

PSYC 0030-1: Psychologie des émotions

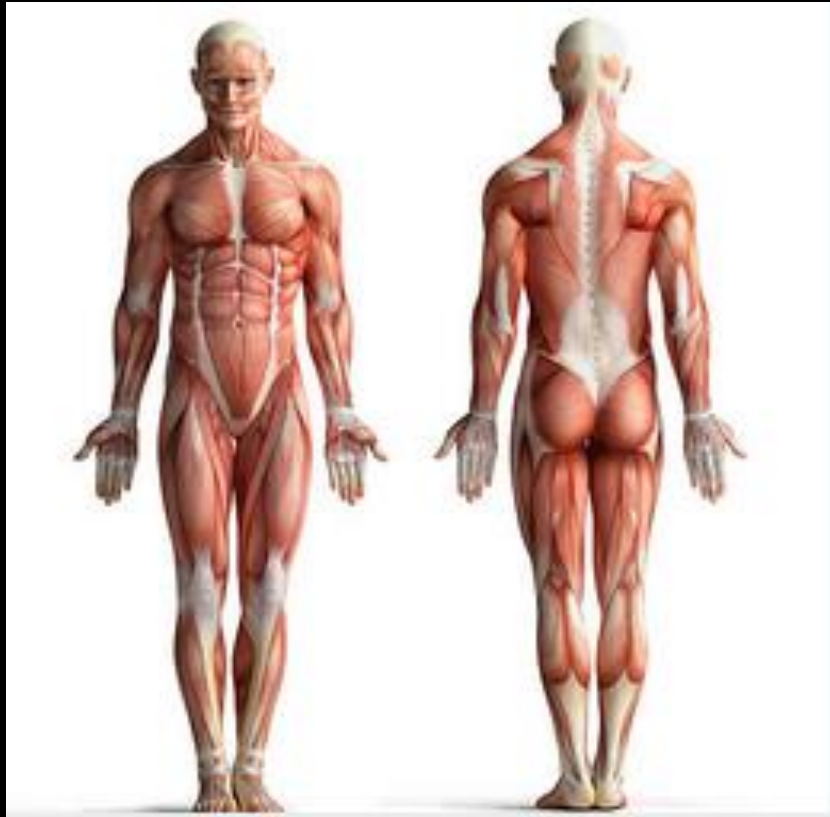
Bloc1

Chapitre 4 : Émotion, Cognition et activité périphérique

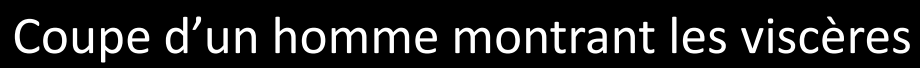
Blairy Sylvie, Faculté de Psychologie et des Sciences de l'Éducation

Le problème de la séquence

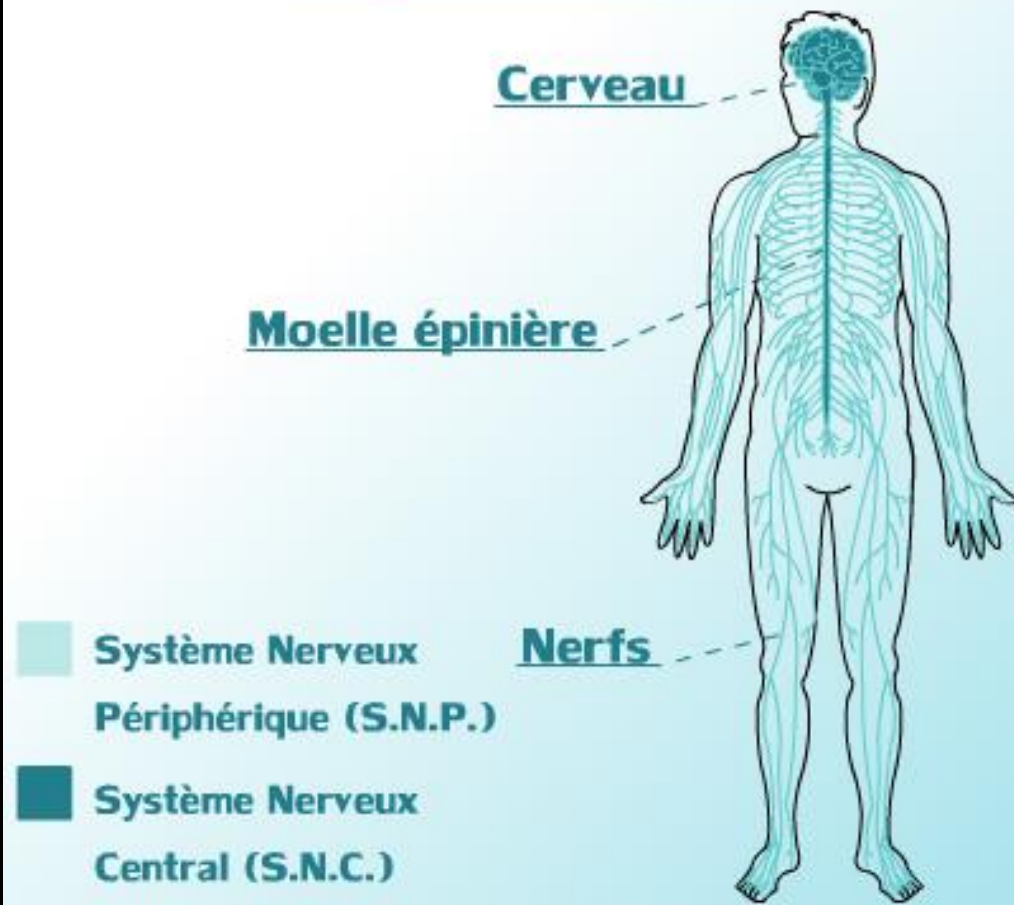
**LA COGNITION EST-ELLE NÉCESSAIRE AU
DÉCLENCHEMENT DE TOUT ÉTAT ÉMOTIONNEL ?**

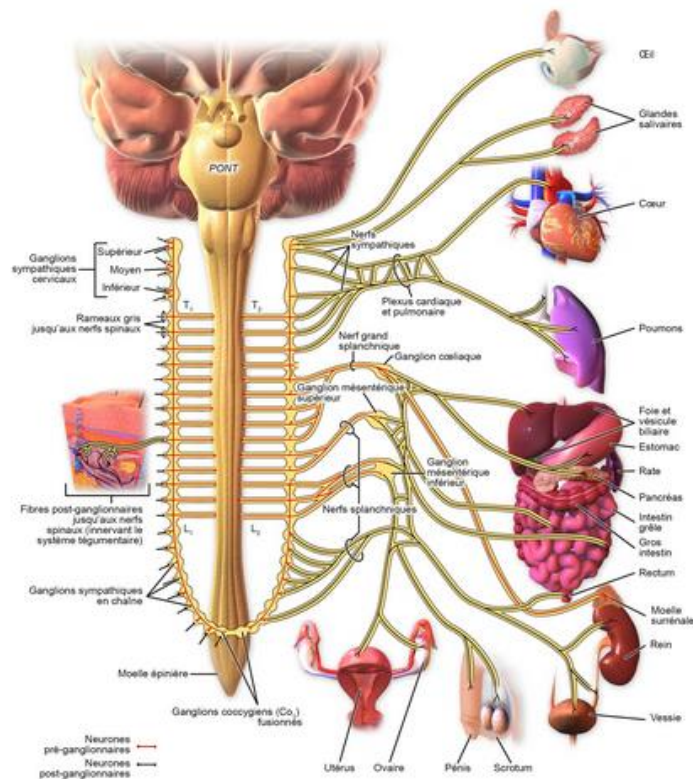


Les muscles du corps humain



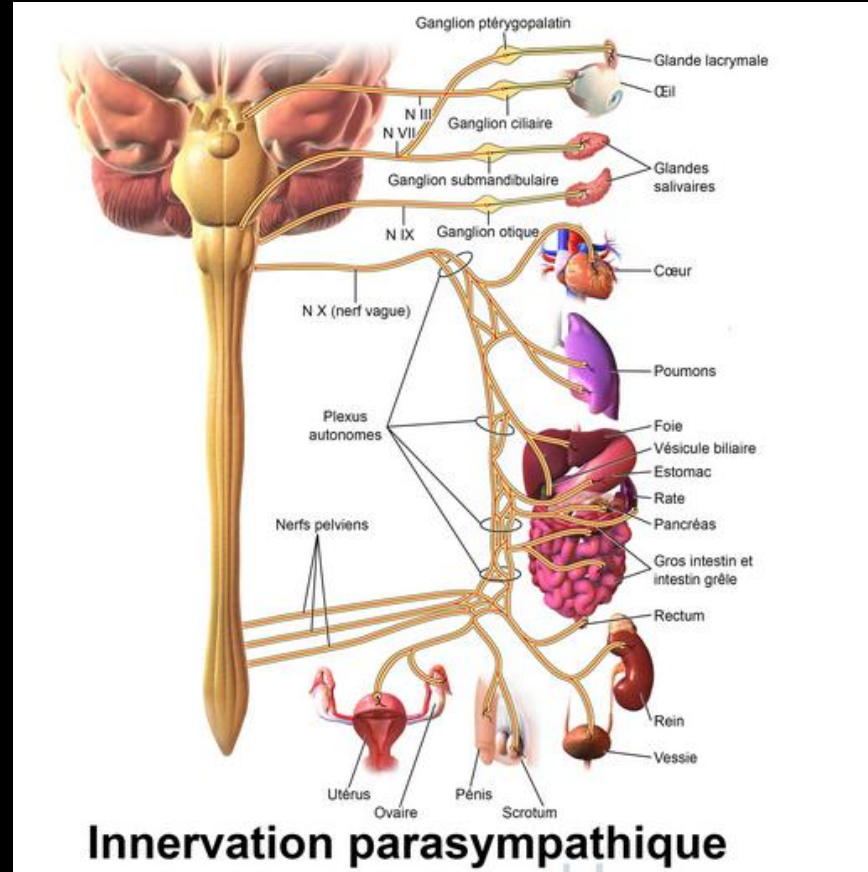
Le Système Nerveux





Innervation sympathique

Système nerveux autonome sympathique

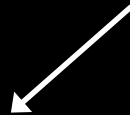


Système nerveux autonome parasympathique

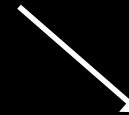
Relations entre émotion, processus cognitif et activité périphérique

Le problème de la séquence

**La controverse
James-Cannon**

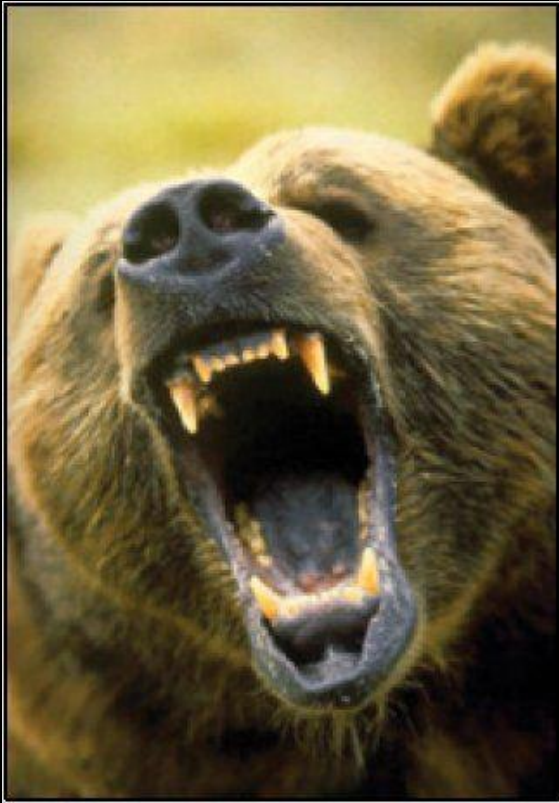


**Point de vue
périphéraliste**



**Point de vue
centraliste**

Théorie de James (1884)



Perception d'un objet

« ours »

Réactions corporelles

tremblements

palpitations

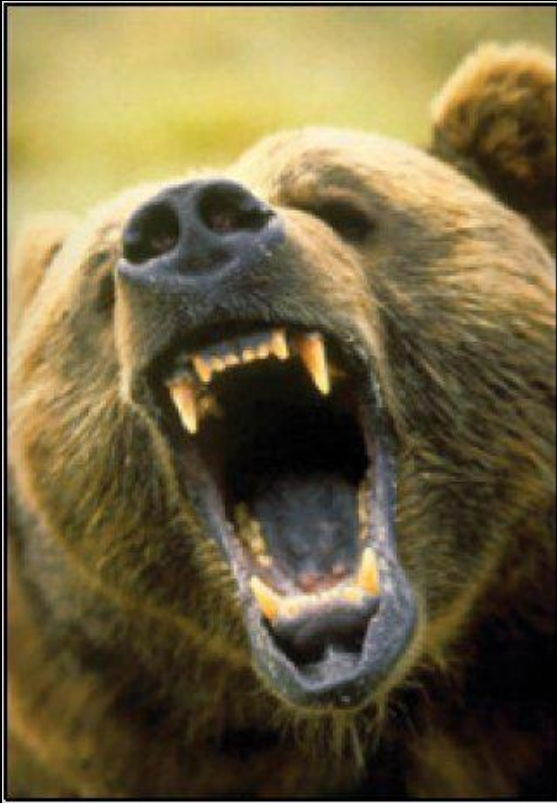
fuite

Prise de conscience des réactions
corporelles



Émotion : peur

Théorie de James (1884)



Perception d'un objet

« ours »

Activation du SNC

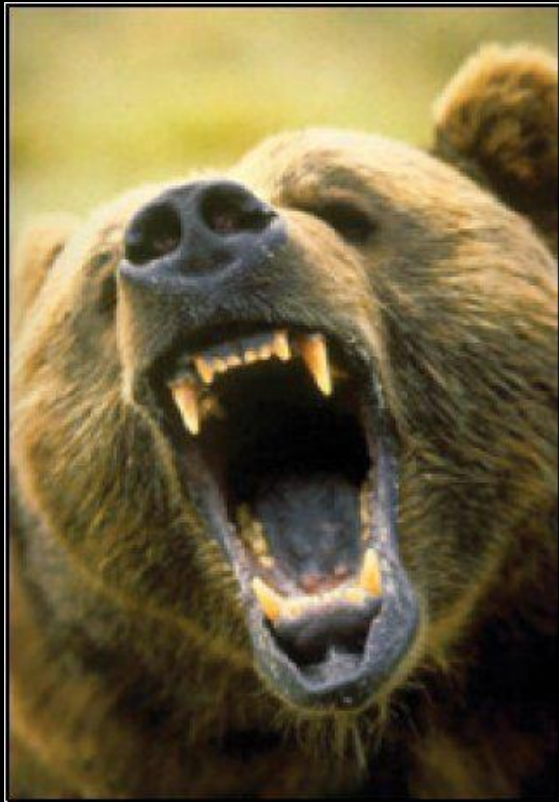
Mécanismes qui contrôlent et
permettent l'apparition des réponses
corporelles

**Prise de conscience des réactions
corporelles**



Émotion : peur

Théorie de Cannon (1927)



Perception d'un objet

« ours »

Activation du SNC

Mécanismes qui contrôlent et permettent l'apparition des réponses corporelles



Emotion
peur



Réactions corporelles
tremblements
palpitations
fuite

Les critiques de Cannon à l'égard de la théorie de James proviennent de l'expérimentation animale.



Les critiques portent uniquement sur les changements viscéraux alors que la théorie de James porte aussi sur les réactions musculaires

Comment évaluer le rôle de l'activation physiologique dans le déclenchement de l'émotion ?

- ✓ **Etudier les changements physiologiques qui accompagnent chaque émotion**
- ✓ **2. Analyser la réactivité émotionnelle d'êtres vivants (animal et homme) qui en sont dépourvus**

Etudier les changements physiologiques qui accompagnent chaque émotion

Comment faire cette recherche ?

Expérimentation en laboratoire avec induction d'émotion et **mesures objectives** des changements physiologiques.

L'expérience de Ax (1953)

Est-ce que la colère et la peur se différencient au niveau de l'activation physiologique ?

Prétexte: Evaluer la validité du polygraphe comme détecteur de mensonge.

Induction de la peur : fortes décharges électriques

Induction de la colère: insultes ou commentaires négatifs

14 Mesures physiologiques dont RC, pression sanguine, respiration, température cutanée, RED

Peur > Colère: Pression systolique, RC et RED

Colère > Peur: Pression diastolique, température de la peau

L'expérience de Ax (1953)

Est-ce que la colère et la peur se différencient au niveau de l'activation physiologique ?



Evaluer la validité du polygraphe comme détecteur de mensonge.

Les expériences de Funkenstein et coll. (1954, 1955)

Est-ce que la colère et la peur se différencient au niveau de l'activation physiologique ?

Méthode : Placer les participants dans une situation stressante

situation « stressante » résoudre des problèmes mathématiques tout en faisant l'objet de commentaires critiques



Les expériences de Funkenstein et coll. (1954, 1955)

Est-ce que la colère et la peur se différencient au niveau de l'activation physiologique ?

Vérification de l'induction d'émotion par une entrevue

Peur, anxiété

Colère extériorisée

Colère intériorisée

Les mesures physiologiques :

pression sanguine,

RC, amplitude des pulsations cardiaques

L'expérience de Sternback (1962)

Comparaison joie tristesse et peur

Population : enfants

Méthode : induction d'émotion à l'aide de films émotionnels

Vérification de la manipulation : entrevue



Les mesures physiologiques:

RED, mobilité gastrique, respiration, RC, clignement des yeux, volume sanguin.

L'expérience de Schwartz, Weinberg et Singer (1981)

Comparaison joie tristesse, colère, peur et relaxation

Méthode: induction d'émotion à l'aide d'imagerie mental

Les mesures physiologiques: RC, pression sanguine systolique et diastolique

Vérification de l'induction émotionnelle: rapport subjectif des sujets et évaluation du comportement par l'expérimentateur



L'expérience d'Ekman, Levenson et Friesen (1983)

Comparaison joie, surprise, peur, dégoût, colère et tristesse

Méthode: imagerie mentale et exécution de mouvements faciaux (hypothèse de la rétroaction faciale)

Les mesures physiologiques : RC, température cutanée des 2 mains, RED, EMG avant-bras.

Les recherches de patrons distincts de changements physiologiques les problèmes méthodologiques

Question 1

Les participants des expériences décrites ont-ils vraiment ressenti une émotion?



Les recherches de patrons distincts de changements physiologiques les problèmes méthodologiques

Question 2

Les intensités des émotions dans les différentes conditions expérimentales étaient-elles comparables ?



Les recherches de patrons distincts de changements physiologiques les problèmes méthodologiques

Question 3

A-t-on enregistré suffisamment de
variables physiologiques ?



Les recherches de patrons distincts de changements physiologiques les problèmes méthodologiques

Question 4

Pourrait-il exister des différences individuelles dans les différentes évaluations ?



Analyse de la réactivité émotionnelle d'êtres vivants (animal et homme) qui en sont dépourvus

Les recherches animales

Etude de Wynne et Solomon
(1955)

Les recherches chez l'homme

Hohmann (1966)

Chwalisz, Diener, Gallagher (1988)

Etudes des changements physiologiques qui accompagnent chaque émotion

Quelles conclusions ?

Analyse critique de la littérature: résultats

Peur et colère : deux émotions négatives avec forte activation physiologique ont des différences de profils stables

Les recherches animales

Etude de Wynne et Solomon (1955)



L'évitement reflète l'état émotionnel de peur et d'anxiété.

Les recherches chez l'homme



Hohmann (1966)

Il analyse le vécu émotionnel de personnes réparties en différents groupes selon la hauteur de la lésion.

Les recherches chez l'homme



Chwalisz et al. (1988)

Evaluation des émotions positives et négatives avec un questionnaire sur le vécu actuel et anticipé dans des situations hypothétiques

Analyse de la réactivité émotionnelle d'êtres vivants (animal et homme) qui en sont dépourvus

Quelle conclusion?

La diminution des réponses corporelles consécutives à une lésion de la moelle épinière ne s'accompagne pas nécessairement d'une baisse de l'intensité de l'expérience émotionnelle, surtout quand les techniques de recherche sont mieux structurées.

Les sensations corporelles

**QUEL EST LE RÔLE DES SENSATIONS
CORPORELLES DANS LE DÉCLENCHEMENT DES
ÉTATS ÉMOTIONNELS ?**

Les études sur la remémoration des sensations corporelles



EXERCICE

Essayer de vous remémorer une situation durant laquelle vous avez ressenti

Quelles étaient vos sensations corporelles?

Les études sur la remémoration des sensations corporelles

Etude de Shields (1984)

Tristesse : léthargie et ralentissement des réactions corporelles

Anxiété et colère : augmentation des réponses du SN sympathique

Anxiété : sudation

Colère : rougissement du visage



Les études sur la remémoration des sensations corporelles

Rimé et Giovaninni (1986)

Emotions : joie, tristesse, colère, peur

Résultats : patrons distincts de sensations corporelles pour chaque émotion

Scherer et Wallbott (1994)

Etude interculturelle : 37 pays et 5 continents

Résultats: patrons distincts de sensations corporelles pour chaque émotion



Comment se construisent ces représentations mentales ?

Les réactions réellement manifestées lors d'une émotion

Les expériences émotionnelles paroxystiques

Les représentations métaphoriques « bouillir de colère »

Le partage social des expériences émotionnelles

Existe-t-il une correspondance entre les sensations corporelles et les changements physiologiques objectivables ?

Rimé et al. (1990)

Correspondance est assez faible entre les sensations spécifiques et les changements physiologiques.

Correspondance plus forte pour le niveau d'activation physiologique générale

Pourquoi la perception corporelle est assez peu objective durant les émotions ?

Attention captée par les éléments de la situation

Processus « top –down » plutôt que « bottom-up »

Quelles sont les applications cliniques ?

Les sensations corporelles sont souvent une porte d'entrée intéressante pour l'introspection des émotions.

On peut apprendre à mieux percevoir ses changements physiologiques

Intervention thérapeutique basée sur la pleine conscience

EXERCICE

Faites l'exercice de pleine conscience de la respiration en cliquant sur le lien suivant. L'exercice dure 4.13 minutes.

<https://sites.uclouvain.be/mindfulness/mp3/BW4.mp3>

Quelles sont les applications cliniques ?

Utilisation possible d'une grille de sensations corporelles

Que ressent-il ? A quel endroit ? Quels types de sensations ?

Ces sensations évoluent-elles dans le temps ?

Un lien peut être suggéré avec les tendances à l'action

Questionnaire sur les sensations corporelles émotionnelles

Voix qui tremble

Pas du tout _____ Très fort

Boule dans la gorge

Pas du tout _____ Très fort

Modification dans la respiration

Pas du tout _____ Très fort

Sensations dans l'estomac

Pas du tout _____ Très fort

Sensation de froid, frissons

Pas du tout _____ Très fort

Sensation de chaleur diffuse

Pas du tout _____ Très fort

Sensation de chaud, joues brûlantes

Pas du tout _____ Très fort

Cœur qui bat plus vite

Pas du tout _____ Très fort

Muscles tendus, tremblements

Pas du tout _____ Très fort

Muscles détendus, au repos

Pas du tout _____ Très fort

Transpiration, mains moites

Pas du tout _____ Très fort

Il existe des biais dans la perception et l'attribution des sensations corporelles

- Le transfert de l'activation physiologique découvert par Zillmann (1983)
- L'effet dit « Valins »

Le transfert de l'activation physiologique découvert par Zillman (1983)

L'effet est basé sur deux principes :

1. L'intensité subjective d'une émotion est fonction de l'intensité des changements physiologiques perçus et attribués à l'émotion.
2. L'intensité des changements physiologiques lors d'une émotion dépend non seulement des changements induits par l'émotion mais également de l'état physiologique de l'individu juste avant l'émotion.

Le transfert de l'activation physiologique découvert par Zillman (1983)

Les études de Zillmann (1983) ont montré que :

1. La nature de l'activation préalable n'a aucune influence sur l'effet de transfert
2. L'effet ne se produit que si le sujet attribue son activation physiologique à l'émotion et uniquement à l'émotion

**Le transfert de l'activation physiologique
découvert par Zillman (1983)**

Quelle est l'application clinique ?

« L'effet Valins (1966) »

« L'effet Valins » : la seule croyance d'être activé suffit à provoquer l'apparition d'une émotion, même s'il n'y a pas de changements physiologiques réels.

En manipulant la perception des changements physiologiques d'une personne, il serait donc ainsi possible de modifier son état émotionnel.

L'expérience de Valins (1966)

Sujets masculins.

Réactions physiologiques à des stimuli émotionnels (portraits de jeunes filles).

Battements de leur cœur enregistrés à l'aide d'un appareil qui en réalité transmet des sons de battements de cœur pré-enregistrés.

Exposés à des photographies de femmes.

G1 : Rythme Cardiaque accéléré pour 5 dia et stable pour 5 autres.

G2 : Rythme Cardiaque ralenti pour 5 dia et stable pour 5 autres.

G3 et **G4** : exposés aux mêmes situations mais savent à l'avance que les sons sont pré-enregistrés.

L'expérience de Valins (1966)

VD : le degré d'attraction pour les photographies :

1. Score direct d'attraction.
2. Choix de 5 photographies parmi 10 comme « récompense » de la participation à l'étude.
3. Évaluation de chaque photographie un mois après la passation expérimentale.

Résultats : les photographies les plus attrayantes sont associées à la croyance d'un changement du rythme cardiaque (+++ ou -----) entendu.

Effet puissant : même après le débriefing, le choix se maintient.

« L'effet Valins (1966) »

L'effet Valins permet de comprendre un phénomène clinique important :

L'attaque de panique

Jolley, et al. (1992) : les recherches n'ont pas pu mettre en évidence d'états physiologiques anormaux qui précèdent ou accompagnent ces crises.

L'effet dit « Valins (1966) » et l'effet de transfert de l'activation physiologique : conclusion

Quel est le rôle des réponses viscérales et somatiques dans la genèse de l'émotion ?

Quel est le rôle de la cognition : la cognition est-elle nécessaire ?

Diverses propositions théoriques

Elearning sur ecampus

Schachter et l'interaction physiologie/cognition

Stanley Schachter (1922 – 1997)

Américain – Professeur (Columbia University)

Enseigne la psychologie sociale

La théorie de Schachter (1964)

