

Utilisation des Journaux de Bord en Recherche Qualitative

Explication Théorique et Exemple Pratique

Esin Er (PhD), Nathalie Touma (Maîtresse de Conférences) & Cécile Flahault
(Maîtresse de Conférences)

13ème Congrès de l'Association Francophone de Psychologie de la Santé

Juillet 2025



Plan



- Définition
- Indications
- Avantages
- Limites ou inconvénients
- Considérations méthodologiques
- Analyse des données
- Un exemple
- Conclusions

Définition



- Un **ensemble** de méthodes de collecte de données
 - Enregistrer des événements, des expériences ainsi que des émotions et des réflexions, **au fil de leur apparition ou peu de temps après leur survenue.**
 - A plusieurs reprises, sur une période donnée
- Études qualitatives, quantitatives ou mixtes

Indications



- Méthode exigeante en termes de temps
- Deux questions à se poser :

Ai-je besoin d'obtenir des informations sur les événements/les expériences/les pensées/les émotions au moment où ils se produisent ?

Est-ce que je m'intéresse au changement (ou à la stabilité) des expériences, pensées, émotions ou interprétations dans le temps ?



YES !

Avantages



Perspective
longitudinale



Réduction du biais
de rétrospection



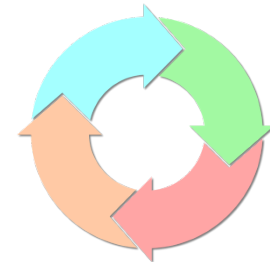
Exploration des
variations intra-
individuelles



- Moins intrusif
- Sujets sensibles
- Réponses plus authentiques



Facilitateur pour
certains participants



Analyse de
processus

Limites ou inconvénients



Taux
d'attrition



Recherche
davantage dirigée
par le participant



Difficultés à joindre
ou à relancer les
participants



Exigeant en
terme de temps

MORE INFO

Méthodes de collecte de
données complémentaires

Considérations méthodologiques

- Fréquence des entrées dans le journal
 - Intervalle préfixé par le chercheur
 - Pose la question de la fréquence des entrées
 - Entrées quotidiennes, hebdomadaires, deux fois par semaine, etc.
 - En fonction de l'occurrence d'un événement cible
 - Pas de consigne de fréquence stricte, si ce n'est occurrence de l'événement
 - Exemple : lorsque tu te disputes avec ton camarade de classe

Considérations méthodologiques

- Format du journal
 - Journal écrit ? Audio ? Vidéo ? Images ?
 - Possibilité de combiner
- Structuré versus non structuré
- Utilisation de techniques de collecte de données complémentaires
 - Souvent des entretiens de recherche
 - Après la complétion du journal de bord
 - Avant la complétion du journal
 - Entretien pré-complétion -> journal -> entretien de suivi

Considérations méthodologiques

- Durée de la collecte des données
 - De quelques jours à plusieurs semaines
- Taille de l'échantillon
 - Très variable : de très petit (un participant) à très grand (plus d'une centaine de participants)

Considérations méthodologiques

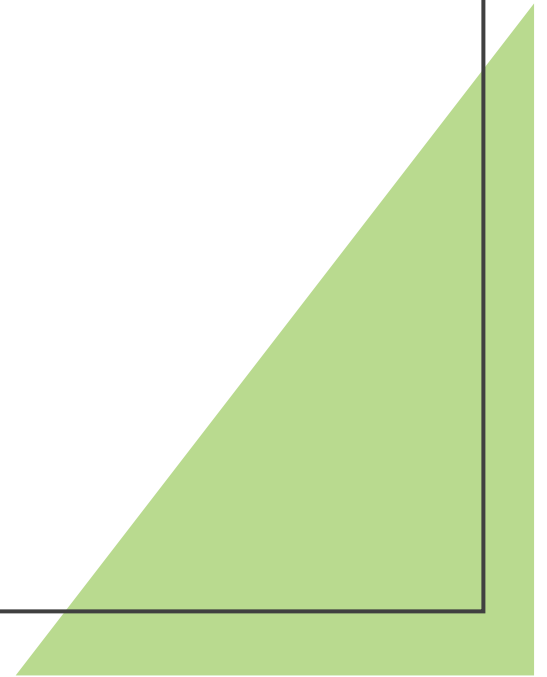
- Importance de fournir aux participants des instructions claires sur la manière de compléter le journal
 - Distribution de fiches d'information avant la complétion
 - Entretien préalable
- Prévoir des moments pour contacter régulièrement les participants
 - Apporter du soutien, motiver

Analyse des données

- Analyse thématique
- Analyse de contenu
- Type d'analyse dépend de :
 - Intérêt pour un récit détaillé sur le moment ?
 - Ou intérêt pour les changements au cours du temps ?
- Une nouvelle méthode d'analyse spécifique aux journaux de bord : « Thematic Trajectory Analysis »



Un exemple



Background

- 21 million d'enfants et d'adolescents à travers le monde ayant besoin de soins palliatifs chaque année
- Poursuite de la scolarité en milieu ordinaire pour beaucoup d'entre eux
- Quel vécu de cette scolarité ?

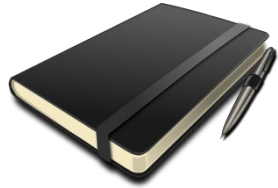


Objectif

- Explorer les expériences à l'école, jour après jour, de jeunes en situation palliative
 - Intérêt pour le quotidien
 - Variations au niveau des émotions, du vécu, de la description des journées



Méthode



Journaux sollicités



Semi-structurés



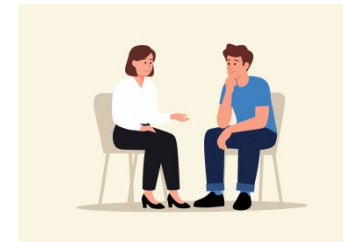
Tous les jours,
après l'école



Une semaine



Format papier,
électronique ou
audio



Entretien
post-
complétion



*L'école et
moi
Mon journal*



Ce journal appartient à :



Ton prénom :

Ton âge :

Ta classe :





Ce journal appartient à :



Ton prénom :

Ton âge :

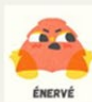
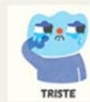
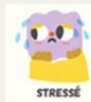
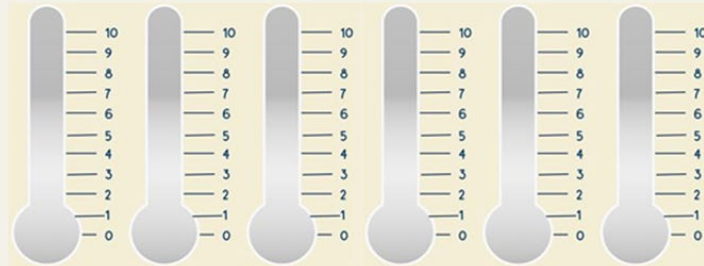
Ta classe :



Nous sommes le : _____

JOUR 1

Question 1 : Comment te sens-tu aujourd'hui ? Pour chaque émotion, indique sur le thermomètre si tu as ressenti cette émotion aujourd'hui. Si tu indiques 0, cela signifie que tu n'as pas ressenti cette émotion ; si tu indiques 10, cela signifie que tu as ressenti très fortement cette émotion.



Question 2 : Peux-tu expliquer pourquoi tu t'es senti comme ça aujourd'hui ?

A large rounded rectangular box with horizontal lines for writing an answer.

Exemples de résultats

- Journal de Gaelle (18 ans)
 - Jour 1 : « *La meilleur activité d'aujourd'hui ça a été quand on a jouer a un jeux c'était très drôle, on s'est bien amuser et donc jetais bien sur le moment et on y a rejouer au temps de pauser du soir donc la aussi jetais bien. Ça permet de déconnecter le cerveau le temps d'une partie et ça change de la pression qu'on nous met par rapport au bac. »*
 - Jour 2 : « *On avait jouer au même jeux que le veille avec plusieurs personnes de la classe et même si c'était pas comme hier c'était quand même drôle. C'est durant les moments ou mon cerveau reçoit plein d'infos (positif) en même temps que il n'y a pas de place pour les pensées parasites. »*



Continuité, aperçu du
quotidien, variations

Exemples de résultats

- Journal d'Alex (8 ans) :

- Jour 2 (affects négatifs) : « *Oui, car je n'ai pas réussi à descendre à la récréation ce matin. J'avais trop mal pour les deux étages.* »



- Jour 4 (affects positifs): « *Oui, malgré la fatigue +++.* J'ai passé du temps à la récréation avec les copains. »



Intérêt des méthodes de collecte de données additionnelles

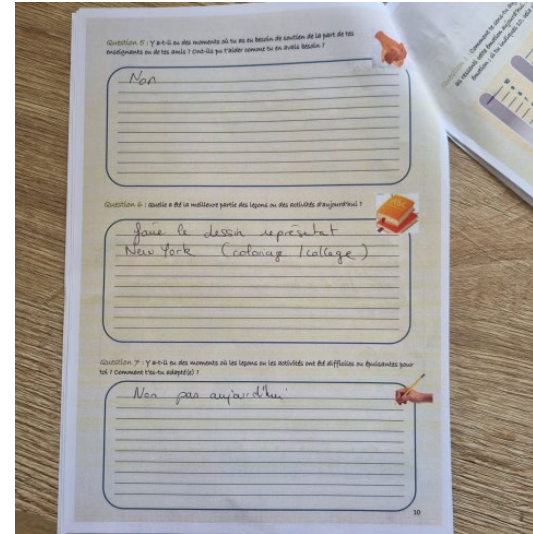
- Journal de Gaelle (18 ans) :
 - « *Des fois il y a des moments où je rigole avec mes voisins de derrière sur le moment je me sent bien mais quelques temps après je me ressens pas très bien comme si le fait d'être bien n'était que temporaire. Mais après je pense qu'il y a aussi de la fatigue* »

Comment interpréteriez-vous cette citation de la part d'une jeune fille souffrant d'une maladie grave menaçant la vie ?

Difficultés rencontrées

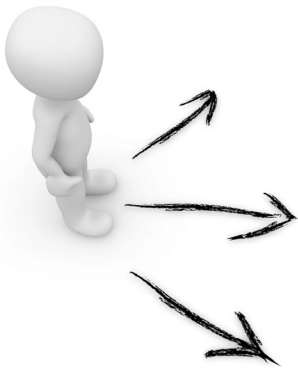


Absence de réponse des participants
Difficultés à les contacter



Pauvreté de certaines réponses

Conclusions



- Données « longitudinales », variations intra-individuelles
- De plus en plus utilisés
- Nombreux avantages
- Inconvénients
 - Surtout, dépendance accrue par rapport aux participants
 - Parfois, pauvreté des réponses
- Utilisation uniquement si la question de recherche en justifie l'utilisation

