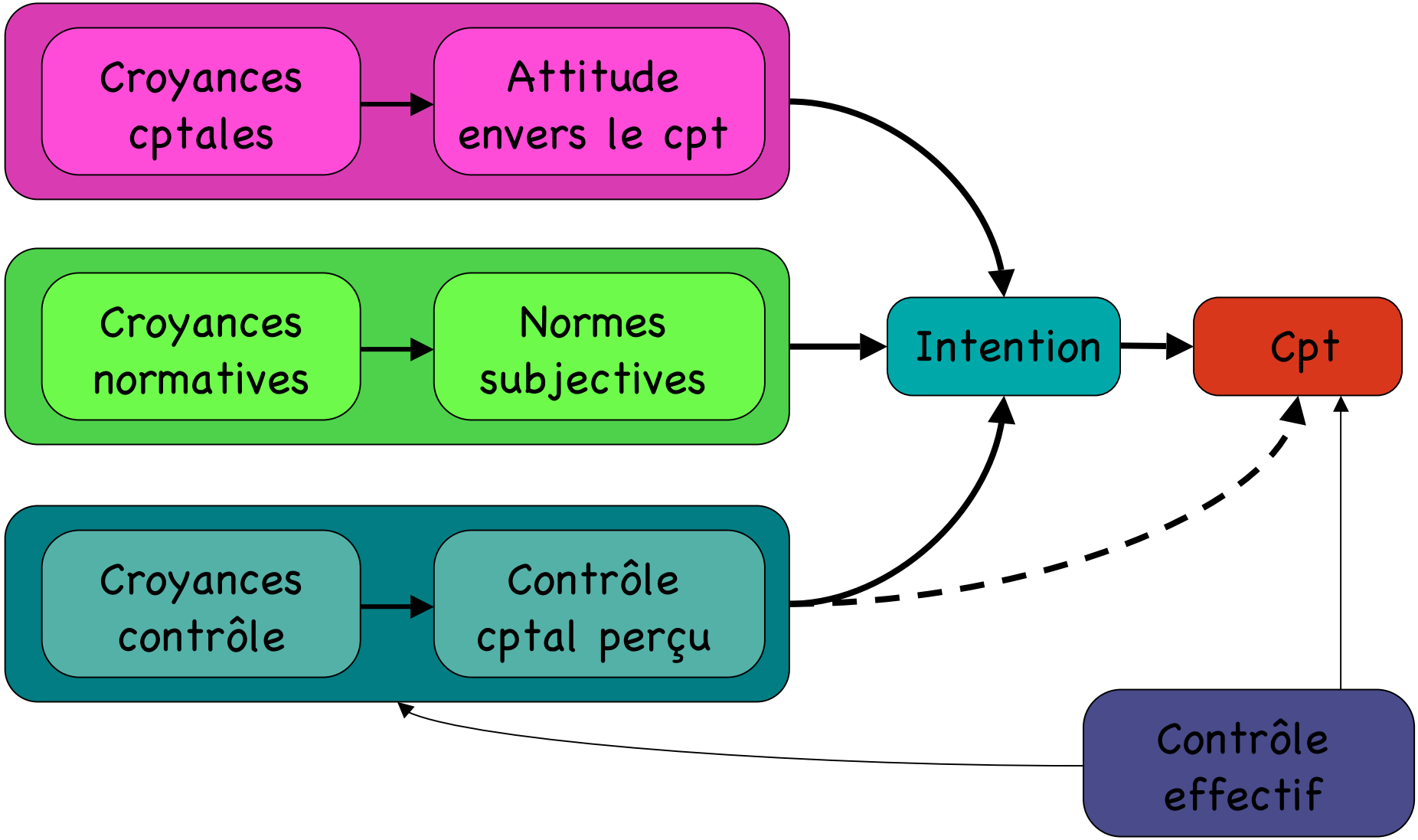
«!*Le recyclage*!»

... prédira raisonnablement bien

Un agrégat de comportements spécifiques



Principe d'agrégation


Croyances cptales
Attitude envers le cpt
Croyances normatives
Normes subjectives
Intention
Cpt
Croyances contrôle
Contrôle cptal perçu
Contrôle effectif

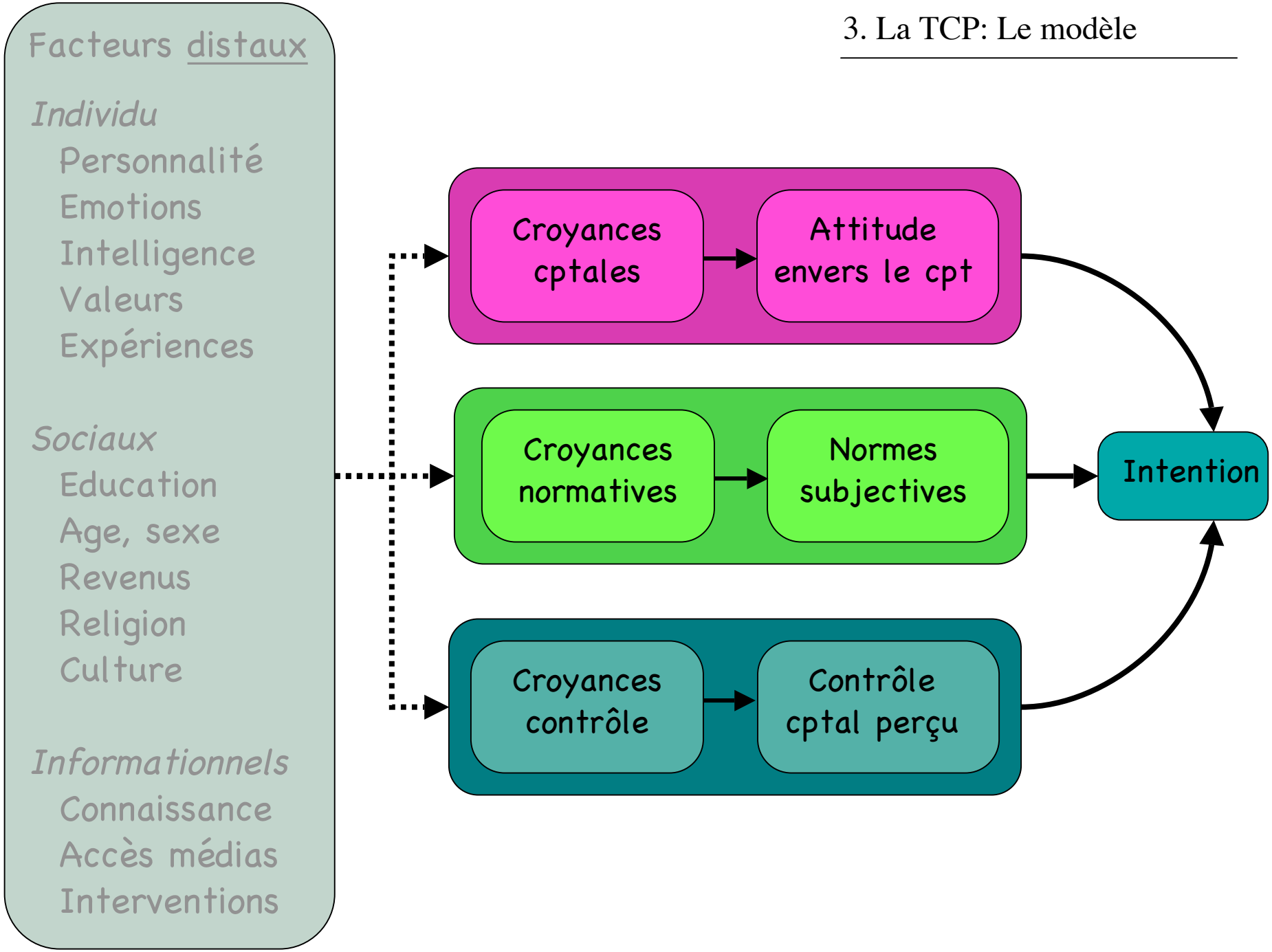
Les variables autres que les variables psychologiques ne jouent-elles aucun rôle ?

Si, bien évidemment

Cependant, ce rôle est indirect en ce sens qu'il est répercutés par des éléments attitudinaux, normatifs ou de contrôle perçu.

Les influences sur le comportement passent par des processus intra-psychiques.

3. La TCP: Le modèle



Un exemple

Etude sur l'excès de vitesse (Elliott et coll., 2003)

Comportement cible

«Respect des limitations en zone urbaine sur les 3 prochains mois»

Un échantillon de 5000 (!!!) détenteurs de permis de conduire

Envoi par la poste

Questions démographiques, Comportement antérieur

Attitudes, Normes subjectives, Contrôle perçu, Intention

Un exemple

Etude sur l'excès de vitesse (Elliott et coll., 2003)

Age, sexe et statut socio-économique

Comportement antérieur (et postérieur):

Combien de fois avez-vous respecté les limitations de vitesse en conduisant en zone urbaine au cours des 3 derniers mois?

De 1 (= jamais) à 7 (= quasiment toujours)

J'ai respecté les limitations de vitesse en conduisant en zone urbaine au cours des 3 derniers mois

De 1 (= pas du tout d'accord) à 7 (= tout à fait d'accord)

Un exemple

Etude sur l'excès de vitesse (Elliott et coll., 2003)

Attitude envers le cpt

Si je devais respecter les limitations de vitesse en conduisant en zone urbaine au cours des 3 prochains mois, ce serait …

De -3 (= dangereux) à +3 (= bénéfique)

De -3 (= déplaisant) à +3 (= plaisant)

De -3 (= négatif) à +3 (= positif)

Un exemple

Etude sur l'excès de vitesse (Elliott et coll., 2003)

Normes subjectives

Les gens qui comptent à mes yeux voudraient que je respecte les limitations de vitesse en conduisant en zone urbaine au cours des 3 prochains mois

De 1 (= pas du tout d'accord) à 7 (= tout à fait d'accord)

Un exemple

Etude sur l'excès de vitesse (Elliott et coll., 2003)

Contrôle cptal perçu

Pensez-vous être en mesure de respecter les limitations de vitesse en conduisant en zone urbaine au cours des 3 prochains mois

De 1 (= pas du tout) à 7 (= tout à fait)

Si cela ne tenait qu'à moi, je suis confiant dans le fait que je vais respecter les limitations de vitesse en conduisant en zone urbaine au cours des 3 prochains mois

De 1 (= pas du tout confiant) à 7 (= très confiant)

Un exemple

Etude sur l'excès de vitesse (Elliott et coll., 2003)

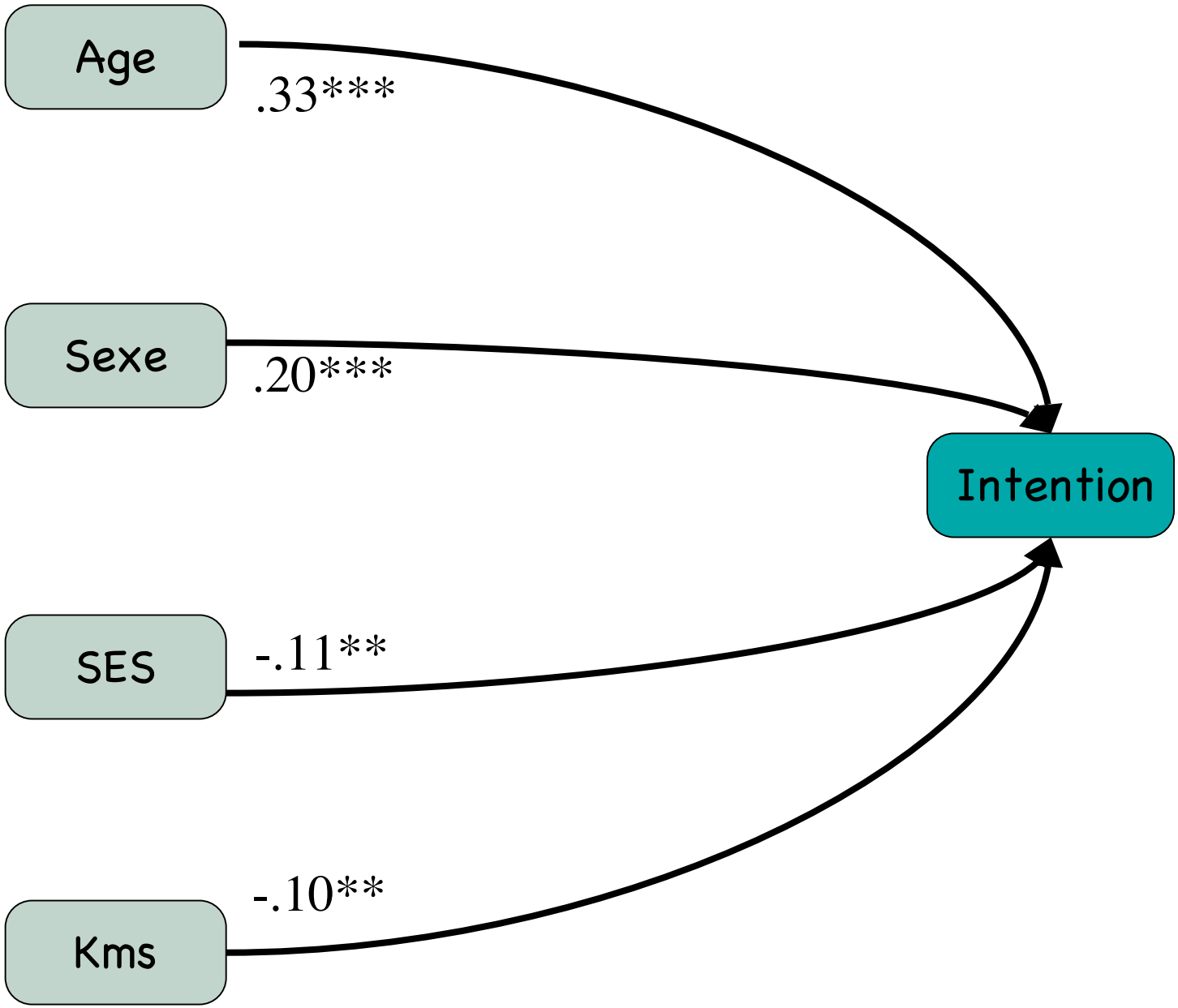
Intention

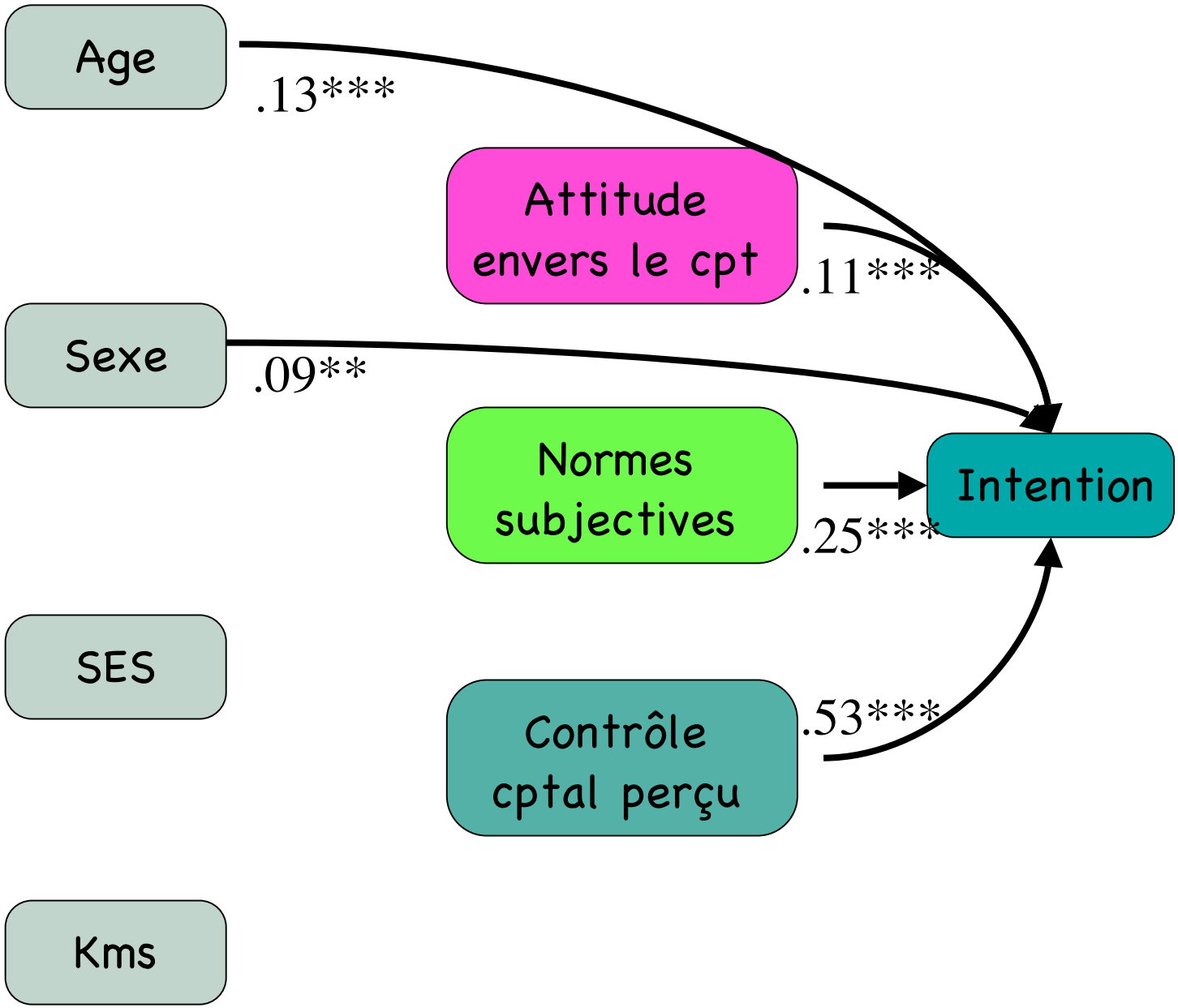
Avez-vous l'intention de respecter les limitations de vitesse en conduisant en zone urbaine au cours des 3 prochains mois

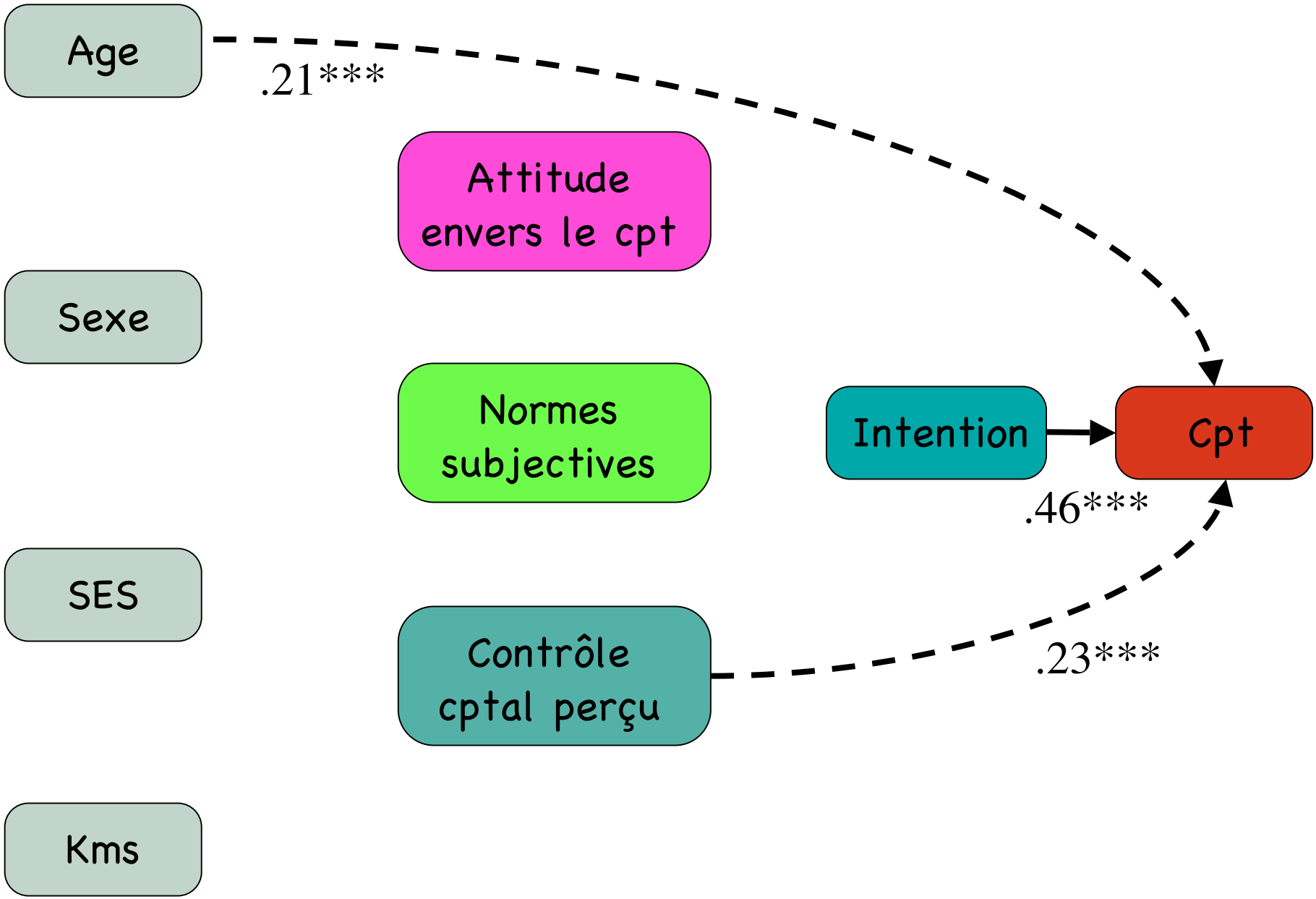
De 1 (= pas du tout) à 7 (= tout à fait)

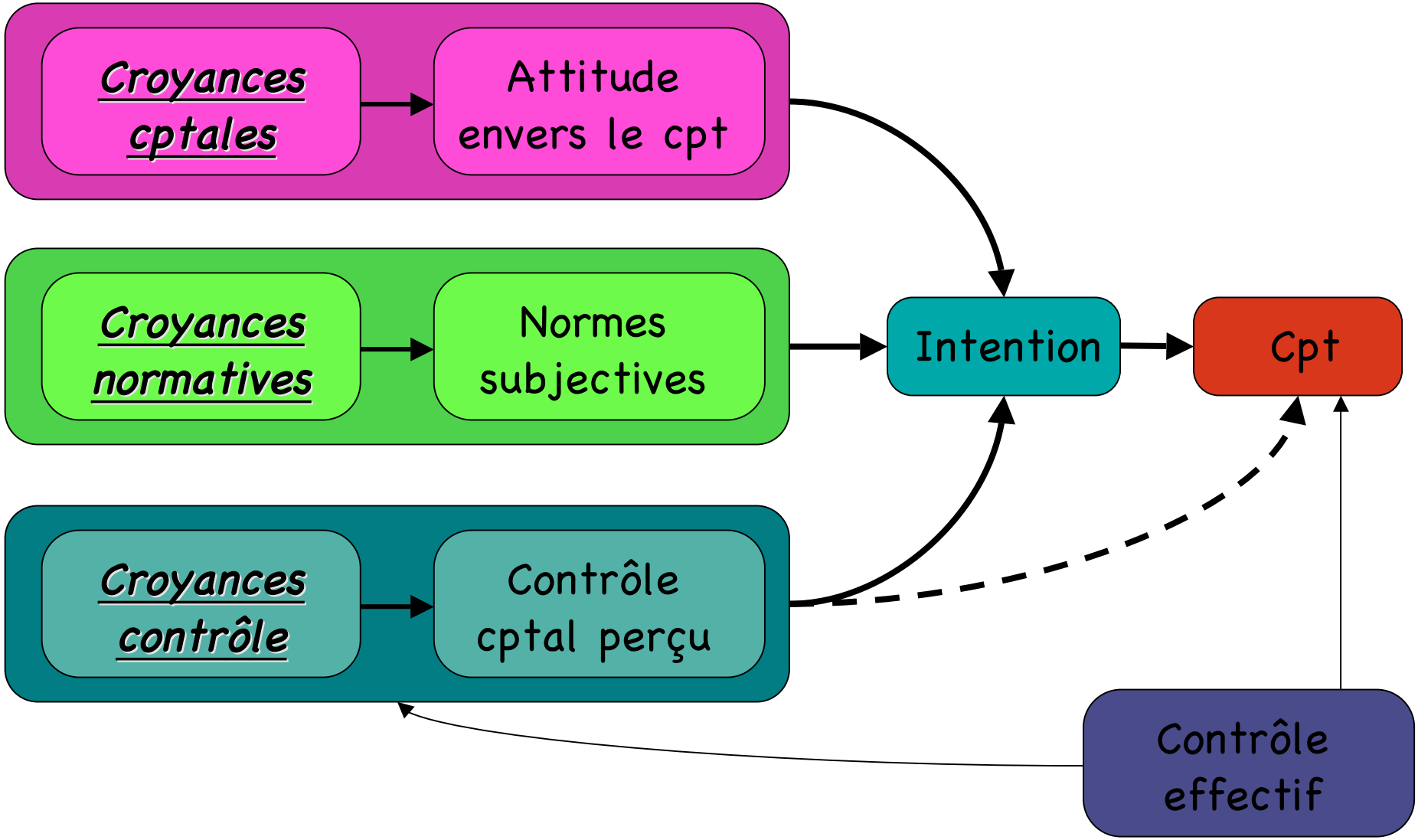
Dans quelle mesure voulez-vous respecter les limitations de vitesse en conduisant en zone urbaine au cours des 3 prochains mois

De 1 (= pas du tout) à 7 (= tout à fait)


Age
.33***
Sexe
.20***
Intention
SES
-.11**
Kms
-.10**


Age
.13***
Attitude envers le cpt
.11***
Sexe
.09**
Normes subjectives
.25***
Intention
SES
Contrôle cptal perçu
.53***
Kms


Age
.21***
Attitude envers le cpt
Sexe
Normes subjectives
Intention
Cpt
.46***
SES
Contrôle cptal perçu
.23***
Kms


Croyances cptales
Attitude envers le cpt
Croyances normatives
Normes subjectives
Intention
Cpt
Croyances contrôle
Contrôle cptal perçu
Contrôle effectif

FAQ à propos de la TCP...

Comment évaluer concrètement les croyances comportementales, normatives et de contrôle?

Dans les trois cas, il s'agit de sommes d'évaluations pondérées

$$A \propto \sum b_i e_i$$

Attitude (Evaluation générale du comportement) =

Somme des croyances dans les conséquences

X (pondérées par)

Evaluation de ces conséquences

Ex: Attitude vis-à-vis de l'achat d'un ordinateur

Conséquence	Croyance	Evaluation	Produit
Accès internet possible	+3	+3	+9
Simplicité du travail	+1	+2	+2
Qualité des graphiques	+2	+2	+4
Possibilité de faire des stats	+3	-1	-3
Economie d'argent	-2	+3	-6
Risque de vol	+3	-3	-9
Somme des produits			-3

Même principe pour Normes subjectives et Contrôle perçu...

Les personnes réalisent-elles une analyse exhaustive des paramètres liés à attitude, normes subjectives, et contrôle?

Non, certainement pas.

Dans la plupart des cas, ces conséquences ont déjà été «calculées»

Elles peuvent dès lors avoir une influence automatique, pour autant qu'elles soient *rendues* accessibles

Pubs piègent le consommateur sur base de ce principe d'accessibilité

Exemples: Produits *0% graisse* (remplis de sucre) - shampoings au *minéraux* (quelle utilité?) - Déodorants *light* (aucun sens)...

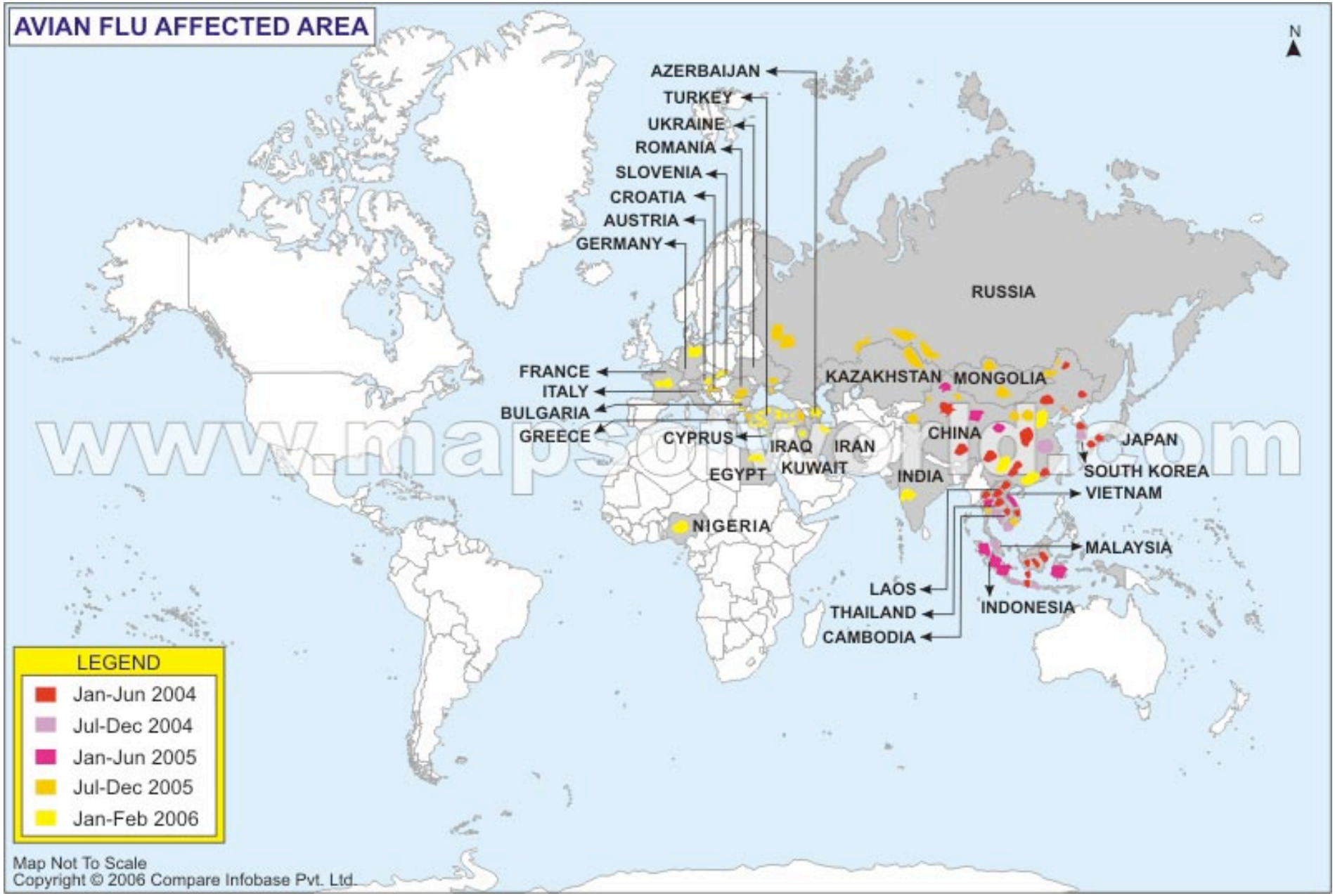
Les gens sont-ils aussi rationnels dans la formation de leurs attitudes, perception des normes et évaluation du contrôle?

Non, certainement pas.

De nombreux aspects individuels et contextuels peuvent biaiser leurs évaluations (ou accessibilité)

Exemple: Assurances, cartes représentant les pays touchés par la grippe aviaire, etc...

Une information faussant émotionnellement l'estimation des probabilités



Faut-il agir prioritairement sur les attitudes, les normes subjectives, ou le contrôle perçu?

Cela dépend des individus, des comportements concernés, et des situations

Ex: intentions de vote (si secret), moins sensibles à la perception des normes qu'intention d'avorter

Il est préférable de se livrer à des enquêtes/interviews préalables pour collecter des premières informations

Le principe d'accessibilité implique que l'on peut intervenir en mettant l'accent sur un module plutôt qu'un autre
Exemple: Justine Hennin et le recyclage des piles usagées

Corrélations entre l'Attitude, les Normes, et l'Intention (vis-à-vis par du préservatif) lorsque le Soi privé versus le Soi Collectif sont activés

	Soi privé			Soi collectif		
	Attitude		Norme	Attitude		Norme
Intention	**.72**	>	**.43**	**.19**	<	**.51**

Ybarra et Trafimow, PSPB, 1998

Tous les comportements sont-ils le fruit d'une intention? Quid du rôle des habitudes?

Dans une certaine mesure, tout comportement un tant soit peu complexe est (partiellement) intentionnel

Ex: fumer devient une habitude (et une dépendance - cf contrôle effectif), mais la décision de sortir sous la pluie pour aller chercher un paquet de cigarette est intentionnelle

... Et la décision de ne pas arrêter de fumer, ou la décision de mettre fin à un sevrage sont également intentionnelles

Parfois, les intentions semblent changer ou dernier moment. La TCP a-t-elle une utilité pour ce type de comportements?

Certaines intentions sont moins stables que d'autres. C'est le cas lorsque les individus sont incapables de percevoir correctement à l'avance les paramètres du modèle

Exemple: se livrer à un comportement sexuellement à risque sous l'emprise de l'émotion

La **contextualisation** du comportement devient alors prédominante au niveau de la mesure (simulation mentale), tout comme **l'implémentation d'intention**

Comment la TCP rend-elle compte de l'influence d'indices plus «périphériques», telle que l'attractivité de la source d'un message persuasif

Ces indices sont connus pour être à la base d'attitudes instables et peu prédictibles des comportements

Ces influences peuvent en outre s'avérer indirectes

Exemple: Conséquences précisées par source jugée attractive peuvent être jugées plus *probables*

dentifrice

minceur

Plan d'intervention basé sur la TCP

Idée générale: modifier les croyances relatives aux attitudes, normes subjectives et contrôle perçu.

1. Identifier les **croyances** les plus **saillantes**

   Analyses des réponses recueillies en entretien

2. Identifier le module le plus **puissant**

   Analyses statistiques

3. Possibilité également de cibler une **sous-population**

Attitude d'étudiantes vis-à-vis du recours à la pilule dans l'année qui suit

	Croyances		Evaluation	
Conséquence	Intention	Pas d'intention	Intention	Pas d'intention
Effets secondaires	-.35	1.19	-2.54	-2.50
Facile d'utilisation	2.56	1.75	2.65	1.69
Régule cycle menstruel	2.35	.81	2.14	1.38
Augmente mon plaisir	.51	-.12	2.21	1.06
Est une méthode chère	-.88	-.81	-1.12	-1.56

Plan d'intervention basé sur la TCP

4. Principes généraux - Changer *versus* Créer

Il est **plus facile de créer** de nouvelles croyances que de changer des croyances pré-existantes

Ces nouvelles croyances peuvent être identifiées dans la phase 1 de l'enquête. Exemple: quelques femmes mentionnent que l'auto-examen du sein renforce leur sentiment de compétence personnelle

Plan d'intervention basé sur la TCP

4. Principes généraux - Ethique

Il est **éthiquement douteux**, et **pratiquement dangereux** (retour de flamme), de véhiculer de fausses croyances

Exemple: Guerre en Irak

Plan d'intervention basé sur la TCP

4. Principes généraux - Contrôle effectif

Si la personne n'a aucune contrôle sur son comportement (ex : acheter un alcooltest à 3 heures du matin un samedi - être sous l'emprise de drogues), peu de chance que le comportement soit produit...

L'implémentation d'intention peut être très utile:

Engager la personne à atteindre un objectif à un moment précis, dans un contexte précis, par un moyen précis

Un lien internet très utile:

http://people.umass.edu/aizen/tpb.html