

La place des émotions en psychologie et leur rôle dans les échanges conversationnels

The place of emotions in psychology and their role in conversation

Marie-Lise Brunel

Volume 20, Number 1, Spring 1995

Jalons pour une politique en santé mentale

URI: <https://id.erudit.org/iderudit/032338ar>

DOI: <https://doi.org/10.7202/032338ar>

[See table of contents](#)

Publisher(s)

Revue Santé mentale au Québec

ISSN

0383-6320 (print)

1708-3923 (digital)

[Explore this journal](#)

Cite this article

Brunel, M.-L. (1995). La place des émotions en psychologie et leur rôle dans les échanges conversationnels. *Santé mentale au Québec*, 20(1), 177–205.
<https://doi.org/10.7202/032338ar>

Article abstract

This article first looks at research to date concerning the psychology of emotions by providing a brief overview of the classic theories, particularly the James/Cannon debate as well as the different approaches to defining emotions, their functions and their components. The author then presents the various theories that prioritize either cognition, emotion or a reconciliation between cognition and emotion. Also, the author stresses the importance of analyzing non-verbal language used while interacting during a conversation, namely in the field of therapy which is a privileged forum for sharing emotions. Followed is a brief outline of the benefits of the ethological approach. When candidates are being trained for a support role, this approach - particularly during the feedback phase - facilitates access to representations linked to affects, as well as to the reviviscence of affects associated to both partners in the exchange.



La place des émotions en psychologie et leur rôle dans les échanges conversationnels

Marie-Lise Brunel*

L'article tente tout d'abord de faire le point sur la recherche en psychologie des émotions, en rappelant brièvement les théories classiques, particulièrement le débat James/Cannon ainsi que les différentes façons de définir les émotions, leurs fonctions et leurs composantes. Sont ensuite présentées les diverses théories mettant le primat sur la cognition, l'émotion, ou la réconciliation cognition/émotion. L'importance à accorder à l'analyse du langage non verbal dans l'interaction conversationnelle est soulignée, notamment dans le domaine de l'entretien thérapeutique qui constitue une forme privilégiée de partage social des émotions. Enfin, les bienfaits de l'approche éthologique sont rapidement esquissés. Lorsqu'il s'agit de former des candidats à la relation d'aide, cette approche – particulièrement à la phase de rétroaction – permet aisément d'avoir accès aux représentations liées aux affects ainsi qu'à la reviviscence des affects des deux partenaires de l'interaction.

Une émotion renvoie à ce qu'elle signifie. Et ce qu'elle signifie, c'est la totalité des rapports de la réalité humaine au monde. Le passage à l'émotion est une modification totale de «l'être-dans-le-monde».

Sartre, 1963

Si l'expression émotionnelle était inaccessible, survivre comme humain constituerait une expérience dangereuse, ou sans intérêt. En effet, les émotions constituent un élément essentiel de l'existence; elles influencent nos perceptions et nos réactions, notre façon «d'être-dans-le-monde». Or, malgré qu'on reconnaisse aux émotions un rôle central dans la vie, ce qu'elles sont et comment elles sont produites demeurent souvent une énigme.

Car l'émotion constitue un phénomène complexe et il n'est pas évident que les modèles théoriques construits en psychologie pour en

* L'auteure est docteure en psychologie du counseling et professeure à l'Université du Québec à Montréal (UQAM).

rendre compte se soient tous avérés pertinents empiriquement. Cette méconnaissance des mécanismes impliqués aura longtemps fait de l'émotion le parent pauvre de la psychologie. Selon Averill (1982), Plutchik (1980, 1970), Scherer (1984) et Strongman (1987), une autre raison de cette négligence tient à la «révolution cognitive» des années 1960. Les chercheurs de cette décennie se sont intéressés aux modalités rationnelles plutôt qu'affectives (conatives) d'expression.

Dans les années 1970, un contre-courant d'inspiration biologique a porté sur les aspects innés des émotions, en particulier sur leurs modalités d'expression (Izard, 1971; Plutchik, 1970). Depuis les années 1980, sous l'influence des théories «néo-jamésiennes» et «néo-darwiniennes», plusieurs chercheurs en psychologie développementale, en psychosociologie, en linguistique (en pragmatique, particulièrement), en psychanalyse et en éthologie s'intéressent davantage au domaine de l'expression des émotions.

D'après Rimé et Scherer, «l'expérience émotionnelle est longtemps demeurée l'apanage de l'introspection personnelle» (1989, 14). Il importe de manifester en clinique un intérêt plus scientifique (plus cognitif?) pour l'étude des dimensions subjectives du partage social des émotions.

Selon Kirouac, l'expérience subjective consiste en des activités cognitives qui comportent la perception, l'interprétation et l'évaluation de plusieurs éléments des réponses associées à l'état émotionnel de la personne qui l'éprouve (1989, 23), opérations mentales reprises par la personne qui écoute. Quand on songe au lieu privilégié que représente la relation thérapeutique pour explorer la signification des liens cognition-émotion, on ne peut que profiter des réflexions les plus récentes de la recherche sur les émotions et sur les interactions conversationnelles. Ce n'est pas parce que le thérapeute se tait plus souvent qu'autrement, qu'on n'a pas là un prototype exemplaire de ce qui distingue un «échange» conversationnel banal d'un «partage» de la parole.

Dans les milieux réfractaires à la psychanalyse, où l'on se moque, souvent en caricaturant, des longs silences des psychanalystes, ces silences sont souvent interprétés comme des signes de bêtise: «Ils ne savent pas quoi dire». Ils sont souvent aussi perçus comme des indices d'abus de pouvoir, certains analystes étant, il est vrai, parfois prêts à se faire couper la langue plutôt que de briser le silence lors des séances. Mais la notion de partage émotionnel n'a pas le caractère «comptable» des échanges émotionnels («je te parle, tu me réponds», «je me dévoile, tu te dévoiles aussi») car, au delà des paroles dites (et non dites), ce qui importe c'est la sensibilité de l'écoute, garante du support apporté.

On a donc tout à fait raison de considérer qu'il s'agit là d'un «partage social» dans le sens où l'aidant éprouve aussi des sentiments, bien qu'il ne se permette d'en transmettre que la pointe de l'iceberg. Il laisse émerger des messages reliés à sa préoccupation de l'autre, c'est-à-dire des messages exprimant un bon niveau d'implication dans le rapport à autrui plutôt que des messages d'autodévoilement qui seraient strictement de l'ordre du contre-transfert.

Il nous semble donc opportun de présenter les théories classiques sur les émotions, de décrire leurs fonctions et composantes, d'identifier la place de la cognition dans l'expression émotionnelle et enfin, de clarifier le rôle des émotions dans l'interaction conversationnelle. En dernière analyse, la relation thérapeutique constitue un lieu privilégié de partage social et constitue donc, de ce fait, un lieu privilégié de production-reproduction des émotions.

Bref rappel des théories classiques

Les théories proposées pour rendre compte des émotions varient selon la perspective adoptée. L'étude des émotions en psychologie appartient à deux traditions différentes, la philosophie et la biologie :

Le philosophe s'intéresse à la nature même des émotions, à leurs relations avec ces autres ressorts de la vie affective que sont les passions et les sentiments et à ce qui les diffère [sic] de la vie rationnelle et réfléchie [...] Pour le biologiste l'émotion n'est accessible qu'au travers des modifications objectives qui l'accompagnent. Il s'intéresse aux modifications comportementales et physiologiques qui prennent place chez des individus placés dans des situations émotionnelles et recherche les mécanismes à la base de ces réactions. Certains biologistes vont même jusqu'à nier la notion d'émotion, dans la mesure où les réponses qu'ils étudient peuvent être expliquées directement par les caractéristiques de la situation causale. (Dantzer, 1988, 11)

Darwin (1872/1965) postulait, dans *L'expression des émotions chez l'homme et l'animal*, que l'expression émotionnelle conférait aux animaux et aux humains un avantage sélectif. Selon ce grand théoricien de l'évolution, trois principes ont présidé au développement des émotions, soit le principe d'utilité, le principe d'opposition et l'action directe de l'excitation nerveuse sur le corps. Cette théorie innovait en permettant la caractérisation des émotions suivant leur expression somatique.

En psychologie, bien que la nature de l'expérience émotionnelle ait fait l'objet de débats depuis longtemps, on décèle toujours deux courants hérités l'un, de James et Lange, et l'autre, de Cannon (1927).

Leurs théories restent encore les références le plus souvent citées, sans que de nouveaux travaux soient venus confirmer ou invalider substantiellement leur point de vue respectif (Frijda, 1989).

Pour James (1884) et Lange (1885), l'expérience émotionnelle consistait en sensations corporelles causées par les mouvements et les réactions physiologiques périphériques, tels les viscères et les muscles (dont le muscle cardiaque). Chaque type d'émotion correspondait à une façon différente de structurer et d'interpréter les sensations.

Pour Cannon, l'expérience émotionnelle prenait son point de départ dans le cerveau et les réponses physiologiques lui paraissaient assez semblables d'une émotion à l'autre. Selon lui, cette expérience consistait essentiellement en une prise de conscience première. Cette perspective tend à invalider l'interprétation que faisait James de la distinction à faire entre les différentes structures des réponses physiologiques.

Pour Schachter (1964) et Mandler (1984), ce qui donne à l'expérience émotionnelle son caractère propre provient des rétroactions des réponses du système nerveux autonome et réside donc dans les sensations corporelles. Si l'on tient compte toutefois des expériences d'auto-stimulation intra-crânienne chez des animaux (recensées par Frijda, 1989), les observations indiquent assez clairement que les expériences de plaisir et de déplaisir émanent du cerveau. La thèse de Cannon est donc renforcée sur ce point.

Cependant, lorsqu'on tente d'en identifier la nature, on doit aussi essayer de déterminer le type de relation existant entre une expérience émotionnelle et sa réponse. Le point de vue traditionnel, qui est aussi celui de l'expérience quotidienne, pose que l'expérience émotionnelle est responsable du comportement émotionnel. Cannon a toujours postulé que l'expérience émotionnelle est une des causes du comportement émotionnel : par exemple, *nous fuyons parce que nous avons peur*. Or, pour James, l'expérience émotionnelle était une réponse à l'activation corporelle : *nous avons peur parce que nous nous enfuyons*. Le débat reste donc ouvert.

Définitions de l'émotion

Le terme émotion vient de *movere*, «mouvoir au-delà» ou «émouvoir». D'entrée de jeu, il importe de souligner, avec Izard et al., (1984), que, lorsqu'on tente de définir un phénomène aussi complexe, on ne peut espérer une définition univoque. Vaut donc mieux approcher ce construit modestement, sans s'enfermer dans une typologie rigide,

car la psychologie des émotions n'en est qu'à ses débuts, et sa théorisation, encore bien neuve. Comme le signale Kirouac (1989), les définitions les plus récentes de l'émotion ne sont pas nécessairement meilleures que les anciennes. Enfin, ainsi que le mentionne pertinemment Frigda (1993), une définition de l'émotion ne pouvant être qu'un produit d'une théorie, elle doit être construite uniquement à la fin de l'investigation scientifique.

Cosnier (1994) souligne que «les scientifiques eux-mêmes tiennent au sujet des émotions des discours qui peuvent paraître contradictoires (et parfois auto-contradictaires) comme si, en ce domaine, chacun était libre de sécréter son propre savoir et de redéfinir, à sa façon, termes et concepts» (p. 11). Nous ne retiendrons donc ici que les descriptions qui nous semblent les plus représentatives des différents courants en recherche.

Selon Dantzer (1988), le terme «émotion» désigne globalement les sentiments que chacun peut reconnaître en lui-même par introspection ou prêter aux autres par extrapolation. Les émotions ne sont pas, pour cet auteur, de simples «sentiments»: bien que ceux-ci aient un statut dans le langage courant, le terme en est rarement utilisé en langage psychologique.

Le modèle freudien considère l'affect (on utilise peu le terme émotion en psychanalyse) comme une représentation de la pulsion. Freud considérerait surtout la remémoration des représentations liées aux affects et, plus secondairement, la reviviscence des affects comme les déclencheurs de la décharge émotionnelle.

À la suite d'une méta-analyse des textes freudiens et post-freudiens, le psychanalyste Green (1973) aboutit à la conclusion que l'affect peut être clivé sur deux versants, l'un somatique et l'autre psychique: l'activité autoperceptive correspondrait à la perception des mouvements corporels, l'activité évaluative correspondant aux sensations de plaisir et de déplaisir. Pour cet auteur, on doit toujours inclure dans la catégorie «affect», une foule d'états appartenant à la gamme plaisir-déplaisir, la combinaison de plus d'une émotion donnant lieu aux émotions secondaires, aux affects complexes, aux affects fusionnés ou aux constructions d'affects.

Kirouac (1989) considère que le concept «émotion» recouvre aussi des termes comme «sentiment» et «humeur» pour constituer ce qu'il appelle «les états affectifs». S'il lui faut se restreindre à une définition, elle se rapproche de celle de Green, mais en y ajoutant la variable temporelle: il s'agit donc pour lui «d'un état affectif, comportant des

sensations appétitives ou aversives, qui a un commencement précis, lié à un objet précis et qui possède une durée relativement brève» (p. 18). Un des aspects caractéristiques de l'émotion est, selon lui, l'accompagnement de réactions physiologiques particulières (parfois très perturbatrices) qui permettent de déceler l'aspect motivationnel de l'émotion. Ainsi, cette dernière comporte, dans le cas des émotions intenses à tout le moins, «une perturbation ou une démarcation forte par rapport au niveau de base plus stable de l'état affectif d'un sujet» (p. 19).

Pour Pagès (1986), il convient de distinguer l'affect de l'expérience émotionnelle, en réservant à l'affect le sens d'expérience psychique et à l'expérience émotionnelle, le sens de comportement émotionnel (incluant les mimiques, les gestes, les cris, les larmes). Selon lui, le sentiment se distingue de l'affect par son discours intérieur qui nomme l'objet et la nature de la relation. Le sentiment se construit dans la durée et lie les personnes tandis que l'affect est vécu de façon ponctuelle, dans l'instant. Pagès (1993) considère l'émotion comme le socle de la communication interhumaine et de l'organisation sociale dans la mesure où, pour lui, la communication émotionnelle fournit la base de la communication discursive.

D'après Plutchick (1980, 1970), les émotions sont des séquences dynamiques d'états variables et devraient être considérées comme des processus. Les émotions de base devraient être considérées comme des tendances à l'action ou comme des modalités élémentaires des comportements.

De son côté, Frijda (1993) fait une distinction entre émotions et passions: les émotions sont des comportements non instrumentaux, impliquant des changements physiologiques et des expériences évaluatives; quant aux passions, elles n'ont pas besoin de déclencheur événementiel mais s'expriment spontanément, selon lui, et sont attachées durablement à des buts.

Ekman (1972) considère les émotions comme des entités psychophysiologiques et comportementales discrètes (i.e. individualisées), qui sont produites en quantité limitée. Les émotions de base ont en commun un déclenchement rapide, une courte durée, une survenue spontanée, une évaluation automatique et des attitudes émotionnelles. Ekman, qui s'est surtout intéressé à l'expression des émotions (particulièrement faciale), en est arrivé à la conclusion que les expressions faciales sont les détecteurs les plus universellement reconnus des émotions, que celles-ci sont donc programmées génétiquement alors que leurs conditions de déclenchement sont largement déterminées par les apprentissages sociaux.

Chez les théoriciens du contrôle de l'affect (MacKinnon, 1994), les émotions sont considérées comme des signaux cognitifs, riches de significations affectives, fournissant des informations sur la façon dont les gens agissent en établissant et validant leur identité dans l'interaction sociale.

Enfin, Fehr et al. (1984) utilisent le terme de «prototypes» pour éviter une définition trop stricte. Selon cette conception, l'inclusion d'un phénomène dans le concept d'émotion est une question de degré, non de «tout ou rien» – ce que Kirouac questionne quand il mentionne que cette façon de considérer l'émotion n'implique pas «de limites rigoureuses qui séparent les entités faisant et ne faisant pas partie de la catégorie dite émotion» (1989, 25).

Ces définitions témoignent de la variété actuelle des conceptions. En passant en revue la documentation scientifique, on s'aperçoit que même les critères concernant l'identification des émotions et la détermination du nombre d'émotions fondamentales apparaissent «peu formalisés» (Mandler, 1984). Il faut donc accepter que le vocabulaire soit également déficient dans la nominalisation des états émotionnels.

On identifie cinq grandes émotions primaires: la joie, la surprise, la tristesse, la peur et la colère (tableau 1). Elles se retrouvent dans les comportements universels, dans un sens proche de celui de Darwin (1872). Par exemple, «les petites peurs de l'enfant, qu'il s'agisse de la peur du noir ou de la peur d'être seul, sont les résultats d'une longue série d'associations dans l'histoire de l'humanité entre ces situations et un danger potentiel» (Dantzer, 1988, 13).

Notons qu'un désaccord persiste quant à la classification des émotions en «familles émotionnelles». Roseman (1994) tente de le réduire en considérant les émotions comme des buts et en les regroupant autour de deux pôles: les émotions «distanciantes» et les «émotions de contact». Les stratégies constituent, pour lui, l'essence du système émotionnel et elles nous permettent d'évoquer ici les fonctions et composantes des émotions.

Fonction des émotions

Plusieurs reconnaissent que ces fonctions sont définies diversement selon qu'on considère l'émotion comme une réponse «dérégulée» qui altère le fonctionnement de la raison (optique platonicienne classique) ou comme un processus adaptatif (optique darwinienne), l'émotion étant alors considérée comme le résidu d'activités phylogéniques utiles à la survie. Il semble que ce soit cette dernière théorie qui

système nerveux central; 2) l'approche dimensionnelle (Piderit), pour laquelle il existe une continuité entre les émotions dont on ne peut discerner les expressions qu'en se référant à un nombre limité de facteurs ou dimensions (De Lannoy et al., 1987).

D'après Plutchik (1980), les émotions de base correspondraient aux fonctions biologiques et chacune de ces fonctions – telles la protection, l'acceptation, le rejet, la destruction, l'incorporation, l'exploration et l'orientation – serait traduite par un mode de comportements spécifiques. Selon cet auteur, les fonctions, les émotions et les modes comportementaux constitueraient les trois paramètres d'un même phénomène biologique.

Pour Cosnier (1994), les émotions servent essentiellement à la communication: avec soi-même et avec les autres. Bien que certaines conceptions de l'émotion insistent sur la fonction relationnelle au sens général de «relation avec l'environnement», il faut inclure aussi, selon lui, les relations avec les personnes. Il souligne:

Cette fonction communicative était déjà implicite chez Darwin: l'expression de l'individu fait impression sur son partenaire qui est par elle informé sur l'état et les dispositions du premier. La forme des émotions étant héréditairement fixée, les patterns expressifs peuvent réaliser un répertoire expressif propre à l'espèce et permettre la communication interindividuelle (155)

Cosnier considère même que, aux plans phylogénique et ontogénétique, «le système expressif émotionnel sert de base au développement du système de communication langagier qui s'édifie ultérieurement» (1994, 156). D'autres auteurs se sont intéressés aux composantes de l'émotion afin d'en dégager les buts.

Composantes des émotions

Scherer (1989) a identifié cinq composantes de l'émotion: 1) une composante d'évaluation cognitive des stimulations ou des situations, 2) une composante physiologique d'activation, 3) une composante expressive, 4) une composante motrice, c'est-à-dire d'ébauche d'action et de préparation du comportement et enfin 5) une composante subjective, celle du sentiment.

Ekman et Friesen, (1967) ont, pour leur part, identifié neuf critères des émotions discrètes: 1) l'universalité des signaux; 2) la présence d'expressions comparables chez d'autres animaux; 3) le contexte physiologique spécifique à chaque émotion; 4) l'universalité des événements déclencheurs; 5) la cohérence des réactions émotionnelles; 6) le

déclenchement rapide; 7) la durée limitée; 8) le mécanisme de perception automatique et 9) la survenue spontanée.

Scherer (1989), quant à lui, ne fait pas mention des manifestations verbales en tant que telles, alors qu'Ekman et Friesen, (1967) ainsi que Frijda (1982) ne semblent pas mettre en évidence la dimension communicative. Pourtant, dans la thèse de Darwin, l'émotion servait essentiellement à la communication. Pour lui, en effet, certains modes d'expression autant verbaux que non-verbaux semblaient s'être spécialement constitués au cours de l'évolution en vue de la communication.

La place du verbal et du non verbal

Les systèmes langagiers ne sont pas tous verbaux. Le langage humain inclut aussi des formes para-verbales (intonation ou inflexion de la voix, débit et volume du discours) et non verbales constituées des mimiques, des gestes et des postures corporelles.

Les rapports entre l'expression verbale et non verbale ne sont pas souvent précisés chez les spécialistes de la psychologie des émotions (Cosnier, 1982; Cosnier et Brossard, 1984). Bien que, parmi les manifestations comportementales, soient toujours mentionnées des réactions motrices, on tient parfois peu compte des manifestations verbales en tant que telles, «peut-être parce que le langage ne peut fournir une expression complète de l'expérience humaine, étant inapte à distinguer finement les émotions» (Kirouac, 1989, 28). Citant Nisbett et Wilson (1977), Kirouac mentionne, à titre d'exemple, la difficulté d'utiliser les rapports verbaux comme moyen fiables d'accès aux processus métacognitifs.

Cette omission des réactions verbales dans les définitions et les recherches paraît curieuse, la parole semblant pourtant avoir dans les interactions sociales des rapports multiples et fréquents avec les émotions. Cela est peut-être dû au fait que dans la psychologie classique, on considère l'individu et ses compétences générales, sans se centrer sur l'interaction et les performances concrètes.

Dans la documentation scientifique, il semble que la verbalisation soit reliée à la cognition tandis que le comportement non verbal serait révélateur d'affectivité. Pour sa part, Mead (1934), père de l'interactionisme symbolique, malgré un parti-pris cognitiviste, postulait que le langage constitue la base de la pensée, du self et de la société et qu'il permet le partage des objets de la conscience. Mais ce n'est que vers la fin des années 1970, que les interactionnistes symboliques ont reconnu

l'importance du langage dans l'émotion. Malgré une reconnaissance grandissante du rôle du langage dans la naissance de l'expérience émotionnelle, rien n'a cependant été fait, avant cette époque, pour opérationnaliser cette compréhension et en identifier les conséquences empiriques.

Un large pan des transactions affectives se passe cependant de la parole. Vouloir témoigner de la place de l'émotion dans l'expérience émotionnelle oblige à rendre compte aussi des manifestations non verbales. Selon Keesing:

Un monde où les gens ne communiqueraient qu'à travers le langage verbal serait sans couleur et terne. Ce qui importe, c'est ce que nous disons de nous aux autres, à travers notre apparence physique, nos expressions, nos gestes, le ton de notre voix. On n'envoie pas que des messages linguistiques mais aussi des informations sur nos états intérieurs, notre humeur et notre façon d'entrer en relation avec autrui. Ces signaux non verbaux constituent l'ingrédient essentiel de la vie sociale (1976, 166).

Pour Hall (1978), les systèmes de communication non verbaux ne font pas qu'augmenter ou compléter les systèmes verbaux, ils agissent de façon parallèle. Ils ont leurs propres grammaire et syntaxe, leurs propres règles de signification et sont souvent équivalents aux systèmes verbaux. Ainsi, avec la Langue des Signes Québécoise (LSQ), des sourds détiennent un moyen de communication complet. Mais en comparaison avec les systèmes linguistiques, on possède peu de connaissances sur cette structure. Pour Bateson (1972), notre manque de connaissance des langages non verbaux réside dans leur origine inconsciente, ce qui les rend difficiles à traduire en mots.

La théorie du contrôle de l'affect (Heise, 1979; Smith-Lovin et al., 1988); MacKinnon, 1994) est une de celles qui ont le mieux réussi à tenir compte des liens entre les systèmes linguistiques verbaux et non verbaux dans la compréhension des phénomènes reliés à l'interaction sociale. Elle est aussi une des théories qui tiennent compte à la fois du rôle des cognitions et des affects dans l'expérience émotionnelle.

Rôle de la cognition dans l'émotion

Déterminer la nature des relations entre cognition et émotion a toujours constitué un épineux sujet de discussion pour les psychologues. C'est le genre de problématique qui a souvent favorisé une argumentation circulaire («la poule ou l'œuf?»). Et bien que de nombreux modèles impliquant des liens entre cognition et affect aient été réalisés, la question de savoir ce qui vient avant n'est pas résolue pour autant.

Les théoriciens du primat de la cognition

Des théoriciens d'orientation cognitiviste (Frijda, 1993, 1989; Leventhal, 1984; Lazarus, 1984) utilisent les théories du traitement de l'information pour identifier le rôle de la cognition dans l'émotion. Frijda (1989) met l'accent sur les principales activités cognitives impliquées lorsqu'un événement inducteur d'émotion se produit, soit: analyser, comparer, diagnostiquer, évaluer et proposer une action. Ce modèle séquentiel est repris par Scherer (1989) lorsqu'il explique ses «processus composants». Le vécu émotionnel y est un état de conscience qui facilite l'activation de systèmes d'assistance, d'information, de régulation, de monitorat, d'action et d'évaluation.

Pour d'autres cognitivistes (Mandler, 1975; Royce et Diamond, 1980), l'affect est une conséquence de la cognition. Ces théoriciens considèrent aussi l'émotion comme un des produits d'une interprétation cognitive des événements. Selon d'autres auteurs (Berlyne, 1960; Kagan, 1978), les émotions sont la conséquence des écarts ou des incongruités entre les événements extérieurs et les représentations cognitives des individus.

La cognition est, pour les auteurs précités, l'élément constitutif majeur de l'expérience émotionnelle, celle-ci étant composée de cognitions ou de façons de percevoir des événements, des éléments de l'environnement ou soi-même (Frijda, 1989). Les différents types de cognitions, donnant lieu à différents types d'expériences émotionnelles, font partie des indices qui permettent d'étiqueter l'expérience. En fait, pour Frijda, comme pour Schachter (1964), les processus cognitifs font partie de ces facteurs qui engendrent les réactions émotionnelles neuro-végétatives qui se traduisent dans les comportements. Il semble que le type et l'intensité de l'émotion suscitée par un événement dépendent toujours des processus d'appréciation antérieurs (Frijda, 1987). Le rôle de la cognition est donc de fournir au sujet une explication de son activation végétative, de son bouleversement corporel, et ce serait l'activation qui donnerait à l'expérience sa dimension émotionnelle. En somme, Frijda (1993) conçoit le processus émotionnel comme une forme de traitement de l'information où le sujet analyse, compare, diagnostique, évalue, propose une action, génère des changements physiologiques et passe à l'action.

Kirouac (1989, 15) participe de ce point de vue puisqu'il considère que l'expérience subjective comporte des activités cognitives telles que percevoir, interpréter et évaluer. Il ajoute:

C'est le regain de vie de la psychologie cognitive qui a amené les cognitivistes à s'intéresser davantage aux composantes internes (i.e. non observables directement) des comportements et à considérer l'expérience subjective comme une dimension essentielle de toute analyse du processus cognitif.

Ce sont là les éléments essentiels de la théorie cognitive des émotions. Il importe maintenant de présenter les théoriciens qui mettent l'accent sur la dimension conative ou affective de l'émotion.

Les théoriciens du primat de l'émotion

Pour Darwin (1872/1965), les émotions ayant un fondement biologique, les processus cognitifs auraient relativement peu à faire pour en modifier l'expression. Bien que Freud n'ait consacré aucun ouvrage spécifiquement à l'affect dans sa métapsychologie, l'émotion y était première. «À la jonction entre affect, pulsion et représentation, toute la théorie freudienne se trouve posée.» (Haynal, 1986).

Freud, pour qui n'importaient que les affects, considérait que la remémoration des représentations liées aux affects pouvait à elle seule permettre l'abréaction. Il semble, selon Green (1973), que la priorité que Freud accorda à la mentalisation et à la verbalisation suscita beaucoup de controverses chez quelques-uns de ses disciples. Reich (1978), par exemple, considérait essentielle l'expression corporelle liée à la reviviscence des affects et moins efficace la réminiscence des représentations d'affects. Mais, comme le mentionne Green, «le problème de l'affect dépend, au cours des différents états de la théorie freudienne, des lignes directrices de celle-ci: première et deuxième topique, avatars de la théorie des pulsions, etc...» (1973, 11). Il semble qu'en psychanalyse, c'est essentiellement à travers le langage que l'affect «coincé» puisse être débloqué. Dans la mesure où un souvenir dénué de charge affective est presque totalement inefficace (Freud, 1919), la rencontre analytique transforme la charge affective et amène la représentation pathogène à se modifier, par voie associative, en l'attirant dans le conscient. C'est ainsi que le rôle de l'affect est crucial dans le succès de la cure psychanalytique. Green résume cette place de l'affect lorsqu'il écrit que «l'affect est regard sur le corps ému» (1973, 231).

D'autres auteurs (Izard, 1977, 1984; Tomkins, 1981; Zajonc, 1980) partagent le point de vue du primat de l'affectivité et considèrent donc l'affect comme le moteur principal du fonctionnement humain. Pour eux, l'affect est à la base du comportement, sans que la cognition soit nécessairement sollicitée. Pour Zajonc notamment, émotions et cognitions appartiennent à deux systèmes indépendants bien qu'interac-

tifs. Ses arguments, résumés par Cosnier (1994) sont les suivants: 1) les réactions affectives se produisent dans un temps plus court que les réactions cognitives qui ont des latences plus longues; 2) les réactions affectives seraient plus fondamentales dans l'évolution des espèces comme dans celles de l'individu, l'émotion précède la cognition; 3) les réactions affectives sont relativement indépendantes de la volonté et du raisonnement: elles sont souvent peu conscientes et difficiles à verbaliser. Il existerait une indépendance entre contenu substantiel (dénotatif) et aspect évaluatif (connotatif).

D'après Averill (1980), un cognitiviste influencé par les théoriciens du primat de l'émotion, l'émotion est le résultat d'une évaluation individuelle de la situation: si l'évaluation de la situation est positive ou bénigne, la réponse affective du sujet sera positive alors qu'une évaluation négative enclenche un affect négatif.

Théoriciens de la «réconciliation» cognition-affect

Récemment des chercheurs ont tenté d'aller au delà du débat de la primauté du cognitif sur l'affectif (et vice versa) et de proposer des approches permettant de conceptualiser les interactions complexes entre émotions et cognitions.

Par exemple, Cowan (1982) a adopté la perspective de Piaget (1961) postulant que les émotions et les cognitions ne sont pas totalement séparées. Selon ce point de vue, les schémas cognitifs sont toujours accompagnés d'affects, ceux-ci disposant toujours d'une certaine organisation cognitive. La thèse de Lewis et Michaelson (1983) renforce aussi l'idée d'un effet de réciprocité. Pour eux, l'émotion peut parfois précéder la cognition, celle-ci menant à de nouvelles émotions et cognitions. Il leur paraît donc que l'émotion et la cognition sont entremêlées et que l'une conduit à l'autre dans un cycle ininterrompu.

Inscrits dans le courant de l'interactionnalisme symbolique et inspirés par la théorie du contrôle de l'affect, les constructionnistes, tels Gordon (1981), Hoshschild (1979), Shott (1979) et Denzin, (1984), ainsi que les positivistes (représentés surtout par Kemper, 1978), ont tenté, chacun à sa façon, de conceptualiser l'émotion: les positivistes se centrent sur sa dimension biologique et les constructionnistes (utilisant surtout le terme «sentiment»), sur sa dimension culturelle. Alors que les constructionnistes utilisent l'observation en milieu naturel et l'analyse qualitative, les positivistes préfèrent une observation plus contrôlée et une analyse quantitative. MacKinnon (1994) résume leurs positions en disant que les constructionnistes mettent l'accent sur la gestion des émotions alors que les positivistes s'intéressent à leur production (p. 126).

Pour les théoriciens «sociaux» du contrôle de l'affect (Heise, 1979; Smith-Lovin et Heise, 1988; MacKinnon, 1994), plus intéressés par la question de l'identité, les émotions sont considérées comme des attributions descriptives ou des particularisations transitoires de l'identité du sujet dans un contexte spécifique. Cette théorie implique que les gens cherchent à confirmer les traits saillants de leurs identités en expérimentant surtout des émotions qui tendent à les confirmer face à autrui.

Les théories mettent l'accent sur le primat des cognitions, sur celui des affects ou sur les deux à la fois. Ces différentes façons de concevoir les liens émotion-cognition semblent intéressantes à considérer dans les conversations. Quel rôle jouent les émotions dans ce type d'interaction ?

Le rôle des émotions dans l'interaction conversationnelle

Il existe un dispositif naturel de partage des émotions : c'est la conversation. Cette activité peut être considérée comme un ensemble de procédés de mise en commun des énonciations, des émotions, des représentations ainsi que des rapports au monde qui leur correspondent (Trognon et Larrue, 1988). Puisque la problématique du partage social des émotions en est une, à tous égards, de communication, on peut émettre l'hypothèse que la clarification du statut de l'émotion est d'importance capitale en psychologie sociale et en psychothérapie.

La place des émotions en psychologie sociale

On parle depuis peu longtemps des émotions en psychologie sociale. C'est ce qui fait dire à Rimé (1989) que «la psychologie sociale a favorisé l'approche cognitive des phénomènes sociaux tout en se maintenant radicalement éloignée de leurs dimensions émotionnelles» (271). C'est comme si l'univers social suscitait et entretenait les émotions des individus sans conceptualiser son rôle en ce domaine. Rimé soutient que l'observation des rapports quotidiens entre individus révèle à l'évidence que même là où ces rapports ont à se dérouler sur un plan strictement fonctionnel, «la dimension émotionnelle manquera rarement d'éclorre, de s'imposer et de manifester sa propension à envahir la situation sociale» (1989, 274). Évoquant l'univers de la communication interpersonnelle comme exemple-type de la prégnance des émotions dans le champ social, il écrit que «sans que les individus en aient une conscience claire, une proportion considérable de leurs conversations quotidiennes porte sur leurs expériences émotionnelles, leurs problématiques affectives, leurs tensions ou traumatismes» (274).

Rimé tente d'identifier, parmi la multiplicité des états émotionnels possibles, les types d'émotions qui sont plus volontiers soumises au partage social ainsi que les types de partenaires qui reçoivent, de façon privilégiée dans la vie quotidienne, le dévoilement d'aspects émotionnels. Il s'interroge sur les modalités expressives des personnes qui représentent, pour leur environnement social, des « oreilles attentives » facilitant l'extériorisation du vécu émotionnel. À cet effet, Rimé (1989) essaie de circonscrire les comportements qui rendent la réévocation des émotions plus ou moins dense, plus ou moins aisée et plus ou moins aidante. Il conclut que la verbalisation des émotions apparaît tellement nécessaire à l'équilibre social qu'une large variété d'individus doivent à l'occasion ou systématiquement faire office d'oreille professionnelle pour les autres.

Le statut interactif des affects en psychanalyse

Étonnamment, même si l'affect est un concept central en psychanalyse, la dimension interactive de l'émotion y est négligée, alors qu'il s'agit là d'un lieu privilégié d'écoute de la parole d'autrui. Certains rares travaux ont cependant été entrepris pour décoder les mécanismes de défense dans l'échange verbal. Qu'on songe, par exemple, à la recherche d'Irigaray (1967). Elle y étudiait les traces de l'acte énonciatif dans l'énoncé. Dans la mesure où le code linguistique est fabriqué pour s'embrancher dans un contexte, il existe, dans la langue, des mots ou des signes, les énonciatèmes, qui sont des déictiques, tels les pronoms personnels, les démonstratifs, les marqueurs de temps. Ils ne fonctionnent que contextuellement. Irigaray a noté que les phrases-types des obsessionnels contenaient des conditionnels, des modélisations nombreuses et des mises à distance: par exemple, « je pense que... », « j'aurais le goût de dire que... ». Le langage des hystériques, par ailleurs, aurait tendance à évacuer le « je » et remettrait tout sur le « tu » car les affects sont, pour eux, localisés chez l'autre. Par exemple, une réaction-type de l'hystérique est de provoquer l'autre tout en l'accusant de provocation.

Ce désintérêt massif de la psychanalyse pour l'analyse conversationnelle est peut-être lié au fait que le modèle freudien n'est pas fondé sur l'interaction mais sur l'intrapsychique. La rencontre analytique ne peut cependant se concevoir qu'à partir d'un échange où, l'analysant parlant, l'analyste écoute (l'inverse étant aussi possible), ce qui place d'emblée la rencontre en psychanalyse dans le domaine des interactions parolières dont l'efficacité dépend de l'accompagnement affectif. D'ailleurs, comme le soulignent Cosnier et Vaysse (1992), la parole

exerce un pouvoir réducteur sur les réactions émotionnelles, ce qui tend à renforcer la théorie du contrôle de l'affect dans le cas de la «talking cure» dont le prototype est la séance de psychanalyse.

La place du sujet dans les théories sociologiques et linguistiques

La plupart des chercheurs qui ont travaillé sur les échanges conversationnels (en linguistique et en sociologie surtout) n'ont pas développé de théorie des émotions ou de théorie du sujet. Le fait de s'intéresser aux variables mises en jeu dans l'échange conversationnel et de bien connaître les théories et les mécanismes de la communication ne suffit pas à changer le point de vue sur les émotions et sur le sujet.

Bien que l'interactionisme symbolique existe, comme courant, depuis les années 1930 (suivant la publication par Mead, de *Self, Mind and Society*, 1934), ce n'est que sous l'influence de Bateson (1972), et par le biais de l'école systémique, que le concept d'interaction a été exploré en psychothérapie familiale. Mais, encore là, l'école de Palo Alto traite des émotions sous le seul angle logique, n'utilisant que le paradoxe pour dénouer les impasses émotionnelles.

Chez Goffman (1973) une «théorie des faces» (théorie implicite du sujet) postule le besoin, chez tous les humains, d'élaborer des conduites verbales de façon à éviter la menace et à protéger l'équilibre social. Cependant cette théorie mériterait d'être mieux dégagée. Selon Cosnier (1994, 6) elle reste trop discrète du fait que «ce n'est pas le sujet qui est le centre d'intérêt mais l'interaction entre les sujets. Tôt ou tard, on doit admettre que ce qui se passe entre ne peut être interprété que par une mise en rapport avec ce qui se passe dans les sujets»

L'analyse des émotions en linguistique

Il y a cependant des auteurs, en linguistique, qui s'intéressent à la problématique des émotions. Auchlin (1991), par exemple, se pose la question de la carence de la pragmatique à poser l'étude des émotions comme essentielle à l'analyse structurale des actes de langage. Cela est peut-être dû au fait que les actes de langage sont interprétés par la linguistique traditionnelle en termes de valeurs de vérité et qu'il existe une sorte de réductionnisme dans la façon dont la pragmatisme pense l'énonciation du mot juste, appelée «bonheur conversationnel». L'analyse structurale du discours prend en compte la dimension affective liée à la réussite ou à l'échec des coups énonciatifs successifs. En fait, il s'agit plutôt de la réussite ou de l'échec de la prétention à accomplir tel acte illocutoire particulier, selon que les conditions requises pour cet accom-

plissement sont satisfaites ou non. Mais, selon la théorie des faces, tout acte est, a priori, conçu et donc vécu comme potentiellement menaçant, ce qui fait que la notion de face ne désigne qu'un niveau de compétence relationnelle superficiel: la politesse négative, qui consiste essentiellement – et pas davantage – dans le non-empiètement du territoire de l'autre.

Auchlin (1991, 319) mentionne l'intérêt d'envisager l'activité de parole dans sa dimension d'expérience, «ce qui implique d'intégrer la participation émotionnelle des personnes au discours». Cet auteur fait la distinction entre les émotions chaudes, éprouvées effectivement, et les froides, qui sont conceptualisées ou représentées d'une façon ou d'une autre. Il trouve important de prendre en considération la capacité de l'écouteur à projeter son propre investissement émotionnel dans l'événement de parole qu'il observe pour être en mesure de parler de la «bonne place».

Dans des travaux récents portant sur l'observation d'échanges conversationnels, Arndt et Janney (1991) ont isolé deux dimensions dans les conversations où l'émotion est présente: 1) une dimension expressive qui intègre des réactions émotionnelles (des réponses spontanées à des états internes) et des réactions émotives que l'on peut distinguer des premières dans la mesure où elles sont présentées sous forme de réactions mimétiques afin de traduire des affects potentiels ou non vécus personnellement; 2) une dimension discursive intégrée à l'énoncé qui intègre, en parallèle, une dimension métacommunicative.

Hochschild (1979), un constructionniste, a distingué les émotions de surface des émotions profondes. Cet auteur s'intéresse au travail des émotions et décrit les façons de passer des unes aux autres. Il en tire la notion de framing rules et de feeling rules. Les framing rules sont des règles de cadrage qui permettent d'organiser et d'interpréter le discours: elles ont une dimension cognitive. Les feeling rules, règles de fabrication des expressions émotionnelles, jouent un rôle au plan affectif. L'apprentissage du contrôle des émotions reflète les habitus sociaux et les pratiques de classes. Dans les milieux aisés, par exemple, on apprend davantage aux enfants à contrôler leurs émotions que dans les groupes moins favorisés. Peut-être parce que l'expression de l'émotion contribue à alimenter l'état émotionnel plutôt qu'à l'atténuer ou à l'estomper, ce qui nuit à l'efficacité dans une transaction langagière.

Kerbrat-Orecchioni (1990), par ailleurs, a montré à quel point les activités verbales sont étroitement reliées au contexte et intriquées aux activités non verbales des locuteurs. Le statut du non-verbal reste

cependant encore aujourd'hui, malgré l'existence d'un matériel d'enregistrement vidéooscopique de qualité, marginal et mal défini (Cosnier, 1982). Cela tient peut-être au fait qu'il semble difficile pour les individus de se laisser observer même dans un contexte « naturel ». De plus, la liste des observables n'est pas facile à circonscrire. Mais il reste que l'approche éthologique, qui utilise l'observation en milieu naturel comme moyen par excellence de saisie de la réalité, est celle qui offre le plus de possibilités lorsqu'il s'agit d'observer le non-verbal. Car, quoi qu'on fasse, le canal kinésique est toujours impliqué dans l'expression d'un contenu (on ne peut parler sans bouger) et particulièrement dans une interaction. On parle à cet effet de « synchronie interactionnelle », de « pilotage » ou d'« accordage. » (Cosnier, 1992). Il convient de présenter cette approche.

L'étude de l'expression émotionnelle via l'approche éthologique

L'éthologie humaine constitue un lieu de transposition des modèles d'observation des comportements animaux en milieu naturel. Elle s'est tout d'abord développée dans l'étude des interactions infantiles et de la communication non verbale, c'est-à-dire « des domaines où le rôle du langage parlé semblait pouvoir être contourné ou, du moins, mis entre parenthèses » (Cosnier et Bourgain, 1993). En fait, l'éthologie ne constitue pas une discipline en tant que telle mais plutôt une perspective qui traverse des champs disciplinaires comme la linguistique, la sociologie, l'anthropologie et la psychologie. Elle est présente chaque fois que des observations et descriptions naturalistes sont mises en œuvre, « c'est-à-dire partout où l'on peut s'échapper du carcan imposés par les préjugés expérimentalistes dans des secteurs en plein développement, qu'ils s'intitulent eux-mêmes éthologiques ou non » (Cosnier et Bourgain, 1993).

Cosnier (1992), à la fois éthologue et psychanalyste, émet l'hypothèse [étayée sur les travaux d'Ekman et al. (1983) ainsi que sur ceux de Bloch (1989)] que les humains bénéficient d'un « analyseur corporel » servant à faciliter les conduites d'accordage. Cet analyseur utilise les mimiques, les postures et certaines activités corporelles d'autrui pour faire naître en soi des affects spécifiques, eux-mêmes susceptibles d'induire des représentations adaptées. Par le biais d'une échoïsation corporelle, parfois visible mais le plus souvent subliminaire, on aurait ainsi accès à la perception des affects d'autrui (Cosnier et Brunel, 1994). Ce phénomène s'inscrit bien dans le champ de la communication affective dans la mesure où il permet d'identifier comment s'effectue, dans le corps (via les postures, les gestes et les mimiques), le travail

d'attribution d'affects à autrui et le travail d'exposition de ses propres affects. On peut ici rappeler les travaux de Arndt et Janney (1991), cités plus haut, portant sur la communication émotionnelle et émotive. Ce sont surtout les symptômes psycho-moteurs (tremblements, pâleur, sueurs, etc) qui rendent compte des aspects émotionnels. La communication émotive correspond donc au résultat d'une élaboration secondaire.

Un autre aspect important de l'échange de signaux affectifs, selon Cosnier (1992), est lié aux phénomènes d'«échoïsation» ou de synchronie mimétique: les interlocuteurs extériorisent en miroir des mimiques, des gestes et des postures semblables. Le sourire et les rires appellent le sourire et les rires, les pleurs appellent les pleurs ou du moins une mimique compassionnelle. Dans les années 1950, le psychanalyste Félix Deutsch avait mis au point une méthodologie de l'entretien connue sous le nom d'«anamnèse associative». Il notait le verbatim des paroles échangées au cours d'un entretien en psychanalyse en relevant aussi la mimo-gestualité. Il en déduisit que le patient évoque son passé avec des paroles mais aussi avec des comportements, le comportement moteur compensant les verbalisations incomplètes. Il insistait aussi sur la nécessité de prendre en compte les mouvements du thérapeute car, «si le patient exprime avec son corps ce qu'il ne verbalise pas, on peut postuler que le thérapeute fait de même» (cité dans Cosnier, 1994, 106).

Précisons que, pour connaître les affects d'autrui, l'échoïsation constitue:

un des éléments fondamentaux de la «convergence communicative» caractérisée par le sourire, les mimiques syntones, le contact oculaire, l'orientation frontale du tronc, l'inclinaison antérieure, les hochements de tête, la gesticulation coverbale, l'ensemble portant au maximum la synchronie interactionnelle (Cosnier, 1992).

Il existe deux types d'affects conversationnels: 1) des affects toniques, états émotionnels de base variant peu au cours de la conversation (les humeurs, les dispositions latentes telles la timidité, l'embarras situationnel); 2) les affects phasiques qui constituent une toile de fond sur laquelle évoluent les affects toniques. Dits subliminaires, les affects phasiques constituent des états passagers fluctuants et étroitement dépendants des échanges. Ces états seraient perceptibles sur les tracés d'enregistrement électro-dermal mais on peut aussi les reconnaître à la mimique, aux gestes, à la posture du locuteur bien plus qu'à ses énoncés verbaux (Cosnier et Brunel, 1994). Les mimiques faciales en particulier sont considérées comme les supports expressifs privilégiés des diverses émotions: elles indiquent la qualité de l'émotion alors que les autres

indices corporels révéleraient plutôt l'intensité émotionnelle (Ekman et Friesen, 1967).

Les affects conversationnels sont donc constitués d'affects phasiques, souvent difficiles à reconnaître (étant donné leur brièveté) et d'affects toniques, c'est-à-dire des émotions identifiables. Il arrive qu'un affect phasique puisse modifier un affect tonique, provoquant soit un dégel soit un blocage émotionnel. Ce sont ces moments-là qu'on identifie comme «des tournants de la conversation» (Cosnier, 1994, 82).

Mehrabian (1972) a tenté de définir les composantes permettant de donner à une attitude ou à un mouvement une signification d'approche ou d'intimité. Il a identifié cinq paramètres de l'intimité: le toucher, la distance entre les individus en communication, le degré d'inclinaison du corps en avant, la durée du contact visuel et l'orientation des corps. Les recherches de Mehrabian montrent que le rapport entre la posture et le degré d'intimité qualifie un élément important des communications non verbales.

Argyle et al. (1965) ont, eux aussi, tenté d'élaborer un modèle dit «de l'équilibre» de l'intimité (*intimacy equilibrium model*) qui peut être utile dans l'observation des interactions conversationnelles. Selon ce modèle, les forces qui poussent un partenaire vers l'autre ou l'en écartent tendent à maintenir un état d'équilibre. Si cet équilibre est perturbé par une intimité trop grande dans une dimension (par exemple, des regards trop appuyés), il se rétablit par une diminution sur une autre dimension (augmentation de la distance individuelle). Ce modèle a fait l'objet de nombreuses vérifications (Royce et Diamond, 1980). Un individu doté d'une grande intelligence sociale devrait, en principe, être sensible à ces différents indices émotionnels et anticiper les comportements qui risquent le moins de rompre le niveau d'intimité et de proximité recherchées par le locuteur.

Conclusion

Depuis une vingtaine d'années, le regain d'intérêt pour l'étude de l'émotion a fait progresser les recherches. Alors que l'émotion constituait le parent pauvre de la psychologie pendant plus de 60 ans, désormais on perçoit une grande vitalité dans ce domaine. Kirouac mentionne qu'on commence à bien discerner les efforts empiriques et théoriques qui englobent beaucoup mieux l'ensemble des composantes pertinentes aux phénomènes émotionnels (1989, 113).

L'interdisciplinarité semble dorénavant une exigence qui peut permettre aux théories et aux expériences tentées en psychologie des émo-

tions d'acquérir une plus grande robustesse. Les technologies médicales nouvelles comme le scanner, l'appareil à résonance magnétique, sans compter l'enregistrement électrodermique, peuvent être mises au service de la recherche sur les émotions.

La technologie vidéoscopique peut, par exemple, reproduire instantanément les expressions émotionnelles observées tandis que l'autoscopie différée permet plus facilement de susciter une activité introspective (ou métacognitive) chez les sujets. En effet, la personne, pouvant se revoir au vidéo une fois l'enregistrement terminé, est invitée à évoquer, dans un premier temps, ses propres représentations d'affects. Cela lui permet aussi de prendre conscience de ses comportements et de sa façon d'écouter ou de s'écouter. On peut même observer quand elle empathise avec elle-même, c'est-à-dire lorsqu'elle « copie » sa propre mimo-gestualité en se revoyant (elle sourit en se voyant sourire sur l'écran ou elle tripote une mèche de cheveu comme dans l'enregistrement initial). Le locuteur est également invité à se revoir et à indiquer quand il se sentait écouté, bien décodé, et quand il se rendait compte que l'aidant manifestait de l'empathie envers lui [cf les travaux de Cosnier et Brunel (1994) et de Brunel et Cosnier (1995)]. En termes de formation, ce type d'expérience est précieux.

Mais point n'est besoin de dépendre d'un appareillage savant et coûteux pour appréhender le monde des émotions. Le théâtre peut constituer un lien privilégié de recherche. Qu'on songe aux travaux de Bloch (1993, 1987; Bloch et al., 1994) mettant en évidence la capacité de produire, chez des comédiens en formation, des émotions spécifiques en les aidant à contrôler, de façon variée, leur respiration.

Comme le signale Cosnier (1994), les humains, vivant à la fin du XXe siècle, ont des points communs avec les ordinateurs mais ils sont, contrairement à ceux-ci, doués d'affectivité. Ceux qui pensent que l'affectivité est une tare espèrent qu'elle va disparaître progressivement et que le règne de la pensée opératoire arrivera. Les autres souhaitent, au contraire, que « dans un monde de plus en plus informatisé, les affects ne constituent pas une espèce en voie de disparition mais soient appelés à jouer un rôle majeur dans la sauvegarde de l'humanité » (24).

Les aidants professionnels et les candidats en formation à la relation d'aide ont donc intérêt à affiner leur compréhension des phénomènes interactifs dans un échange conversationnel tel que l'entrevue d'aide. Trop longtemps, aux dires du psychanalyste Schafer (1988), la théorie psychanalytique a traité les affects comme des entités indépendantes dont le moi ou le soi ont à s'accommoder. Il importe de les réintégrer comme quelque chose qui vient de soi et qui contribue à la définition de l'identité:

Nous pensons aux affects comme à quelque chose qui va et qui vient; nous pensons: soit qu'ils submergent, soit qu'ils soutiennent ou soit qu'ils enrichissent. Nous croyons que nous les contenons, que nous nous en débarrassons par la catharsis.[...] Même lorsqu'on les envisage sous l'angle métapsychologique, on n'en continue pas moins de dire fréquemment que les affects empiètent sur le moi et qu'il faut y faire face comme à quelque chose de différent. Il s'agit là d'une perception qui fait de la personne quelqu'un qui, par rapport aux affects, est tout à la fois passif et réactif. (142)

Les thérapeutes n'hésitent pas à soulever des questions concernant les raisons pour lesquelles quelqu'un éprouve tel ou tel sentiment ou ce qui fait que telle personne prend ses dispositions afin d'éprouver ou non le sentiment en question. Ce faisant, mentionne Schafer (1988, 142), «les aidants font litière de ce qui est désaveu de la personne et de ses affects». Les théoriciens de la réconciliation cognition-affect tendent à éviter ce désaveu en posant l'identité comme un tout (fait de moi et de soi) au service duquel les affects confirment l'être-en-soi du sujet par rapport à autrui.

Mentionnons que pour Freud, l'affect avait fonction de signal, non seulement pour les autres mais d'abord pour le sujet qui l'éprouve, qu'il soit aidant ou aidé. À ce titre, on devrait se soucier, dans les écoles de formation en psychothérapie, de mettre l'accent sur le développement de la capacité d'empathiser envers soi-même autant qu'envers les autres.

Bien que le concept d'empathie soit un concept essentiellement psychologique dont la psychanalyse a tendance à se tenir loin (au cas où cela constituerait de l'identification projective, de la contagion émotionnelle ou un phénomène de contre-transfert!), il reste qu'il existe des moyens simples pour rendre les intervenants en santé mentale plus conscients d'eux-mêmes, de leurs émotions et de leur rapport à autrui. On peut en effet les éclairer sur ce qu'ils projettent émotionnellement, particulièrement au plan du langage non verbal. On peut leur apprendre à décoder les affects d'autrui en s'aidant de leurs propres mouvements corporels, par exemple, en imitant la mimo-gestualité et les postures d'autrui afin de faire naître en soi des affects spécifiques, susceptibles de laisser émerger des représentations d'affects adaptées du monde émotionnel d'autrui.

Rappelons que c'est l'approche éthologique qui se profile derrière la découverte du phénomène de l'«échoïsation». Ce type d'approche facilite l'analyse objective des comportements spontanés d'imitation (par opposition aux comportements provoqués expérimentalement), via

l'observation vidéoscopique (Brunel et Cosnier, 1995; Cosnier et Brunel, 1994). C'est particulièrement lors de l'activité d'autoscopie différée que la mise à jour des activités mentales de prise de perspective – aussi bien que la remémoration des représentations d'affects dans l'interaction – est possible. À ce titre, il vaut la peine qu'en santé mentale on s'intéresse à cette approche car elle facilite l'apprentissage de l'empathie et de la congruence, deux conditions de base en relation d'aide.

RÉFÉRENCES

- ARDNT, H., JANNEY, R.W., 1991, Verbal, prosodic and kinesic emotive contrasts in speech, *Journal of Pragmatics*, 521-549.
- ARGYLE, M., DEAN, J., 1965, Eye-contact, distance and affiliation, *Sociometry*, 28, 289-304.
- AUCLIN, A., 1991, Le bonheur conversationnel: émotions et cognitions dans le discours et l'analyse du discours, *Cahiers de Linguistique Française*, 12, 45-69.
- AVERILL, J.R., 1982, *Anger and Aggression: An Essay on Emotion*, Springer, New York.
- AVERILL, J.R., 1980, The emotions, in Straub, E., ed., *Personality: Basic Aspects and Current Research*, Prentice-Hall, Englewood Cliffs.
- BATESON, G., 1972, *Steps to an Ecology of Mind*, Ballantine, New York.
- BERLYNE, D.E., 1960, *Conflict, Arousal and Curiosity*, McGraw-Hill, New York.
- BLOCH, S., 1993, ALBA Emoting: a Physiological technique to help actors create and control real emotions, *Theatre Topics*, 3, 2, 2121-2138.
- BLOCH, S., 1987, Approches pluridisciplinaires de l'émotion. Modèles effecteurs des émotions fondamentales: relation entre rythme respiratoire, posture, expression faciale et expérience subjective, *Bulletin de Psychologie*, XXXIX, 377, 843-845.
- BLOCH, S., PAULET, S., LEMEIGNAN, M., 1994, Reproducing emotion-specific effector patterns: a bottom-up method for inducing emotions, in Frida, N.H., ed., *Proceedings of the VIIIth Conference of the International Society for Research on Emotions*, ISRE Publications, Storrs, USA, 194-199.
- BRUNEL, M.-L., COSNIER, J., 1995, *Les interactions sociales: entre émotion et cognition, le processus empathique*. Communication-affiche présentée dans le cadre des XXV^e journées d'études de l'Association de Psychologie Scientifique de Langue Française, Coïmbra, Portugal.

- CANNON, W.B., 1927, The James-Lange theory of emotion : a critical examination and an alternative theory, *American Journal of Psychology*, 39, 106-124.
- COSNIER, J., 1994, *Psychologie des émotions et des sentiments*, Retz, Paris.
- COSNIER, J., 1992, Synchronisation et copilotage de l'interaction conversationnelle, *Protée*, 20, 2, 33-39.
- COSNIER, J., 1982, Communication et langage gestuel, in Cosnier, J., Kerbrat-Orecchioni, C., éd., *Les voies du langage*, Dunod, Paris, 255-304.
- COSNIER, J., BOURGAIN, D., 1993, Introduction in Pléty, R., *Éthologie des communications humaines. Aide-mémoire méthodologique*, ARCI, Presses Universitaires de Lyon, Lyon, 7-18.
- COSNIER, J., BROSSARD, A., 1984, *La communication non verbale*, Delachaux et Niestlé, Neuchatel.
- COSNIER, J., BRUNEL, M.-L., 1994, Empathy, micro-affects and conversational interactions, in Frigda, N. H., ed., *Proceedings of the VIIIth Conference of the International Society for Research on Emotions*, ISRE Publications, Storrs, USA., 237-241.
- COSNIER, J., VAYSSE, J., 1992, La fonction référentielle du langage, *Protée*, 20, 2, 40-47.
- COWAN, P.A., 1982, The relationship between emotional and cognitive development, *New Directions for Child Development*, 16, 49-81.
- DANTZER, R., 1988, *Les émotions, Que sais-je?*, Presses Universitaires de France, 2380, Paris.
- DARWIN, C., 1872/1965, *The Expression of Emotions in Man and Animals*, University of Chicago Press, Chicago.
- DE LANNOY, J.-D., FEYEREISEN, P., 1987, *L'éthologie humaine, Que sais-je?*, Presses Universitaires de France, 2339, Paris.
- DENZIN, N.K., 1984, *On Understanding Emotion*, Jossey-Bass, San Francisco.
- ECKMAN, P., 1989, L'expression des émotions, in Rimé, B., Scherer, K.R., éd., *Les émotions*, Delachaux et Niestlé, Neuchatel, 183-201.
- EKMAN, P., 1972, Universal and cultural differences in facial expression of emotions, in Cole, J., ed, *Nebraska Symposium on Motivation*, 19, 207-283.
- EKMAN, P., FRIESEN, W.N., 1967, The repertoire of non-verbal behavior, *Semiotica*, 1, 49-98.
- EKMAN, P., LEVENSON, R., FRIESEN, W.N., 1983, Autonomic nervous system activity distinguishes between emotions, *Science*, 221, 1208-1210.

- FEHR, B., RUSSELL, J.A., 1984, Concept of emotion viewed from a prototype perspective, *Journal of Experimental Psychology*, 113, 464-486.
- FISHER, K.W., SHAVER, P.R., CARNOCHAN, P., 1990, How emotions develop and how they organize development, *Cognition and Emotion*, 4, 81-127.
- FREUD, S., 1919/1969, *Essais de psychanalyse*, Payot, Paris.
- FRIGDA, N.H., 1994, ed., Proceedings of the VIIIth Conference of the *International Society for Research on Emotions*, ISRE Publications, Storrs, USA.
- FRIJDA, N.H., 1993, *The Emotions*, Cambridge University Press/Éditions de la Maison des Sciences de l'Homme, 3^e édition, Cambridge/ Paris.
- FRIJDA, N.H., 1989, Les théories sur les émotions, in Rimé, B., Scherer, K.R., eds., *Les émotions*, Delachaux et Niestlé, Neuchatel, 21-72.
- FRIJDA, N.H., 1982, The meanings of facial expression, in Ritchie-Kye, M., ed, *Non-Verbal Communication Today: Current Research*, Mouton, The Hage, 103-120.
- GOFFMAN, H., 1973, *La mise en scène de la vie quotidienne*, vol.1 – *La présentation de soi*, Éditions de Minuit, Paris.
- GORDON, S.L., 1981, The sociology of sentiments and emotions, in Rosenberg, M., Turner, R.H., eds, *Social Psychology: Sociologic Perspectives*, Basic Books, New York, 562-592.
- GREEN, A., 1973, *Le discours vivant: la conception psychanalytique de l'affect*, Presses Universitaires de France, Paris.
- HALL, E.T., 1978, *La dimension cachée*, Seuil, Paris.
- HARTFIELD, E., CACIOPPO, J.T., RAPSON, R.L., 1994, *Emotional Contagion*, Cambridge University Press / Maison des Sciences de l'Homme, Cambridge/Paris.
- HAYNAL, A., 1986, Pulsions et affects, in *Les actes du deuxième Symposium de la Fédération Européenne de Psychanalyse*, 109-158.
- HEISE, D. R., 1979, *Understanding events: Affects and the Construction of Social Action*, Cambridge University Press, Cambridge.
- HOCHSCHILD, A.R., 1979, Emotion work, feeling rules and social structures, *American Journal of Sociology*, 85, 3, 551-575.
- IRIGARAY, L., 1967, Approche d'une grammaire d'énonciation de l'hystérique et de l'obsessionnel, *Langage*, 5, 99-109.
- IZARD, C.E., 1984, Emotion-cognition relationships and human development, in IZARD, C.E., Kagan, J., Zajonc, R.B., eds., *Emotion, Cognition and Behavior*, Cambridge University Press, Cambridge.

- IZARD, C.E., 1977, *Human Emotions*, Plenum Press, New York.
- IZARD, C.E., 1971, *The Face of Emotion*, Appleton-Century-Crofts, New York.
- JAMES, W., 1890/1967, Principles of psychology, in Lange, C.G., James, W., eds., *The Emotions*, Hafner, New York.
- JAMES, W., 1884, What is an emotion?, *Mind*, 9, 188-205.
- KAGAN, J., 1978, On emotion and its development: a working paper, in M. Lewis, M., Rosenblum, B., eds, *The Development of Affect*, Plenum Press, New York.
- KEESING, R., 1976, *Cultural Anthropology: A Contemporary Perspective*, Holt, Rinehart and Winston, New York.
- KEMPER, T.D, 1978, *A Social Interactional Theory of Emotions*, Wiley, New York.
- KERBRAT-ORECCHIONI, 1990, *Les interactions verbales*. Tome I: Armand Colin, Paris.
- KIROUAC, G., 1989, *Les émotions*, monographie de psychologie #8, Presses de l'Université du Québec, Québec.
- LANGE, C.G., JAMES, W., 1967, *The Emotions*, Hafner, New York.
- LAZARUS, R.S., 1984, On the primacy of cognition, *American Psychologist*, 37, 1019-1024.
- LEVENTHAL, H., 1984, A perceptual-motor theory of emotion, *Experimental Social Psychology*, 17, 117-182,
- LEWIS, M., MICHAELSON, L., 1983, *Children's Emotions and Moods*, Plenum Press, New York.
- MACKINNON, N.J., 1994, *Symbolic Interactionism as Affect Control Theory*, State University of New York Press, New York.
- MANDLER, G., 1984, *Mind and Body: Psychology of Emotion and Stress*, Norton, New York.
- MANDLER, G., 1975, *Mind and Emotion*, Norton, New York.
- MEAD, G.H., 1934, *Mind, Self and Society*, University of Chicago Press, Chicago.
- MEHRABIAN, A., 1972, *Non Verbal Communication*, Aldine-Atherton, Chicago.
- NISBETT, R.E., WILSON, T.D., 1977, Telling more than we can know: verbal reports on mental process, *Psychological Review*, 84, 231-259.
- PAGÈS, R., 1993, *Psychothérapie et complexité*, Desclée de Brower, Bruxelles.

- PAGÈS, R., 1986, *Trace ou sens, le système émotionnel*, Hommes et groupes, Paris.
- PIAGET, J., 1961, *Les relations entre intelligence et affectivité chez l'enfant*, C.D.U., Paris.
- PIDERIT, T., 1867, *Mimik und Physiognomik*, cité dans De Lannoy, J.D., Feyreisen, P., 1987, *L'éthologie humaine*, 87.
- PLÉTY, R., éd., 1993, *Éthologie des communications humaines. Aide-mémoire méthodologique*, ARCI, Presses Universitaires de Lyon, Lyon.
- PLUTCHICK, R., 1980, *Emotion: A Psychoevolutionary Synthesis*, Harper and Row, New York.
- PLUTCHICK, R., 1970, Emotions, evolution and adaptative processes, in Arnold, M.B., ed, *Feelings and Emotions*, Academic Press, New York.
- REICH, W., 1978, *Reich parle de Freud*, Payot, Paris.
- RIMÉ, B., 1989, Le partage social des émotions, in Rimé, B., Scherer, K.R., eds., *Les émotions*, Delachaux et Niestlé, Neuchatel, 271-303.
- RIMÉ, B., SCHERER, K.R., éd., 1989, *Les émotions*, Delachaux et Niestlé, Neuchatel.
- ROSEMAN, I.J., 1994, Emotions and emotion families in the emotion system, in Frigda, N. H., ed., *Proceedings of the VIIIth Conference of the International Society for Research on Emotions*, ISRE, Storrs, USA, 171-175.
- ROYCE, J.R., DIAMOND, S.R., 1980, A multifactor-system dynamic theory of emotion: cognition-affective interaction, *Motivation and Emotion*, 4, 263-298.
- SARTRE, J.P., 1965, *Esquisse d'une théorie des émotions*, Herman, Paris.
- SCHACHTER, 1964, On the nature and function of emotion: a component process approach, in Sherer, K. R., Ekman, P., eds, *Approaches to Emotion*, Lawrence Erlbaum, Hillsdale, 293-317.
- SCHAFER, R., 1988, *L'attitude analytique*, Presses Universitaires de France, Paris.
- SCHERER, K.R., 1989, Les émotions: fonctions et composantes, in Rimé, B., Scherer, K. R., eds., *Les émotions*, Delachaux et Niestlé, Neuchatel, 96-133.
- SCHERER, K.R., 1984, On the nature and function of emotion: a component process approach, in Scherer, K.R., Ekman, P., eds., *Approaches to Emotion*, Lawrence Erlbaum, Hillsdale, 243-318.
- SCHERER, K.R., WALLBOTT, H.G., SUMMERFIELD, A.B., 1986, *Experiencing Emotion: A Cross Cultural Study*, Cambridge University Press, Cambridge, 257-259.

- SHOTT, S., 1979, Emotion and social life: a symbolic interactionist perspective, *American Journal of Sociology*, 84, 1314-1334.
- SMITH-LOVIN, HEISE, D. R., 1988, eds., *Analysing social interaction: Advances in affect control theory*, Gordon and Breach, New York.
- STRONGMAN, K.T., 1987, *The Psychology of Emotion*, John Wiley, Chichester.
- TOMKINS, S.S., 1981, The quest for primary motives: biography and autobiography of an idea, *Journal of Personality and Social Psychology*, 41, 306-329.
- TROGNON, A., LARRUE, J., 1988, Les représentations sociales dans la conversation, *Connexions*, 1, 51-70.
- ZAJONC, R.B., 1980, Feeling and thinking: preference need no inferences, *American Psychologist*, 35, 151-175.

ABSTRACT

The place of emotions in psychology and their role in conversation

This article first looks at research to date concerning the psychology of emotions by providing a brief overview of the classic theories, particularly the James/Cannon debate as well as the different approaches to defining emotions, their functions and their components. The author then presents the various theories that prioritize either cognition, emotion or a reconciliation between cognition and emotion. Also, the author stresses the importance of analyzing non-verbal language used while interacting during a conversation, namely in the field of therapy which is a privileged forum for sharing emotions. Followed is a brief outline of the benefits of the ethological approach. When candidates are being trained for a support role, this approach – particularly during the feedback phase – facilitates access to representations linked to affects, as well as to the reviviscence of affects associated to both partners in the exchange.