

# Introduction à l'Interpretative Phenomenological Analysis

16 octobre 2013  
Zoé Gelin, assistante doctorante

# Qu'est-ce que l'Interpretative Phenomenological Analysis ?



- L'IPA est une approche de recherche qualitative qui étudie comment les personnes **donnent sens à leurs expériences de vie**
- Tente d'explorer et de donner sens aux significations subjectives des expériences des participants
- Méthodologie relativement récente
- Développée spécifiquement pour la **psychologie**
- Fortement influencé par la **phénoménologie**, **l'herméneutique** et **l'idiographie**

# Exemples d'études IPA



L'IPA s'intéresse à des expériences qui prennent une signification particulière pour les personnes :

- *Le sens des relations pour les hommes homosexuels séropositifs*
- *L'impact d'être SDF sur l'identité*
- *La migration et la menace de l'identité*
- *Le changement d'identité pendant la transition à la maternité*
- *L'expérience des femmes d'une lésion cérébrale*
- *Les métaphores dans la psychose : une étude de cas*
- *Négocier les identités culturelles, sexuelles et religieuses*
- *L'expérience de l'anorgasmie*
- *Le psychologie de « celui qui prend soin »*
- *L'expérience du syndrome de fatigue chronique*
- *La dialyse et la perte d'identité*
- *L'expérience de changement pendant une thérapie multifamiliale*
- *Autres exemples?*

# L'IPA est influencée par la phénoménologie



- L'IPA est phénoménologique car elle explore les expériences à partir de la personne et ne fixe pas de catégories d'expérience à priori
- Pas d'hypothèses a priori – approche inductive à partir du phénomène
- L'IPA partage la vision que les êtres humains sont des « créatures de sens » et que donc les comptes rendus qu'ils font vont refléter leur tentative de donner sens à leur expérience
- Tente de comprendre le monde à partir de la perspective du participant

# L'IPA est influencée par l'herméneutique



- Nécessite un travail interprétatif de la part du chercheur
- Le chercheur en IPA est engagé dans une double herméneutique car le chercheur tente de donner sens au participant qui tente de donner sens à ce qui lui arrive

# L'IPA est idiographique



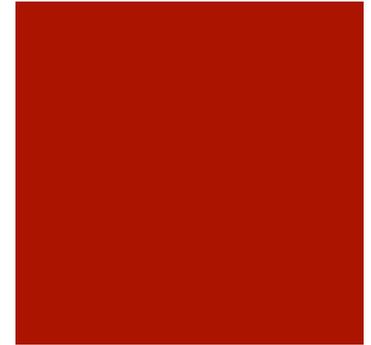
- Etude détaillée du cas particulier.  
L'IPA veut connaître en détail l'expérience de *cette* personne, quel sens *cette* personne particulière donne à ce qui lui arrive
- A partir du cas particulier, le chercheur peut explorer en détail les similarités et les différences entre chaque cas. Il est possible de passer à des affirmations plus générales avec l'IPA mais cela ne peut être effectué que lorsque le potentiel du cas particulier a été réalisé
- Les études IPA sont conduites sur des échantillons relativement petits
- Les affirmations immédiates sont donc limitées au groupe étudié mais ces affirmations peuvent être étendues à travers une généralisation théorique
- Attention de ne pas sauter à des généralisations trop rapidement!
- Une étude de cas tente de démontrer l'existence, pas l'incidence
- « *Le plus profond vous allez dans votre analyse, le plus universel elle devient* » : **approfondir le particulier nous amène au plus près de l'universel**

# L'IPA est idiographique



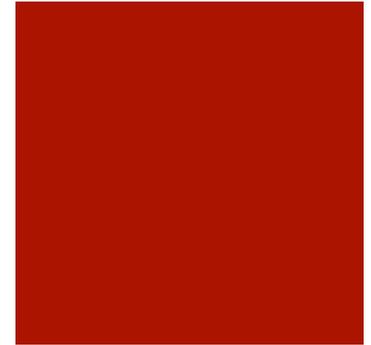
- Une bonne étude de cas, avec une analyse pertinente des données à partir d'un entretien mené correctement, sur un sujet qui est d'une importance considérable pour le participant, réalise une contribution significative à la psychologie. Dans la vision IPA, c'est seulement à travers des études de cas méticuleusement détaillées de cette manière que nous pourrions produire de la recherche en psychologie qui **correspond et fait justice à la complexité de la psychologie humaine.**

# Le processus d'analyse



- La récolte de donnée est généralement sous forme d'interviews semi-structurés, avec l'usage d'un guide d'entretien qui est utilisé de manière flexible. Les participants ont un rôle central dans les thèmes abordés dans l'entretien.
- Les retranscriptions des entretiens sont analysés cas par cas à travers une analyse qualitative systématique.
- Cette analyse est ensuite transformée en un compte rendu narratif où les interprétations du chercheur sont présentées en détail et sont supportées par des extraits "verbatim" des participants
- Prend du temps

# Le processus d'analyse



- Exploration, description, interprétation et placement des significations par lesquelles le participant donne sens à ses expériences
- S'accommode d'une infinité de variations de perspectives
- Une analyse réussie demande l'application systématique d'idées, une **rigueur méthodologique** mais également de **l'imagination**, de l'entrain et la combinaison **d'une pensée réflexive, critique et conceptuelle**
- La méthode fournit une « carte incomplète » du territoire que nous souhaitons traverser

# Choisir un sujet – la revue de la littérature



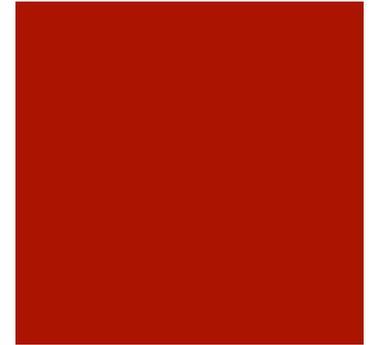
- La revue de la littérature est relativement courte. Le but est d'introduire les lecteurs au domaine mais également de les informer à propos des forces et des faiblesses des contributions majeures dans ce domaine et d'offrir une raison qui montre que votre étude peut faire une contribution utile. Cela permet **d'explicitier l'aspect d'un sujet particulier qui vous intéresse et votre démarche pour l'étudier.**

# Objectifs et questions de recherche



- Les questions doivent être **ouvertes**, pas fermées et doivent être **exploratoires** et non explicatives. Elles reflèteront les **processus** plutôt que les résultats et elles se concentreront sur la **signification** plutôt que sur les causes et conséquences concrètes des événements.
  - *Comment est-ce que le sens de l'identité d'une femme change pendant sa transition à la fonction maternelle?*
  - *Comment est-ce que les personnes dans un stade précoce de la maladie d'Alzheimer perçoivent et gèrent son impact sur leur sens du moi?*
  - *Comment est-ce que les familles qui participent à une thérapie multifamiliale des troubles alimentaires donnent sens à leur vécu du changement?*
  - *A vous!*

# L'échantillon



- L'échantillon est sélectionné **intentionnellement** (plutôt que par une méthode aléatoire) car il peut offrir au projet de recherche un aperçu d'une expérience particulière.
- Les participants sont choisis sur la base qu'ils peuvent nous fournir un accès à une perspective particulière sur le phénomène étudié. **Ils « représentent » une perspective, plutôt qu'une population.**
- Le chercheur tentera de trouver un **échantillon homogène** pour qui la question de recherche sera porteuse de sens.
- La taille de l'échantillon est généralement **petite** afin de favoriser l'analyse idiographique (à partir de 3 cas – maximum 10)
- Il est important de ne pas voir un échantillon plus grand comme indicateur d'un meilleur travail. Une analyse réussie demande du temps, de la réflexion, du dialogue et de plus grands échantillons tendent à inhiber ces aspects, spécialement pour des chercheurs inexpérimentés.

# Les qualités requises pour l'IPA



- Ouverture d'esprit
- Flexibilité
- Patience
- Empathie
- Volonté d'entrer dans le monde du participant
- Détermination
- Persistance
- Curiosité

# Récolte de données



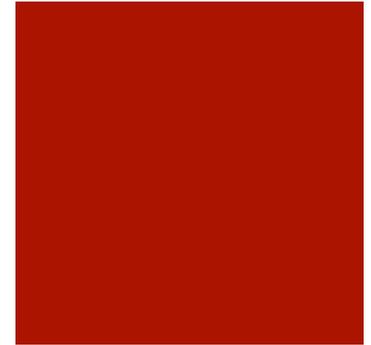
- Les entretiens semi-structurés individuels sont les plus adaptés pour une discussion profonde et personnelle.
- Flexibilité : l'entretien permet au chercheur et au participant de s'engager dans un dialogue dans lequel les questions initiales sont modifiées à la lumière des réponses du participant et l'interviewer peut alors poser des questions en lien avec d'autres thèmes qui peuvent émerger.

# L'entretien semi-structuré



- Permet d'établir des thèmes que le chercheur aimerait discuter avec le participant, d'identifier des sujets potentiellement sensibles et de formuler à l'avance les questions de manière ouverte et adaptée
- Un bon entretien est essentiel à l'analyse IPA : le chercheur doit s'engager profondément avec le participant et ses préoccupations, il doit écouter attentivement et relancer le participant afin d'apprendre davantage sur son monde pour que les données soient suffisantes pour l'analyse.
- Les questions devront être préparées afin qu'elles soient ouvertes et invitent à l'élaboration. Le participant est encouragé à parler le plus possible. **L'entretien évolue du descriptif et du narratif à l'analytique et l'évaluatif.**

# L'entretien semi-structuré



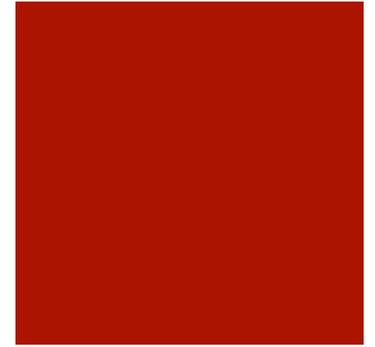
- Environ 6 à 10 questions, environ 45 à 90 minutes.
- Apprendre son guide d'entretien à l'avance! Le mémoriser mais ne pas le suivre à la lettre : toutes les questions ne doivent pas être posées, toutes les questions ne doivent pas être posées au même moment ou de la même manière en fonction du participant
- **Réfléchir au séquençage de l'entretien**
- Position du chercheur : écoute naïve et curieuse qui tente d'apprendre à connaître la personne qui est en face de vous
- Une question à la fois!
- **Il faut résister à la tentation d'interpréter ce qu'on vous dit pendant l'entretien : ce n'est pas un entretien clinique!**

# L'entretien semi-structuré



- Neutre et ouvert
- Eviter le jargon psychologique!
- Ne pas vous précipitez trop vite
- **Surveiller le processus et l'impact de l'entretien sur la personne**
- Penser à poser une **question méta-cognitive** à la fin
- A vous!  
Exercice : développer deux questions en lien avec votre première question de recherche

# L'analyse



6 étapes d'analyse du transcript :

1. Lire et relire
2. Commentaires initiaux
3. Développement des thèmes émergents
4. A la recherche de connections à travers les thèmes émergents
5. Cas suivant
6. A la recherche de patterns à travers les cas

# L'analyse – étape 2 : Commentaires initiaux



- Etape la plus détaillée de l'analyse et qui prend le plus de temps.
- Cette étape étudie le contenu sémantique et l'utilisation du langage à un niveau exploratoire.
- L'analyste garde un esprit ouvert et note tout ce qui peut être intéressant dans le transcript.
- Etape proche de l'analyse de texte libre. Il n'y a pas de règles sur ce qui est commenté et vous n'êtes pas obligé de diviser le texte en unité de signification et d'assigner un commentaire à chaque unité.

# L'analyse – étape 2 : Commentaires initiaux



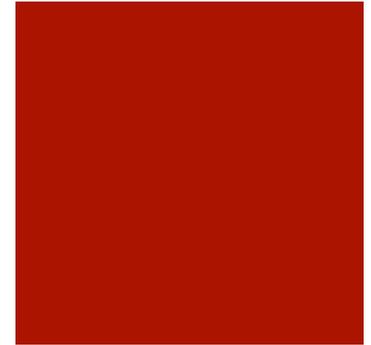
- Commentaires descriptifs : accent phénoménologique clair et reste proche du sens explicite donné par le participant, décrit le contenu de ce que le participant a dit, le sujet du discours dans le transcript (texte normal)
- Commentaires linguistiques : explore l'utilisation spécifique du langage par le participant (*italique*)
- Commentaires conceptuels, interprétatifs : s'engage à un niveau plus interrogatif et conceptuel, ouvre l'étendue des significations provisoires (souligné)

# L'analyse – étape 3 : Développement des thèmes émergeants



- En recherchant des thèmes émergents, la tâche de gestion des données change. L'analyste tente simultanément de réduire le volume de détail (du transcript et des commentaires initiaux) tout en maintenant la complexité. On travaille avec les notes initiales, plus avec le transcript.
- Cette étape vous « éloigne » un peu du participant et nécessite une réorganisation et une interprétation dans l'analyse.
- Les thèmes sont généralement exprimés par des phrases qui parlent de l'essence psychologique des phénomènes en contenant suffisamment de particularité pour être proche du phénomène (le vécu du participant) et suffisamment d'abstraction pour être conceptuel.
- Alors que les notes initiales sont « en vrac » et ouvertes, les thèmes émergents doivent capturer et refléter une compréhension.

# L'analyse



## Etape 2 : Commentaires Initiaux

- Descriptifs
- Conceptuels
- Linguistiques

I : Voilà, impliquer les parents, leur donner les outils. Ce n'est pas seulement les impliquer mais c'est leur donner les outils, tous les outils qu'on peut leur transmettre pour qu'ils soient capables de gérer la situation. Donc c'est pas spécialement pour guérir leur enfant à la fin de la thérapie. On l'espère qu'ils le soient mais on ne peut pas le conclure à la fin de la thérapie mais, en tout cas, qu'ils aient tous les outils, qu'ils n'aient plus besoin de nous pour faire face à la symptomatologie du trouble alimentaire.

C : Et alors, par rapport aux thérapies unifamiliales, qui impliquent les parents aussi, qu'est-ce que tu dirais qui est plus spécifique au multifamilial, qui en fait son intérêt ?

## Etape 3 : Thèmes émergents

# L'analyse



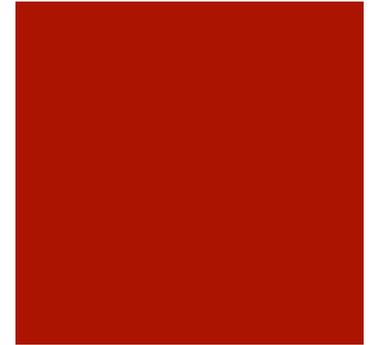
## Etape 2 : Commentaires Initiaux

- Descriptifs
- Conceptuels
- Linguistiques

I : Ben disons qu'il n'y a rien à faire, le fait qu'ils soient avec d'autres familles, qu'ils vivent exactement la même situation et qu'ils expérimentent des choses qui marchent ou qui ne marchent pas a beaucoup plus d'impact qu'un thérapeute qui impose des idées ou des pistes ou qui essaie de les faire sous-entendre, où le message ne passe pas. C'est beaucoup plus convaincant et plus rapide comme impact quand ils voient comment d'autres familles font. Le fait de voir d'autres familles faire une certaine action et de pouvoir voir aussi l'impact que ça a positif ou négatif va plus vite changer le comportement d'une famille selon que ça leur parle ou pas cette situation. Ils sont souvent, les familles veulent toujours savoir ce que nous, on en pense en tant qu'expert et tout ça. Mais on renvoie toujours l'idée qu'on peut le leur dire notre avis mais qu'on ne pense pas que ça va les aider de leur dire parce que tant qu'ils ne l'expérimentent pas ou tant qu'ils ne savent pas que ça a été expérimenté, ils ne l'intègrent pas. Et c'est quelque chose qu'on remarque. On a beau dire dès le début certaines règles très simples ou certaines idées très simples, ça ne s'intègre pas. C'est en vivant les choses ou en voyant les autres vivre les choses qu'ils commencent vraiment à intégrer les informations, que ce soient des informations diététiques ou pratico-pratique au niveau alimentaire ou même des attitudes à avoir. Voilà, c'est vraiment en les vivant en thérapie avec d'autres familles que ça se développe et que ça s'intègre vraiment.

## Etape 3 : Thèmes émergents

# L'analyse - étape 4 : A la recherche de connexions à travers les thèmes émergents



- L'étape suivante implique le développement de schémas ou de diagrammes sur la manière dont l'analyste pense que les thèmes s'accordent les uns avec les autres.
- Organiser les thèmes peut être en soi très créatif et pousser l'analyse à un niveau plus élevé.
- L'analyste doit tenter de représenter graphiquement la structure des thèmes émergents.
- Ne pas oublier de lier chaque thème à des extraits pertinents du transcript original.

# Le changement nécessite l'expérimentation

« Tant qu'ils ne l'expérimentent pas ou tant qu'ils ne savent pas que ça a été expérimenté, ils ne l'intègrent pas »

« C'est en vivant les choses ou en voyant les autres vivre les choses qu'ils commencent vraiment à intégrer les informations »

« Ils expérimentent que c'est possible d'aller au finish »

## ■ Le cadre thérapeutique permet l'expérimentation

« ... cadre rassurant qui permette de faire des expérimentations »

«... les soutenir quand ils veulent faire une expérimentation »

« ... veiller au cadre (...) à ce que les règles soient respectées pour se soutenir soutenus finalement »

« ... soutenir les familles dans la mise en place de leurs propres pistes »

## ■ La thérapie valorise les changements de comportements et l'action

« C'est très, très actif »

« On pourrait être beaucoup plus actifs et aider les familles à essayer de continuer à alimenter leur jeune »

« Puisqu'on était plus dans l'action ici, dans la mobilisation des familles au sens concret, on se sentait plus comportemental »

« ... une incohérence entre ces pensées et ces comportements, et bien, généralement, les personnes se rallient aux comportements (...) ça aide au changement »

« On a une certaine attente qu'ils agissent un peu différemment, finalement, ils apprennent, de cette manière, à agir autrement »

# Le groupe est central dans le changement – identification



- *Le changement doit avoir lieu dans le groupe*

« ...c'est-à-dire que tout se passe dans le groupe. On essaie que tout soit dit au sein du groupe, que tout soit travaillé au sein du groupe »

- *La relation de confiance dans le groupe favorise l'expression*

« Il y a quand même vite une relation de confiance qui se fait »

« Cette confiance leur permet de s'exprimer de plus en plus facilement »

- *Le partage de vécu permet des connections entre les familles*

« Ils se rendent compte de la nécessité de pouvoir partager ce qu'ils vivent. Ils font des connections entre eux »

« Le but, c'est le partage d'expérience »

« La communication entre eux vient naturellement »

- *La comparaison aux autres est un moteur de changement*

« Quand la majorité du groupe évolue ou qu'une grande partie du groupe évolue, les autres se sentent redevables de se mobiliser »

- *Le groupe donne du courage*

« Et ça leur donne du courage dans le fait de mettre des choses en place »

- *La dynamique de groupe peut être un frein au changement*

« Ce sont des familles plutôt centrées sur elles-mêmes, pas très soutenantes les unes envers les autres, peu d'affect les uns envers les autres, peut-être peu d'estime les uns pour les autres. Ça ça peut jouer sur à la détérioration »

«... Mais ils vont peu être dans le partage, dans le soutien, dans la réflexion par rapport à chacune des familles »



- **L'aspect miroir (voir vivre le changement) du groupe provoque un effet de serre sur le changement**

« C'est beaucoup plus convaincant et rapide comme impact quand ils voient comment d'autres familles font »

« Le fait de voir d'autres familles faire une certaine action et de pouvoir voir aussi l'impact que ça a de positif ou négatif va plus vite changer le comportement d'une famille »

« Ils se rendent compte de ce qu'ils peuvent apprendre de l'autre »

« C'est la force du groupe quoi de voir ce que les autres vivent, voir si ça ressemble à ce que eux vivent »

« Tant qu'ils ne l'expérimentent pas ou tant qu'ils ne savent pas que ça a été expérimenté, ils ne l'intègrent pas »

« C'est en vivant les choses ou en voyant les autres vivre les choses qu'ils commencent vraiment à intégrer les informations »

- **La circularité des informations dans le groupe facilite la transmission de compétences**

« Le fait qu'ils soient avec d'autres familles, qu'ils vivent exactement la même situation et qu'ils expérimentent des choses qui marchent ou qui ne marchent pas a beaucoup plus d'impact qu'un thérapeute qui impose des idées ou des pistes ou qui essaie de les faire sous-entendre, où le message ne passe pas »



- **Le thérapeute veille à la dynamique du groupe**

« Le rôle du thérapeute, pour moi, (...) de veiller à l'expression de chacun, que chacun puisse s'exprimer (...), de reformuler ce que les personnes ont dit, de résumer ce que chacun a dit si nécessaire, d'essayer de faire des connections entre les familles, veiller à ce que la dynamique de groupe s'amorce, à ce qu'elle se maintienne, que la cohésion soit là »

« Je m'intéresse for à la dynamique du groupe, au lien, à l'alliance, à comment former la cohésion, à développer tout ça. Puis voir aussi éventuellement les personnes qui pourraient décrocher, se décourager, voir comment on peut essayer de rétablir cela »

- **Le changement passe par un processus d'identification aux membres du groupe**

« Il y a un processus d'identification en fait où ils se reconnaissent dans ce que l'autre vit »

« Mais pourquoi on ne ferait pas comme ça aussi ? »

« Ils prennent exemples les uns sur les autres »

« J'ai envie de me reconnaître en lui (...) je fais comme lui »

« On s'identifie aux autres et alors, on fait peut-être comme les autres »

- **L'identification aide à l'intégration des changements**

« Et comment est-ce qu'ils intègrent ça ? C'est en voyant les autres familles essayer des choses »

# L'analyse



Etape 5 : Cas suivant.

Il est important de traiter le cas suivant indépendamment du précédent, pour rendre compte de sa propre individualité. Cela signifie, si possible, de mettre entre parenthèses les idées qui ont émergées de l'analyse du premier cas alors que vous travaillez sur le second.

Etape 6 : A la recherche de patterns à travers les cas

# Le compte rendu



- Traduction des résultats en un compte rendu narratif qui se base sur les thèmes
- Les choses essentielles à dire au lecteur
- Très flexible
- Distingue clairement les résultats de l'interprétation
- Les thèmes sont expliqués, illustrés et interprétés
- Le chercheur est plus impliqué

# IPA versus Grounded Theory



- Il y a des chevauchement clairs entre l'IPA et la GT..
- Le GT a l'objectif de développer un niveau explicatif (facteurs, impacts, influences, etc.) alors que l'IPA se concentre sur les significations et la production de sens dans un contexte particulier, pour des personnes qui partagent une expérience particulière
- La GT cherche généralement à produire des résultats à un niveau théorique d'un phénomène particulier, ce qui nécessite généralement un échantillon relativement plus grand que dans l'IPA.
- De manière générale, l'IPA donnera des analyses plus détaillées et nuancées des expériences vécues d'un nombre petit de participants avec un accent sur les convergences et les divergences entre les participants. L'IPA s'intéresse à la micro-analyse d'expériences individuelles. La GT visera à une explication plus conceptuelle basée sur un plus grand échantillon et où les résultats individuels seront utilisés pour illustrer des affirmations théoriques.
- La différence se situe partiellement sur le niveau de focalisation et sur la vitesse à laquelle on généralise.

# Conclusions



- Il est important d'avoir de bonnes attentes – faire confiance au processus mais ne pas s'imaginer qu'il y a des raccourcis
- Une **bonne supervision est essentielle**
- Il est important de bien comprendre la philosophie/épistémologie/ontologie sous jacente à l'IPA pour que vous compreniez ce que vous recherchez
- Faites le si vous êtes fasciné par cette démarche mais ne le faites pas si vous êtes juste un réfugié des stats!
- Il n'y pas de meilleure manière de connaître vos patients...

# Sources

- Osborn, M. (2013). I.P.A. An Idiographic Case-study Approach (power point)
- Smith, J., Flowers, P., Larkin, M. (2009). Interpretative phenomenological analysis : theory, method and research. London : Sage.