

Colloque international sur les émotions, Paris, 1987,
Laboratoire européen de psychologie sociale des Sciences
de l'Homme.

EXPRESSION ET RÉGULATION DES ÉMOTIONS
DANS LES INTERACTIONS DE LA VIE QUOTIDIENNE

J. Cosnier

1. Introduction. Définition et problèmes généraux

Il est banal de constater qu'"émotion" est un terme de définition difficile bien que d'usage courant. Cette absence de définition précise et opérationnelle ne permet généralement pas de délimiter clairement sa valeur sémantique par rapport à d'autres termes tels: affects, sentiments, humeur, l'ensemble étant placé sous l'étiquette "affectivité" (vs la "Cognition)~

D'une façon empirique, l'"Émotion" est cependant caractérisée par plusieurs facettes (Scherer 1984) (1) et il est classique de lui reconnaître au moins trois composantes:

- un éprouvé subjectif qui permet d'en distinguer plusieurs types, dont les "émotions primaires" au nombre de 6 à 12: la Colère, la Peur, la Joie, la Tristesse, etc. . .

- des manifestations corporelles végétatives

- des manifestations comportementales observables, les unes plutôt expressives : mimiques, gestualité, postures, les autres plutôt réactives : actions et comportements finalisés

Remarquons que, parmi les manifestations comportementales, sont mentionnées des réactions

motrices, mais pratiquement jamais des manifestations verbales en tant que telles.

Cette omission des réactions verbales dans les définitions et les recherches sur l'émotion paraît curieuse, la parole semblant en effet dans les interactions sociales avoir des rapports multiples et fréquents avec les émotions. Il pourrait y avoir cependant deux explications à cette situation: la première est que souvent l' "émotion" est considérée dans l' optique de la Psychologie classique . centrée sur l' individu et ses compétences générales, mais peu sur l'interaction et les performances concrètes ; la seconde, que la verbalisation est généralement placée du côté de la cognition, tandis que l'émotion est du côté de l'affectivité. Les discussions récentes sur les fonctions des hémisphères cérébraux reprennent sous une forme plus moderne ces idées plutôt anciennes.

Pourtant, le rôle de la parole avait déjà été souligné particulièrement en Psychanalyse, et celui de l'interaction en microsociologie. On peut rappeler ici les idées de S. Freud et J. Breuer au moment de la découverte de la psychanalyse (1895). Ces auteurs avaient remarqué que des patients hystériques, placés dans un état pré-hypnotique, étaient capables de revivre des états émotionnels primitifs et que la verbalisation précise de leurs sentiments et des souvenirs qui leur étaient attachés, avait la vertu de faire disparaître les symptômes et l'angoisse. Ce procédé, dénommé significativement "talking cure" par leur célèbre patiente Anna O., fut, comme on le sait, à l'origine de la Psychanalyse. Celle-ci a par la suite pris la forme d'une thérapie exclusivement verbale mais continue à déclarer que la re liaison des souvenirs refoulés à des "représentations de mots" permet d'organiser et de réguler les affects et de débarrasser le patient de ses handicaps inconscients.

On sait aussi que certains successeurs de Freud, comme Reich, mirent particulièrement l'accent sur la catharsis émotionnelle, donnant à la parole un rôle plus secondaire que dans la psychanalyse classique.

Les thérapies à "médiation corporelle" ou "émotionnelle" qui en dérivent ont aujourd'hui un regain d'actualité et, dans deux de leurs formes les plus élaborées, "Gestalt" et "Bioénergie", les exemples de liaison des émotions et de la parole sont quotidiens.

En fait, il paraît aujourd'hui évident pour tout clinicien que la parole et l'émotion ont des relations multiples, complexes et quasi-permanentes, que ce soit dans le déclenchement, dans la décharge ou dans la maîtrise des états dits "émotionnels".

Placé dans une situation nouvelle, chaque individu réagira sur trois plans : Verbal, Moteur et Viscéral. Ces réactions interagissent les unes sur les autres et selon les individus, la Parole jouera dans ces processus un rôle homéostatique plus ou moins efficace. Ces aspects ont été particulièrement soulignés par les psychosomaticiens ("Pensée opératoire" de l "'Ecole de Paris" et "alexithymie" des auteurs américains) (2).

Mais à ce rôle dans la régulation émotionnelle intrapersonnelle, s'ajoute celui joué par la parole dans la régulation interpersonnelle, ainsi que le laissent prévoir les travaux de la microsociologie et de l'ethnométhodologie contemporaines. Les ritualisations et les codifications de la vie sociale constituent des techniques comportementales pour maîtriser les émotions en présence d'autrui et pour aider ce dernier à contenir ses émotions dans des limites reconnues comme culturellement convenables, et, parmi les instruments régulateurs, la parole semble tenir une place de premier plan. Aristote avait déjà souligné cette relation du contrôle émotionnel avec l'organisation sociale, et

Elias (1977) a pu soutenir que l'histoire de la civilisation se confond avec l'histoire du contrôle de l'affect. Pour discuter plus avant des rapports de l'émotion, de la parole et de l'interaction, j'envisagerai les résultats d'une recherche récente promue par le Laboratoire Européen de Psychologie Sociale (3).

2. Les résultats de la recherche du groupe "Émotions dans l'Interaction Sociale"

Cette recherche a été menée dans le cadre d'un projet interculturel et comparatif sur le rôle des émotions dans l'interaction sociale.

Les sujets étaient soumis à un questionnaire écrit par lequel ils étaient invités à décrire des événements qui auraient provoqué chez eux des émotions de Joie, de Peur, de Colère et de Tristesse. On leur demandait également de définir la manière dont ils avaient réagi à ces événements sur les plans physiologique, moteur, expressif et comportemental, ainsi que la manière dont ils avaient pu contrôler ou réguler leurs émotions.

Nous en rapporterons quelques aspects qui concernent notre propos actuel.

2.1. L'interaction et le déclenchement de l'émotion

La codification précise élaborée pour quantifier les items des situations déclenchantes fait apparaître les situations d'interaction comme facteurs prédominants dans le déclenchement des différentes émotions.

Les interactions jouent un rôle important dans la Colère, la Tristesse et la Joie, et même dans la Peur.

Dans 55 % des cas, la parole est présente dans les circonstances de déclenchement de l'émotion. Au total

l'importance de la parole est la suivante par rang décroissant : 1. Colère, 2. Joie, 3. Tristesse, 4. Peur.

La Peur se situe loin derrière les trois premières, ce qui s'explique par la solitude fréquente du sujet dans les situations où apparaît cette émotion.

2.2. La Parole et l'expression des émotions

Les données concernant la parole dans l'expression émotionnelle ont été spécialement apportées par les réponses à la question "What did you say?"

Les réponses paraissent ainsi être de trois types :

- pas de réactions verbales mentionnées ou "rien"
- des exclamations
- des phrases ou des propositions plus ou moins longues.

La distribution de ces trois types de réponses fait apparaître deux groupes d'émotions : celles où les "discussions" sont nombreuses : "émotions bavardes" : Colère et Joie, et celles où les absences de paroles sont fréquentes : "émotions silencieuses", en premier lieu la Peur, puis la Tristesse.

Une étude plus qualitative de la forme et du contenu des réponses montre aussi les faits suivants :

a) les absences de réactions verbales peuvent avoir deux significations :

- la première, c'est que le vécu émotionnel et les modes réactionnels physiologiques et moteurs bloquent l'énonciation verbale. C'est sans doute ce qui se passe souvent dans la Tristesse et la Peur.

- la seconde est liée à la situation antécédente : les émotions "solitaires" comme la Peur ne prédisposent pas à la verbalisation en l'absence d'interlocuteur.

b) les exclamations : cette catégorie comprend les exclamations et interjections proprement dites qui sont

classiquement des expressions émotionnelles caractéristiques ("voice emblems" de K. Scherer). Mais on peut aussi observer, superposées à la fonction expressive, d'autres fonctions possibles. Par exemple : appel à autrui : au secours" injonction : "arrête", "vas-y".

Ces "exclamations" à valeur relationnelle possèdent donc autant une valeur opératoire autant qu'expressive. À cela s'ajoutent aussi les adresses laudatives : "bravo" et agressives : injures diverses.

Il y aurait donc des exclamations "expressives" et des exclamations "relationnelles". Les premières sont fréquentes surtout dans la Joie et la Peur, les secondes dans la Colère (exclamations relationnelles agressives) et dans la Peur (exclamations relationnelles opératoires).

c) les discussions comprennent des réponses de plusieurs types.

- la "décharge émotionnelle" verbale : le sujet éprouve le besoin de parler ; le cas typique en est la décharge expressive souvent incoercible de la Colère ;

- le "partage avec autrui" : c'est un mode de décharge qui tend à faire partager un état émotionnel à autrui, cas fréquent dans la Joie et parfois dans la Tristesse.

Enfin d'autres formes peuvent aussi être relevées : ironie, blagues, argumentations, que nous reprendrons en traitant du "Contrôle".

2.3. La régulation et le contrôle

Le plan du questionnaire correspond à une logique linéaire : commençant par les "antécédents" puis questionnant sur les "réactions" et finalement sur le "contrôle". Pour ce dernier deux aspects sont considérés: a) l'intensité et le mode de contrôle des réactions verbales, b) l'intensité et le mode de contrôle des réactions non verbales.

Cette conception comporte à l'évidence une simplification ou idéalisation théorique porteuse d'ambiguïtés, car la "régulation" peut se manifester à la fois au niveau intra-individuel et au niveau inter-individuel (homéostasie individuelle - homéostasie sociale).

Or certaines réponses classées dans les "réactions" ont sans doute un rôle dans l'homéostasie individuelle et servent d'une certaine façon à la régulation, ainsi les "réactions expressives de décharge" décrites plus haut. D'autre part, il apparaît nettement dans les réponses, que ce soit à la question "Qu'avez-, vous dit ?" ou aux questions sur le Contrôle, que toutes les manifestations sont nettement conditionnées par les convenances et donc liées à l'homéostasie sociale (ou interindividuelle). Les deux aspects sont intimement mélangés. Par ailleurs, l'activité verbale peut être considérée de deux manières : soit comme objet de la régulation (c'est le sens de la question sur le contrôle verbal), mais aussi comme instrument lui-même de la régulation, le sujet utilisant par exemple l'activité parolière pour réduire la tension corporelle ou pour camoufler ses sentiments.

Ainsi avons-nous été conduits à distinguer deux aspects :

- le contrôle de l'expression verbale
- l'expression verbale comme instrument de contrôle.

Le contrôle de l'expression verbale :

La comparaison des moyennes d'intensité du contrôle pour chaque émotion montre que l'émotion la moins contrôlée est la Joie, que la plus contrôlée est la Colère avec la Peur et la Tristesse en intermédiaires.

Mais l'étude de l'interaction montre aussi une relation avec la nature sociale de la situation.

Le contrôle de la verbalisation croit proportionnellement au nombre de personnes impliquées dans la situation, de plus il augmente avec les

familiers particulièrement dans la Tristesse et la Colère. Comme on pouvait s'y attendre les efforts du contrôle verbal augmentent avec l'importance de l'expression verbale émotionnelle, particulièrement dans le cas de la Colère qui s'avère donc à la fois être l'émotion la plus "bavarde" et la plus difficile à contrôler.

Il est intéressant: de remarquer que le contrôle des manifestations non verbales varie dans le même sens ; le contrôle du Verbal et celui du Non-Verbal sont d'ailleurs très positivement corrélés ($r = .60$ pour la Joie, $.51$ pour la Tristesse, $.52$ pour la Peur, $.47$ pour la Colère). En outre, par l'étude qualitative des réponses aux questions : "Qu'avez-vous fait pour contrôler ce que vous disiez ?" et "Qu'avez-vous fait pour contrôler vos réactions non-verbales ?", nous avons essayé d'inventorier les mécanismes invoqués, et nous avons relevé les catégories suivantes en ce qui concerne la régulation de l'expression parolière.

a) La répression : le contrôle de la parole se fait par une tentative de maîtrise soit directe sur la voix, la syntaxe ou la **sémantique**, soit indirecte par la maîtrise corporelle.

Les exemples de répression parolière sont variés : "*en dire le moins possible*", "*expliquer calmement*", "*atténuer de plus en plus le son de ma voix*", "*dire le minimum de mots*", "*essayer de ne pas être grossière*", "*ne pas employer de mots en rapport avec l'énervement*", "*ne pas parler de façon trop brutale*".

Les exemples de répression corporelle : "*j'ai retenu mes larmes*", "*j'ai serré les dents*", peuvent apparaître ici, mais sont en général plus fréquemment cités pour le contrôle du non-verbal comme nous le verrons plus loin.

La répression est invoquée dans 40% des cas de Colère, 10% de Tristesse, 5 % de Joie et 4 % de Peur.

b) La dérivation : sous ce terme nous avons regroupé les mécanismes de détournement de la parole, de l'activité mentale ou de l'activité corporelle.

Les exemples : "*J'ai parlé d'autre chose*", "*j'ai parlé de l'avenir*", "*je me suis plongé dans la lecture*", "*je suis allé au cinéma*".

Nous semble apparentée l'activité cognitive : les sujets concentrent leur attention sur ce qu'ils font, ou "*se raisonnent*"

Ces mécanismes se trouvent : 10 % dans la Tristesse, 6 % dans la Peur, 8 % dans la Colère et 2 % dans la Joie.

c) Enfin à des pourcentages inférieurs à 5 % on trouve :

- l'évitement et la fuite ("*je suis parti*", "*j'ai essayé de ne pas le regarder*") ;
- le "camouflage" ou l'inversion d'affect ("*j'ai caché mes sentiments*" ; dans la Peur et la Colère : "*j'ai souri*", "*j'ai plaisanté*", "*j'ai essayé de prendre une attitude indifférente*") ;
- la neutralisation par les conventions : refuge dans des banalités conversationnelles, remerciements, congratulations, condoléances ;
- l'activité physiologique : boire, contrôler sa respiration ;
- la "décharge" : activité parolière intense ;
- "la relation à autrui" : partage de sentiment, recherche de compréhension, demande d'aide.

3. Emotions et/ou affects ?

3.1. Les données précédentes nous ont en apparence permis de mieux cerner le problème des émotions dans les interactions sociales. Cependant une question s'impose : dans quelle mesure ces données rendent-elles compte de la vie affective dans les interactions sociales quotidiennes ?

Les émotions "primaires" comme celles décrites dans la recherche précédente font en effet partie à l'évidence de la vie quotidienne, cependant on ne peut dire qu'elles sont des phénomènes quotidiens. Il est très improbable que, répondant à un questionnaire (soit par écrit, soit par oral comme nous l'avons observé depuis), un sujet déclare vivre chaque jour toutes les émotions citées. Chaque exemple recueilli évoque un souvenir précis et bien localisé dans l'espace et dans le temps : on ne peut dire que les émotions primaires soient exceptionnelles, mais elles sont néanmoins plutôt rares.

L'hypothèse serait alors que dans la quotidienneté les manifestations affectives seraient d'intensité moindre bien que de même nature : les affects habituels seraient des "microémotions", que l'on pourrait qualifier de "subliminaires" dans la mesure où elles ne laisseraient pas de traces mnésiques à moyen ou à long terme.

Pour éclairer notre propos j'examinerai quelques questions suggérées par l'étude de situations d'interaction de face à face du type "conversation", "entretien clinique" et "interview".

3.2. Continuité ou discontinuité ?

Une première interrogation est celle de la continuité ou de la discontinuité des affects lors d'une interaction : quand deux personnes sont en présence et coopèrent dans une interaction de face à face, existe-t-il un flot affectif continu chez chacune d'elles, ou les "poussées" affectives ne surviendraient-elles qu'à certains moments ?

Un élément de réponse pourrait nous être fourni par les indices physiologiques : réaction psychogalvanique, rythme cardiaque...

Nous avons, il y a quelques années eu l'occasion, avec G. Dahan, K. Bekdache (4), d'étudier les enregistrements polygraphiques (voix, motricité globale, réaction électrodermale) d'entretiens et de conversations.

Si l'on admet que c'est la réaction électrodermographique (RED) qui reflète le plus directement les réactions végétatives et donc constitue un indice physiologique des réactions affectives, il est intéressant de remarquer :

- que les RED ne sont pas constantes mais surviennent en effet à des moments précis où le contexte est généralement chargé en évocations-représentations concernant le passé intime, le narcissisme, ou une difficulté particulière du sujet ;

- que les RED peuvent être liées au propre discours du sujet, ou au discours de son partenaire ;

- que les RED peuvent apparaître isolément mais le plus souvent seront accompagnées de parole et/ou de mouvement. Ceux-ci paraissent avoir d'ailleurs une action modératrice sur la RED (phénomène du "balancement").

Ainsi à première vue, les "poussées" ou "phases" affectives seraient discontinues et liées de façon privilégiée à certaines représentations au cours de la chaîne co-associative. Mais, bien que la RED soit depuis longtemps associée par les chercheurs à l'émotivité, le lien entre les deux phénomènes est encore objet de discussion : la RED serait en fait liée (5) à la réaction émotionnelle par la médiation d'une augmentation de la vigilance, elle-même liée à une

réaction affective, d'autre part on sait aussi que toutes les émotions ne se traduisent pas par les mêmes variations physiologiques périphériques (6). On ne peut donc affirmer que l'on a bien par ce procédé un reflet exhaustif des activités émotionnelles, cependant il fournit une présomption solide de la nature phasique des "microémotions" interactionnelles.

3.3 Variabilité, style et humeur de base

Il faut aussi remarquer d'importantes différences individuelles dans ce que nous avons appelé l'organisation verboviscéro-motrice, c'est-à-dire la distribution de ces différents niveaux de réactivité selon les individus : certains sont très verbalisés et motorisés, d'autres peu, et sur le plan des réactions végétatives il en est de même : toutes les combinaisons sont possibles.

Si l'on ajoute qu'outre cet aspect distributionnel quantitatif, chacun aura aussi des spécificités qualitatives en ce qui concerne la nature de ses gestes, mimiques, postures et qualités vocales, on peut aisément s'attendre à ce qu'il ait un certain "style" et qu'il provoque (indépendamment de la sémantique de son discours) des connotations correspondantes chez ses interlocuteurs. Connotations de "sympathie" ou d'"antipathie" mais aussi, comme nous l'avons abordé avec C. Rouby (7) en utilisant la méthode du différenciateur sémantique d'Osgood, des connotations du type "actif-passif", "bon-mauvais", "dominant-dominé" (ajoutons que ces problèmes de connotation sont complexes dans la mesure où l'étude séparée des voix et des gestes peut faire apparaître des discordances entre les deux canaux. Les connotations de la totalité se rapprochent généralement plus de celles de la gestualité). Quoi qu'il en soit, chacun a une "personnalité" et à une période donnée est sujet à une "humeur"

(déprimée, euphorique, etc...), concept très utilisé en psychiatrie.

On voit donc une nouvelle question surgir. Si l'on admet, comme au paragraphe précédent, qu'au cours d'une chaîne interactive apparaissent à certains moments précis des émergences affectives accompagnées par des manifestations végétatives et, on peut le supposer (et le vérifier de nombreuses fois), par des manifestations vocales et motrices correspondantes, on doit admettre que ces manifestations comportementales non seulement sont liées à l'affect momentané mais contribuent aussi à définir un mode existentiel plus global et plus permanent qui entre également dans le champ de la vie affective.

Il y aurait donc une superposition de phénomènes affectifs phasiques et de "dispositions" affectives plus globales et durables imposant un certain style à l'expression des premiers.

3.4. Retour à l'interaction conversationnelle

Après les différentes considérations précédentes, il convient de revenir à une approche plus analytique, voire micro-analytique, de l'interaction conversationnelle pour essayer d'y préciser la place et le statut de l'affect (conçu comme "moment existentiel").

Deux voies d'approche semblent s'offrir : l'une objective où le chercheur travaille sur le corpus enregistré (dans notre cas il s'agit toujours d'enregistrements vidéo), l'autre subjective où le chercheur recueille les appréciations des sujets eux-mêmes en situation d'autoscopie différée.

- approche objective :

Sans le secours des indices physiologiques (mentionnés précédemment), comment le conversationnaliste peut-il aborder l'aspect affectif de l'interaction ? Évidemment en se basant sur les trois types de paramètres qui sont à sa portée : verbaux, vocaux et gestuels.

Il serait banal d'insister sur le fait que la survenue d'une phase émotionnelle peut se déduire des indices vocaux (8), de troubles de la chaîne verbale et de modifications comportementales (mimiques, gestes et postures). Mais j'ajouterai deux remarques.

1) Sur le rôle de la gestualité et de l'émotion. Nos recherches personnelles (9) sur la gestualité communicative nous ont convaincu :

- a) qu'on ne peut parler sans bouger ;
- b) qu'on ne bouge pas n'importe comment mais en accord avec les codes culturels ;
- c) que cependant une bonne partie de cette gestualité (en particulier ce que nous nommons paraverbaux, les changements de posture et les gestes autocentrés) est plus utile au locuteur qu'au récepteur ;
- d) que cette gestualité "énonciative" a donc d'autres fonctions que de transmettre un message ;
- e) que ces fonctions sont très probablement :
 - la facilitation cognitive
 - la maîtrise émotionnelle.

L'hypothèse de la facilitation cognitive est basée sur un certain nombre d'arguments qu'il n'y a pas lieu de reprendre ici (10).

Celle de la maîtrise affective est basée sur quelques constatations : le phénomène du balancement

déjà mentionné, la concomitance de gestes-mimiques-changements de postures et de phases affectives.

2) Les mimiques expressives ou/et régulatrices ?

Les mimiques faciales sont en principe l'indice le plus significatif de la présence, de la nature et de l'intensité de l'état émotionnel (11). Cependant l'on sait aussi que les mimiques peuvent être très facilement décontextualisées : les expressions de dégoût, colère, surprise, satisfaction peuvent être réalisées sans difficulté "à froid". Cette aptitude à la décontextualisation a prédisposé les mimiques émotionnelles à devenir des signaux conventionnels dont le plus banalement utilisé est le sourire. Il en résulte qu'au cours des interactions conversationnelles, une mimique expressive émotionnelle n'est pas forcément liée à la phase affective du locuteur, mais peut connoter simplement le contenu du discours, ou servir de signe métacommunicatif indiquant l'attitude à prendre vis-à-vis du discours (il en est souvent ainsi dans l'humour). Les mimiques faciales assurent donc très fréquemment des fonctions autres que l'expression du vécu affectif existentiel.

- approche subjective :

Si l'affect est essentiellement un paramètre existentiel, le procédé le plus simple pour l'aborder devrait être l'introspection du sujet lui-même.

On sait les difficultés d'une telle approche qui a montré ses limites dans la psychologie traditionnelle. Cependant l'étude que nous en avons faite, quoi que de portée très réduite, n'est pas sans intérêt.

Deux personnes ont été mises en situation d'interaction conversationnelle de face à face et ont

été enregistrées cinq minutes. Cependant, dans la première minute, elles ne savaient pas que l'enregistrement vidéo était déjà commencé, et dans la dernière minute, l'annonce qu'une faute technique rendait l'enregistrement nul leur faisait croire qu'elles n'étaient plus enregistrées. Ensuite chacune d'elles était confrontée séparément à son image et donnait un commentaire sur ses affects.

La bande était montrée trois fois : une première fois sans arrêt pour un commentaire général, la deuxième fois avec arrêt sur image après chaque tour de parole commandé par l'interviewer, la troisième fois avec arrêt sur image commandé par le sujet lui-même à chaque endroit où il avait ressenti un événement affectif : soit une accentuation d'un affect déjà présent, soit l'apparition d'un affect nouveau.

Tous ces commentaires étaient enregistrés en vidéo.

L'exploitation de ce matériel aboutit aux remarques suivantes :

Tout d'abord, bien sûr, la reconnaissance de moments marqués par des micro-affects "phasiques" mais avec une grande difficulté pour ne pas dire une incapacité totale à les nommer, leur description se faisant en termes d'action, intention ou cause plutôt qu'en termes de vécu.

Ensuite la révélation d'affects plus permanents et diffus : par exemple la "gêne" durant la phase d'enregistrement officiel, gêne contrariant les prises de parole et expliquant certains éléments de la gestualité (particulièrement autocentrée).

Enfin une grande différence entre les affects "affichés" et les affects auto-attribués a posteriori.

Le souci de la "face" et de la "présentation de soi" est un organisateur aussi important que le thème de la conversation lui-même.

4 Evaluation et conclusion

Les matériaux utilisés et les sujets abordés dans ce qui précède étant assez variés, voire hétérogènes, les commentaires possibles pourraient être très nombreux, aussi me limiterai-je plutôt à quelques interrogations et à quelques hypothèses qui me paraissent pertinentes pour qui s'occupe des interactions de face à face quotidiennes et que je livre à la discussion.

- 1er point : les affects des interactions sociales quotidiennes sont-ils des microémotions correspondant aux émotions primaires classiques?

Oui, bien sûr, parfois : puisque ces émotions surviennent dans la vie quotidienne (cf. 2), mais ces émotions caractéristiques sont relativement exceptionnelles et, s'il est vrai que parfois les sujets éprouvent des "micro-surprises", "micro-colères", "micro-peurs", etc..., la plupart du temps les affects sont d'un autre ordre et nécessitent un autre vocabulaire.

- 2ème point : en fait, ce vocabulaire est très riche : on peut l'évaluer de 300 à 400 adjectifs pour la langue française (nous en recensons déjà 50 rien que pour la lettre A ; Scherer en trouve 235 pour l'allemand, Averill 550 pour l'anglais).

Or on est frappé par le fait que ce vocabulaire ne paraît pas être spontanément disponible, que ce soit à l'évocation volontaire, dans le langage parlé ou dans un commentaire introspectif.

On pourrait avancer l'hypothèse que dans les situations de vie quotidienne l'expression de ces affects ne se fait donc pas usuellement par le canal verbal mais par le canal vocal et le canal mimo-posturo-gestuel, que ce soit pour qualifier le

référent du discours, ou la position du sujet par rapport au discours lui-même. Dans les situations de communication orale, le vocabulaire affectif serait essentiellement non verbal.

- 3ème point : la chaîne affective est-elle continue ou discontinue ?

Dans les interactions sociales quotidiennes du type interactions conversationnelles, plusieurs arguments convergent pour faire penser que les affects apparaissent de manière phasique, donc discontinue (cf. 3.2., 3.4.). Est-ce à dire que les interphases sont affectivement vides ?

Deux sortes de phénomènes paraissent les occuper. La première est la dimension attention-vigilance et ses variations, qui se traduit dans le vécu du sujet par "je suis intéressé beaucoup/un peu/pas du tout". La seconde est la "tonalité affective de base" : "attitude", "disposition", "humeur".

Ainsi on pourrait avancer que seraient en jeu dans les interactions quotidiennes à la fois des affects phasiques et des affects toniques. Les premiers discontinus, les seconds continus obéissant à des fluctuations plus lentes et modalisant l'expression des premiers, les premiers étant cependant capables de modifier l'intensité voire la nature des seconds.

- 4ème point : on ne peut séparer expression et régulation. La logique linéaire de l'enchaînement d'une crise émotionnelle serait:

élicitation-->émotion --> expression --> régulation.

□ □

Or, en fait il en est déjà rarement ainsi dans le cas des émotions primaires pour deux raisons :

- l'expression est, comme l'avait déjà soutenu Darwin, adaptative et donc en un sens régulatrice (ainsi en est-il de l'action de décharge motrice et vocale dans la Colère) ;

- l'expression est d'emblée modalisée par les conventions culturelles et prendra donc le masque des réactions "de défense" (cf. 2.3.) ; la mimique du sourire en est un exemple des plus banal.

Mais cela sera encore plus vrai dans les affects phasiques des interactions quotidiennes, plus vrai car ces "microémotions" seront encore plus aisément coulables dans le moule des conventions sociales (cf. 3.4.). Il convient d'ailleurs de remarquer que l'expression et le contrôle sont à ce point confondus que souvent le sujet lui-même a de la difficulté à identifier l'affect en question, et il en est de même du partenaire bien que généralement il y soit sensible, souvent à son insu.

L'expression reste donc souvent du domaine de l'implicite, manifestée par la défense ou le contrôle seuls explicites mais dont la forme peut être éloignée voire opposée à l'affect en cause.

Nous terminerons ces quelques considérations en rappelant un schéma de l'activité énonciative du locuteur : schéma certainement très incomplet, mais qui place les affects dans les circuits de production-expression-régulation de l'*homo communicans*.

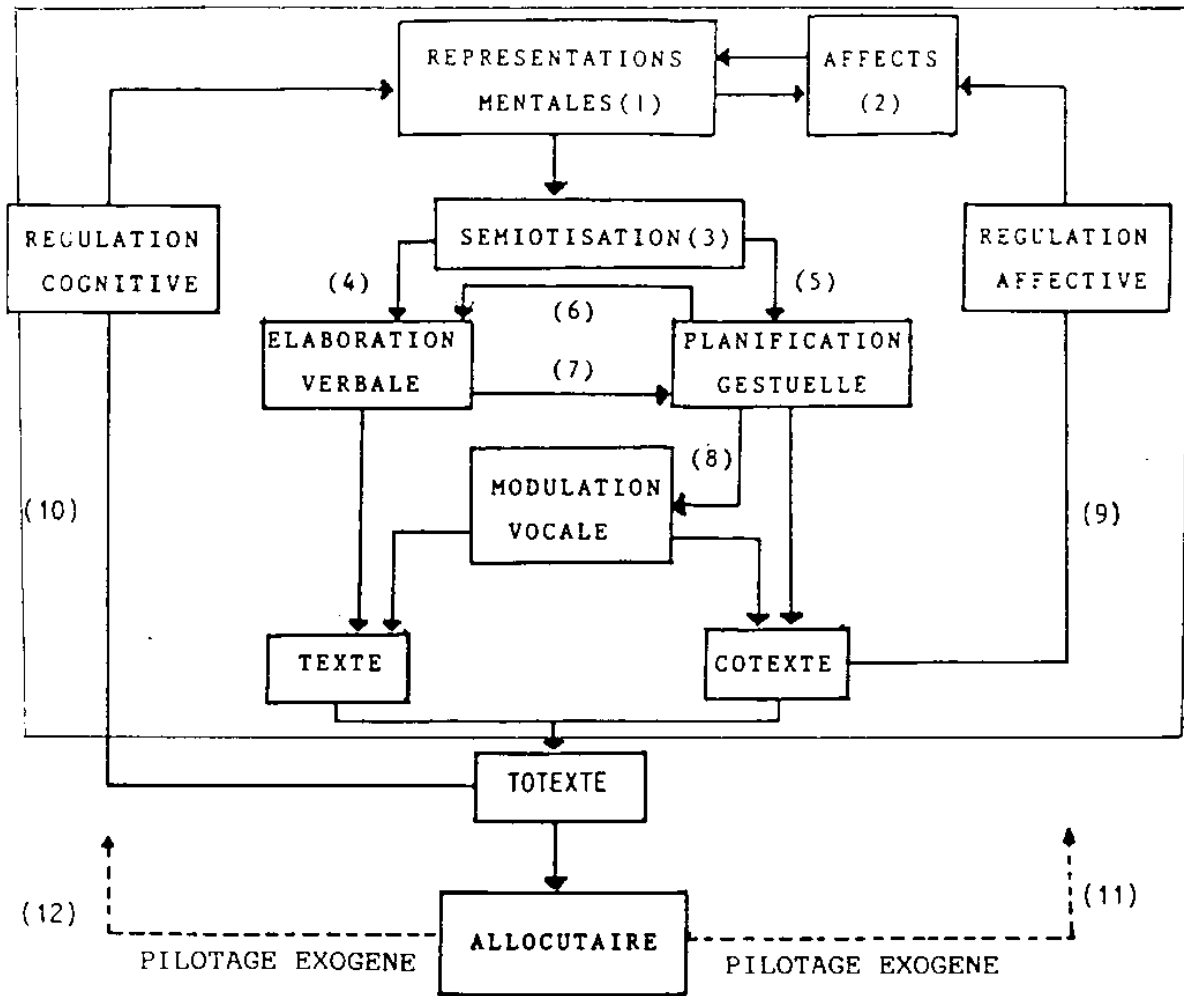


Schéma de l'activité énonciative et de son pilotage exogène

NOTES

- (1) Voir en particulier l'article de K. Scherer : "Les émotions: fonctions et composantes", in Cahiers de Psychologie Cognitive, 4, 9-39, 1984.
- (2) L'idée d'organisation des réactions comportementales à trois niveaux : verbal, moteur et viscéral remonte à J.B. Watson (Behaviorism, Norton, New York, 1925).
Nous l'avons reformulée (J. Cosnier : "Théories de la communication et psychiatrie", Encyclopédie Médico-chirurgicale, 37010 A10, 2, 1981) en y associant les idées développées par l'Ecole de Psychosomatique de Paris (Marty P., De M'uzan M., David C. : L'Investigation psychosomatique, Presses Universitaires de France, 1963) et de Chicago (Nemmiah J.C., Sifneos P.E. : "Affects and fantasy in patients with psychosomatic disorders", in Modern Trends in Psychosomatic Medicine, Appleton-Century Crafts, New York, 1970).
- (3) Les résultats de cette recherche dirigée par K. Scherer ont été publiés par Cambridge University Press (Scherer K.R., Summerfield A.EN., Wallbott H.G. (eds) : Experiencing Emotions, 1986). Les idées et données utilisées dans ce paragraphe sont issues du chapitre : "The Verbalisation of emotional experiences" rédigé par J. Cosnier, J.M.F. Dols et A.J. Fernandez .
- (4) G. Dahan : Contribution au traitement du contexte psychophysiologique de l'examen psychologique. Thèse de 3e cycle, Faculté des Sciences de Lyon, 1969.
K. Bekdache : L'organisation verbo-viscéro-motrice au cours de la communication verbale selon la structure spatiale ou proxémique. Thèse de 3e cycle, Université Lyon 2, 1976.

- (5) Voir à ce sujet V. Bloch : Le Contrôle central de l'activité électrodermale, Masson, Paris, 1965.
- (6) Ainsi P. Ekman, R.W. Levenson, W.F. Friesen ont montré que les différentes mimiques faciales caractéristiques s'accompagnaient de réactions physiologiques différentes, en particulier en ce qui concerne la température cutanée : "Autonomic nervous system activity distinguishes among emotions", Science, 221, 4616, 1208-1210.
- (7) C. Rouby : La communication multicanaux : étude de la réception séparée du canal acoustique et du canal visuel. Thèse de 3e cycle, Université Lyon I, 1977.

19

- (8) Voir à ce sujet les travaux de K. Scherer, entre autres : "Non linguistic vocal indicators of emotion and psychopathology", in Izard (éd.) : Emotions in Personality and Psychopathology, New York, Plenum, 1979, et de
- (9) Cf. nos revues générales :
J. Cosnier : "Communications et langages gestuels", in Cosnier (éd.) : Les Voies du langage, Paris, Dunod, 1982.
J. Cosnier et A. Brossard : "Communication non verbale, cotexte ou contexte ," in Cosnier et Brossard (eds) : La Communication non verbale, Neuchâtel, Delachaux et Niestle, 1984.
- (10) Nous les examinons dans l'article cité ci-dessus, et un travail d'A. Kendon en constitue une illustration

importante. A. Kendon : "Some relationships between body motion and speech", in Siegman et Pope (eds) : Studies in Dyadic Communication, Pergamon Press, 1972.

- (11) Les importants et: nombreux travaux de P. Ekman et de W.F. Friesen sont devenus à ce sujet classiques.