

Rédiger et réussir sa **THÈSE de MÉDECINE**

De l'idée floue à la soutenance claire :
s'organiser, se motiver et écrire sa thèse



Michaël Rochoy



Sommaire

Prologue – mode d'emploi	15
--------------------------------	----

CHAPITRE 1. Six étapes simples en soixante minutes pour lancer concrètement la thèse.....	23
--	-----------

- Étape 1 – Décidez quel éditeur de texte
vous allez choisir.....24
- Étape 2 – Téléchargez et ouvrez un fichier type
pour votre thèse.....25
- Étape 3 – Enregistrez et nommez ce fichier
d'une façon choisie (et non subie)
pour garder un historique des versions.....27
- Étape 4 – Prenez 5 minutes à réfléchir
à un système de sauvegarde du fichier
(et des versions)28
- Étape 5 – Installez un logiciel de gestion
de bibliographie28

- Étape 6 – Choisissez le navigateur
que vous utiliserez.....29
- Étape 7 (facultative) – Planifiez la prochaine date
d'écriture de votre thèse.....29

CHAPITRE 2. Origines et évolution de la thèse au fil des siècles31

- Bref historique de 1395 à nos jours... ..31
- Une thèse de plus en plus restrictive
dans le temps et les sujets.....33
- La thèse, un symbole à ne pas repousser infiniment... 34

CHAPITRE 3. Comprendre les attentes sur la thèse : rôle, longueur, durée 35

- Le rôle : une thèse sert à s'initier à la recherche
et pouvoir faire preuve d'esprit critique vis-à-vis
des données scientifiques.....36
- La longueur : une thèse est un article,
elle tient en 12 pages (interligne 1,5)37
- La durée : « on m'a dit qu'une thèse,
ça prend 18 mois »40
- Quand prévoir la soutenance ?.....41

CHAPITRE 4. Trouver son rythme de travail pour ajouter la thèse dans votre agenda 43

- Hiérarchiser et prioriser44
- Déléguer et abandonner.....44
- Planifier : réserver des créneaux horaires45

• Se fixer des délais raisonnables mais courts	45
• Changer les habitudes et supprimer les distractions....	46
• Se lancer dans l'action.....	46
• Prendre soin de soi.....	47
• Réflexivité.....	47
• En synthèse, que recommandent les livres motivationnels ?	48
• Quand faut-il écrire ? Quel rythme ont adopté les génies productifs ?.....	49
CHAPITRE 5. Écrire la thèse implique... d'écrire !	51
• La Muse de l'Inspiration n'est pas nécessaire... et le doute concerne tout le monde !	52
• L'écriture demande du temps.....	53
• Faut-il forcément faire un rétroplanning ?	54
• Je reporte quand même sans arrêt... comment me motiver à commencer ?	55
• J'ai un sujet qui me motive, mais ça m'angoisse de me lancer (et il faut que je range mon grenier d'abord)	55
• Concrètement, comment me lancer ?	57
CHAPITRE 6. Trouver un directeur de thèse	63
• Quelles sont les qualités attendues d'un directeur de thèse ?.....	63
• Où trouver un directeur de thèse ?.....	64

CHAPITRE 7. Être original quand tout a déjà été traité ... 67

- Du problème d'être dans la discipline.....67
- Les trois profils de blocage sur le sujet.....68
- Votre thèse peut être plaisante à lire,
même sans originalité..... 74

CHAPITRE 8. Chercher et choisir un sujet 77

- Réfléchir à vos centres d'intérêt
hors médecine.....77
- Explorer le traitement de vos centres d'intérêt
dans la littérature scientifique..... 79
- Discuter avec une intelligence artificielle81
- Surfer sur l'actualité81
- Lire les dernières études publiées82
- Les congrès (... et même sans y aller !)...82
- Les thèses et mémoires.....83
- Prendre des notes au quotidien84
- Le sujet naît d'un soupçon d'inspiration,
d'une pincée d'envie et d'une poignée d'idées... 84

**CHAPITRE 9. Sauter le brouillon
et écrire dès le premier jour 87**

- Faut-il tout recopier, faut-il un brouillon
ou faut-il rédiger directement ?88
- Que faire, dans quel ordre ?89
- Peut-on écrire autrement
qu'avec un premier jet rapide ?96
- Deux mots sur vos rituels d'écriture...96

CHAPITRE 10. Écrire le premier jet en suivant une trame détaillée	99
• La méthode d'écriture du flocon de neige	99
• Vous serez essentiellement des architectes.....	100
• Trame d'une thèse	101
 CHAPITRE 11. Éviter de tout casser dans le fichier de thèse : bases de mise en page, typographie et corrections.....	 107
• « Au secours, je ne comprends rien à la mise en page »	108
• Relecture avec le « suivi des modifications ».....	111
• Tableaux, figures et nombres (entiers et décimaux).....	112
• Règles typographiques de base en français.....	113
• Savoir se corriger (qu'on fasse un peu ou beaucoup de fautes).....	114
 CHAPITRE 12. Garder du style dans son écriture scientifique.....	 117
• Rendre votre texte scientifique	118
• Garder une certaine exigence littéraire	121
• Quelques questions (et réponses non consensuelles).....	123
• De la lecture... ..	126

CHAPITRE 13. Sourcer avec Zotero :	
 tout, et depuis le début	129
• Installer Zotero.....	130
• Créer un compte pour prévoir une sauvegarde de votre bibliothèque.....	130
• Demander à votre directeur s'il veut partager la bibliographie.....	131
• Utiliser Zotero	132
• Zotero, c'est facile... et il y a beaucoup d'aides	134
 CHAPITRE 14. Récupérer des articles au cours	
 de sa recherche bibliographique	137
• Accès libre ou accès payant	138
• Accès via des abonnements de bibliothèque	139
• « On m'a parlé de Sci-hub ? ».....	140
• Je n'ai trouvé l'article nulle part.....	141
 CHAPITRE 15. Identifier des mots-clés et composer	
 une équation de recherche.....	143
• Casser les murs et trouver de nouveaux mots-clés	144
• Et pour un travail qualitatif ?	146
• Construire une requête	147
• À ce stade de recherche de mots-clés, que faut-il lire et dans quel ordre ?	149
• Et si je n'y arrive pas tout seul ?	150

CHAPITRE 16. Poser et affiner sa question de recherche	151
• Votre intérêt pour le sujet.....	152
• Votre préférence pour le quantitatif ou le qualitatif.....	152
• Du pragmatisme !.....	153
• Écrire sa question de recherche : PICO, PICO ou sans PICO ?	154
• Finaliser le premier jet de l'introduction.....	156
 CHAPITRE 17. Études qualitatives et méthodes de consensus, grands principes	157
• Choisir le type d'étude (ou l'approche)	158
• Recueillir des données : modalités de recueil et modalités d'échantillonnage	160
• Choix du logiciel.....	161
• Analyse des données	162
 CHAPITRE 18. Études quantitatives, grands principes	167
• Choisir le type d'étude.....	167
• Recueillir des données : modalités de recueil et modalités d'échantillonnage	168
• Choix du logiciel.....	172
• Analyse des données	173

CHAPITRE 19. Revues de littérature et méta-analyses, grands principes.....	181
• Choisir le type d'étude.....	182
• Recueillir des données : modalités de recueil et modalités d'échantillonnage.....	183
• Choix du logiciel.....	184
• Analyse des données	185
 CHAPITRE 20. Respecter les obligations réglementaires et éthiques : CNIL/RGPD, CPP.....	 187
• Comment classer les données traitées ?	188
• Qui contacter ensuite ?	188
• Comité d'éthique : comment faire ?.....	190
• Déclaration informatique et libertés : comment faire ?.....	190
• Droits d'auteurs : à propos des images dans la thèse.....	191
 CHAPITRE 21. Améliorer la section matériels et méthodes : utilisons des grilles !	 193
• Contenu de la section matériels et méthodes.....	193
• Style de la section matériels et méthodes	194
• Vérification du contenu : le recours aux grilles validées.....	195

CHAPITRE 22. Préparer son questionnaire et ses résultats	199
• Préparer le tableau	199
• Préparer les analyses descriptives	202
• Comment rédiger un questionnaire papier ?	204
• Quand faut-il préparer la table des données ?	208
• Envoyer le questionnaire en papier ou par mail ?	208
• À qui envoyer ?	210
 CHAPITRE 23. Présenter les résultats : textes, tableaux ou figures.....	 213
• Quel niveau de précision faut-il avoir dans les chiffres ?	214
• Dans mes résultats, est-ce que je dois décrire la variable dans le texte, un tableau ET un graphique quand c'est important ?	214
• J'ai fait mon questionnaire sur un questionnaire qui fournit des graphiques : puis-je les utiliser dans mes résultats ?	215
• Comment choisir entre figure et tableau ?	215
• À propos des tableaux... ..	215
• À propos des figures.....	217
• Quelques règles d'écriture... ..	218
• Et si on pensait à la soutenance... ..	219

CHAPITRE 24. L'art de la discussion et de la conclusion.....221

- Résultats principaux..... 222
- Comparaison à la littérature (validité externe)..... 222
- Forces et limites (validité interne) 223
- Perspectives..... 226
- Conclusion 227

**CHAPITRE 25. Finir la thèse : annexes, titre, résumé,
épître dédicatoire, remerciements... 229**

- Références bibliographiques 229
- Avertissement de la faculté 231
- Liens et conflits d'intérêt..... 231
- Annexes 232
- Écrire le résumé 232
- Titre 235
- Épître dédicatoire 236
- Remerciements..... 236

**CHAPITRE 26. Planifier la soutenance :
aspects pratiques 239**

- La dernière mise à jour... 239
- L'impression..... 240
- Quelle constitution faut-il pour un jury de thèse ? 240
- Comment trouver un jury et une date ?..... 242
- Quel est le protocole pour la thèse ? 243
- Peut-on filmer ou prendre des photos
de la soutenance de thèse ? 244

CHAPITRE 27. Présenter sa thèse :

10 règles pour une présentation réussie.....245

- Règle n° 1 : Programmez le temps de parole..... 245
- Règle n° 2 : Choisissez le format 246
- Règle n° 3 : Assurez-vous d'avoir quelque chose à présenter..... 246
- Règle n° 4 : Prévoyez le nombre de diapositives avant de commencer 246
- Règle n° 5 : Écrivez la dernière diapositive et basez-vous dessus..... 247
- Règle n° 6 : Réfléchissez aux titres et messages de chaque diapositive 248
- Règle n° 7 : Rendez l'introduction « excitante » 248
- Règle n° 8 : Diminuez, diminuez, diminuez la quantité de texte. Et rediminuez-la 248
- Règle n° 9 : Limitez les effets si vous ne les maîtrisez pas trop..... 249
- Règle n° 10 : Entraînez-vous... sur le verbal et le non-verbal ! 250
- Règle n° 11 : Dépassez les règles..... 251

CHAPITRE 28. Valoriser son travail : prix, congrès,

article, journalistes, Nobel, etc.....253

- Faut-il forcément un après ?..... 253
- Informations du public et des professionnels de santé 254
- Présentations en congrès..... 255
- Publications dans des revues..... 255
- Participation à des prix..... 258

CHAPITRE 29. Être directeur de thèse	261
• À quoi sert le directeur de thèse ?	261
• Combien de temps ça prend ?	263
• Comment échanger avec le thésard ?	263
• À quoi sert... d'être directeur de thèse ?	264
Annexe	265
Remerciements	273
Références bibliographiques	275
Table des matières	295