Recevez Science & Vie et ses Hors-Série

Votre bulletin d'abonnement se trouve en p. 102. Pour commander d'anciens numéros, rendez-vous sur www.kiosquemag.com

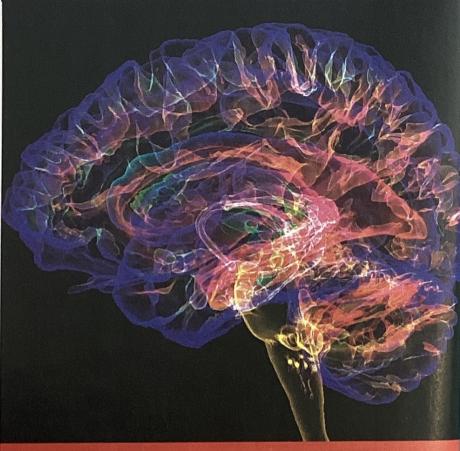
Vous pouvez aussi vous abonner par téléphone au 01 46 48 47 08 ou par internet sur www.kiosquemag.com **AVANT-PROPOS**

N

0

ш

06 "L'étude scientifique des émotions a vraiment explos Les professeurs en psychologie Bernard Rimé et Anna Tcherkassof nous aident à comprendre comment la recherche sur les émotions s'est peu à peu imposée dans les laboratoires.



COMPRENDRE

- Emotion positive vs négative, quelle différence? 16 Parmi les 27 émotions identifiées, certaines ont bonne presse tandis que d'autres, comme la colère, seraient à éviter. La vérité est plus nuancée.
- 20 Depuis quand ressent-on une émotion? Des chercheurs tentent de déterminer à quel stade de l'évolution sont apparues les émotions, notamment les plus complexes comme l'empathie.
- 22 Pourquoi les animaux tombent-ils amoureux? S'attacher à un partenaire, se faire cajoler, participer à une séance d'épouillage... Ces petits signes d'affection ont avant tout un rôle social.
- 26 Que se passe-t-il dans mon cerveau? Il suffit d'un stimulus pour que cette machine électrochimique qu'est le cerveau se mette en action pour traduire une perception en émotion.
- 28 Pourquoi aimons-nous nous faire peur? On la croit innée chez les humains, alors qu'elle est souvent apprise. La peur, perçue comme désagréable, a aussi des adeptes qui en tirent plutôt des bénéfices.
- 32 Eloge de la colère Impulsive, primaire et inutile. Vraiment? Rien n'est moins sûr!
- Comment l'enfant se construit avec les émotions 34 Elles apparaîtraient avant même la naissance pour faciliter la communication avec les parents. En grandissant, tout serait une question de régulation en tenant

de régulation en tenant compte de la particularité de chaque enfant

4 · S&V Hors Série

ÉVALUER

40 Peut-on mesurer une émotion?

Des chercheurs tentent de les quantifier et comprendre les mécanismes qui les sous-tendent afin de mieux reperer d'éventuels dysfonctionnements.

44 Alexithymie, le monde du silence

Loin d'être anodine, l'incapacité à identifier ses émotions peut avoir des conséquences physiques et psychiques.

46 "L'intelligence émotionnelle contribue à une meilleure adaptation"

Les psychologues Moira Mikolajczak et Marcello Mortillaro expliquent les bénéfices de cette capaché à reconnaître les émotions et à les comprendre.

52 L'hypersensibilité en 6 questions

Les chercheurs sont de plus en plus nombreux à s'intéresser a ce concept controversé qui a pourtant le vent en poupe.

54 La musique, un "langage des émotions"

Elle nous met en joie, nous emeut, et accompagne aussi des tâches cognitives complexes.

58 Les émotions gèrent notre porte-monnaie

L'économie comportementale tenta d'évaluer le rôle des émotions dans la prise de décisions économiques.





62 Stress et burn out, les maux du siècle

Décrit en 1974, cet épainement physique et mental de touche pas que les travailleurs. Parents, extants, sportifs en sont aussi victaires.

66 Guérir l'addiction en VR

en VR
De nouvelles thérapies parient
sur l'immersion plus viale que
nature pour se débarrasser
definitivement de la drogue.

68 Covid, un virus assez déprimant

Les personnes attaintes de Covid long se plaignen de nombreux symptómes personants dont des termine accueux et dépressifs

74 Trop haut, trop fort?

Les tementes émotionnels periores avoir des consequences deletères sur la santé.

76 Dépression, de nouvelles thérapies en vue Et si les substances

Et et les substances psychédéliques permettaient de guerir les cas les plus severes?

PARTAGER

82 Nos émotions sont-elles universelles?

Les chercheurs en sciences sociales pensent que l'on ne pourrait les dissocier de leur dimension culturelle et temporelle

86 Réseaux sociaux : les états d'âme sont communicatifs

La "conscience collective numérique" serait cette étincelle qui enflamme les émotions comme une trainée de pondre.

92 Que racontent les émojis?

En un symbole, tout est dit! C'est bien ça qui a fait le succès de ces bonshommes jaunes devenus incontournables.

94 "Faisons place aux émotions pour comprendre le monde"

Laurence Kaufmann, sociologue, et Dominique Moisi, géopolitologue, analysent la façon dont une émotion individuelle s'inscrit dans le collectif.

100 Bibliographie

VUTKE NUUVEAU RENDEZ-VOUS AVEC L'ACTUALITÉ



PAGE 103 MÀJ COMME MISE À JOUR

L'IA peut-elle lire dans nos pensées? Une "fake news" vérifiée est-elle moins crédible? Comment le cafard a-t-il conquis le monde? 12 pages d'actualité scientifique et 4 questions-réponses pour faire le point sur vos thématiques favorites.