

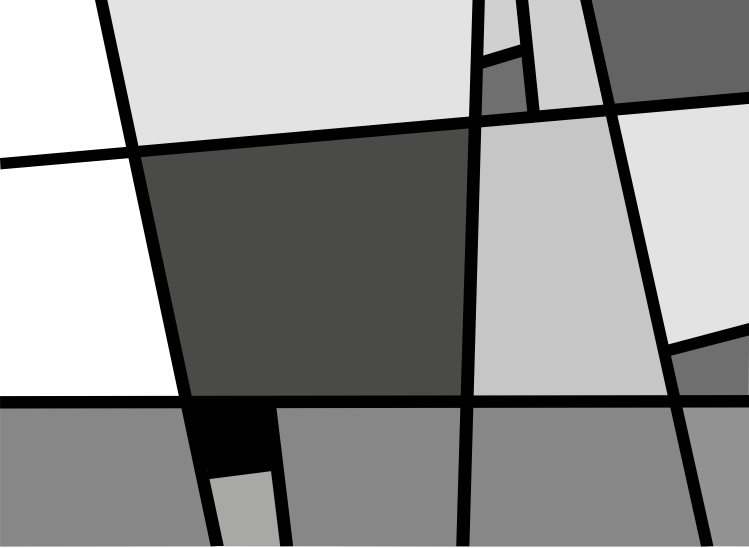


Psychologie et
psychopathologie
des émotions



Psychologie et psychopathologie des émotions

Aurélie Pasquier

2^e édition

DUNOD

Maquette de couverture :
Le Petit Atelier

Composition :
Soft Office

Le pictogramme qui figure ci-contre mérite une explication. Son objet est d'alerter le lecteur sur la menace que représente pour l'avenir de l'écrit, particulièrement dans le domaine de l'édition technique et universitaire, le développement massif du photocopillage.

Le Code de la propriété intellectuelle du 1^{er} juillet 1992 interdit en effet expressément la photocopie à usage collectif sans autorisation des ayants droit. Or, cette pratique

s'est généralisée dans les établissements

d'enseignement supérieur, provoquant une baisse brutale des achats de livres et de revues, au point que la possibilité même pour

les auteurs de créer des œuvres nouvelles et de les faire éditer correctement est aujourd'hui menacée.

Nous rappelons donc que toute reproduction, partielle ou totale, de la présente publication est interdite sans autorisation de l'auteur, de son éditeur ou du Centre français d'exploitation du

droit de copie (CFC, 20, rue des Grands-Augustins, 75006 Paris).



© Dunod, 2021 pour la présente édition

© Armand Colin, 2012, pour la 1^{re} édition

11 rue Paul Bert - 92240 Malakoff

ISBN : 978-2-10-079913-8

Le Code de la propriété intellectuelle n'autorisant, aux termes de l'article L. 122-5, 2^o et 3^o a), d'une part, que les « copies ou reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective » et, d'autre part, que les analyses et les courtes citations dans un but d'exemple et d'illustration, « toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause est illicite » (art. L. 122-4).

Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait donc une contrefaçon sanctionnée par les articles L. 335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

Table des matières

<i>Avant-propos</i>	7
<i>Introduction</i>	9
CHAPITRE 1 – ÉLÉMENTS HISTORIQUES	11
1. L'étude psychologique des émotions.....	13
2. L'évaluation cognitive.....	17
CHAPITRE 2 – APPROCHES DES ÉMOTIONS ET DES AFFECTS	21
1. Définitions : proximités et différences.....	23
2. L'expérience émotionnelle.....	26
2.1 Le sentiment subjectif : une composante de l'émotion.....	26
2.2 Structure de l'éprouvé subjectif.....	29
3. Psychobiologie et développement des émotions.....	34
3.1 « Émotions de base » ou « primaires ».....	35
3.2 Rôle de l'environnement social.....	36
3.3 Développement de la conscience des émotions.....	37
3.4 Compétence(s) ou intelligence émotionnelle(s) ?.....	40
3.5 Développement des compétences émotionnelles et langagières.....	42
4. Psychosociologie et socio-anthropologie des émotions.....	44
4.1 Psychosociologie des émotions.....	45
4.2 Approches socio-anthropologiques.....	47
5. Approches psychanalytiques des affects.....	48
5.1 L'affect dans l'œuvre de Freud.....	50
5.2 L'affect chez Lacan.....	55
5.3 André Green ou le « psychanalyste de l'affect ».....	56
5.4 Affect et discours : comment reconnaître les affects.....	57
CHAPITRE 3 – TROUBLES DES ÉMOTIONS	61
1. Du normal au pathologique : une approche dimensionnelle.....	63
2. Rôle de l'intensité émotionnelle.....	66
3. Les « troubles émotionnels ».....	70
3.1 Anxiété.....	70
3.2 Dépression.....	84

4. Troubles de l'expression des émotions, des capacités à éprouver du plaisir et à reconnaître ses émotions.....	100
4.1 Psychopathologie de l'anhédonie.....	100
4.2 Psychopathologie de l'émoussement affectif.....	104
4.3 Psychopathologie de l'alexithymie.....	107
4.4 Intérêts d'une approche dimensionnelle plutôt que catégorielle des troubles.....	115
CHAPITRE 4 – RÉGULATION DE L'ÉMOTION ET DEVENIRS DES AFFECTS...	117
1. Coping <i>versus</i> régulation de l'émotion.....	119
1.1 Théorie cognitive du coping.....	121
1.2 Traitement émotionnel et régulation de l'émotion.....	125
1.3 Régulation sociale de l'émotion.....	129
1.4 Relation entre les niveaux individuels et sociaux.....	134
2. Devenirs de l'affect.....	140
2.1 Point de vue structural et adaptatif.....	141
2.2 Une « classification des affects ».....	143
2.3 Affect et structures.....	144
CHAPITRE 5 – PRISES EN CHARGE DES TROUBLES DES ÉMOTIONS.....	151
1. Préalables thérapeutiques à la prise en charge.....	155
2. Techniques thérapeutiques.....	157
2.1 Patients anxieux.....	158
2.2 Patients dépressifs.....	162
2.3 Patients alexithymiques.....	164
<i>Conclusion</i>	167

Avant-propos

Cet ouvrage est une nouvelle édition de celui paru en 2012 chez Armand Colin, intitulé *Psychopathologie des émotions*. Une partie du contenu reste inchangé. Cependant, des parties, comme les chapitres un et deux, ont été augmentées et d'autres ont connu des remaniements importants (principalement les chapitres trois et quatre). Par conséquent, le propos initialement développé se trouve élargi, ce qui a conduit à introduire le terme *psychologie* au titre initial. Cet ouvrage a donc pour volonté de fournir un aperçu non exhaustif des théories et approches qui permettent de penser et étudier la complexité des phénomènes émotionnels.

Je tiens à remercier Jean-Louis Pardinielli, psychologue clinicien, ancien professeur émérite de psychopathologie et de psychologie clinique à l'université d'Aix-Marseille, qui a dirigé la première édition de cet ouvrage, et dont les conseils m'ont été précieux lors de sa rédaction.

Je tiens également à signaler la participation de Vincent Bréjard, maître de conférences habilité à diriger des recherches en psychopathologie et psychologie clinique à l'université d'Aix-Marseille, dans l'élaboration du chapitre quatre de ce présent ouvrage. L'analyse présentée dans la première partie de ce chapitre est le fruit d'une de nos riches collaborations.

Introduction

La question des émotions a été longtemps laissée de côté car la pensée classique (depuis l'Antiquité grecque) concevait les « passions » comme des obstacles à la rationalité : les émotions (appartenant au registre du corps) étaient l'opposé de la raison (de l'esprit). Puis, à partir des travaux de Darwin (1809-1882), naturaliste britannique à l'origine de la « théorie de l'évolution » des espèces, les émotions sont devenues un objet de recherche où la dimension biologique est principalement étudiée. Elles relèvent plus de l'inné (sont héréditaires) que de l'acquis, et sont donc universelles. Il faudra attendre la fin du XIX^e siècle pour voir apparaître des études scientifiques s'intéressant à la dimension psychologique des émotions.

L'histoire contemporaine des émotions a donné lieu à des théories et des débats à partir du moment où l'émotion a été identifiée comme jouant un rôle dans de multiples comportements normaux et pathologiques. D'un point de vue étymologique, le terme d'« émotion » renvoie à celui d'« émouvoir » (*exmovere*), mot latin qui signifie « mettre en mouvement » : les dimensions comportementale et « sensible » de l'expérience des émotions deviennent alors des objets de recherche en psychologie expérimentale mais également en psychopathologie où de plus en plus d'études sur les « pathologies des émotions » apparaissent. À partir des années 1990, le courant social et anthropologique a montré que les dimensions sociale et culturelle des émotions, tant du point de vue de leur expression que de leur gestion, sont loin d'être négligeables. La dimension verbale, dans l'acte d'échanger avec autrui sur son vécu, peut-être d'ailleurs considérée comme un élément clef dans la compréhension des états émotionnels pathologiques (au sens d'état source de souffrance chez le sujet).

Chapitre 1

Éléments historiques



Sommaire

1. L'étude psychologique des émotions	13
2. L'évaluation cognitive	17

1. L'étude psychologique des émotions

L'étude des émotions dans les sciences psychologiques s'est particulièrement développée au cours du xx^e siècle à travers quatre grands courants de recherche. Chacun a développé, depuis son point de vue et ses méthodes d'investigation, sa propre théorie des émotions dans le but de les définir, les étudier et les expliquer.

Le plus ancien axe de recherche est constitué par le courant biologique. Il repose sur les travaux de Darwin (1872) qui a comparé ses nombreuses observations des expressions émotionnelles (par les réponses corporelles mais aussi et surtout par l'expression faciale émotionnelle) de l'homme à celles de l'animal. Il est arrivé à la conclusion que les manifestations émotionnelles (réponses corporelles et expressions faciales) qui caractérisent l'être humain suivent une ligne phylogénétique dans la mesure où il y aurait une continuité relative entre celles des humains et des espèces qui s'en rapprochent, c'est-à-dire les primates. Un autre point essentiel soutenu par Darwin est que l'expression des émotions est universelle (présentes dans toutes les cultures et tous les pays) puisqu'elle résulte de l'évolution des espèces ; évolution qui lui confère son caractère inné et sa valeur adaptative pour la survie de l'espèce.

Cette conception de la fonction des manifestations émotionnelles est empreinte des écrits de penseurs tels que Descartes qui considère les émotions comme un phénomène naturel conçu pour servir et protéger la vie et le bien-être de l'organisme. Les intérêts de ce dernier sont préservés lorsque les émotions fonctionnent à l'unisson. Dans le cas contraire, elles deviennent des éléments perturbateurs qui empêchent l'esprit rationnel de fonctionner (voir Charland, 2006, qui insiste sur les aspects méconnus des travaux de Descartes sur les émotions).

Notons que les thèses développées par Darwin ont rencontré peu de succès de son vivant alors qu'elles constituent le socle d'avancées scientifiques majeures concernant l'émotion et ses manifestations. Ce n'est qu'un siècle plus tard que la question par exemple de l'universalité des émotions fera l'objet de nombreux travaux (voir chapitre 2, les émotions dites de base ou primaires).

Le deuxième grand axe de recherche, qui peut être qualifié de courant physiologique, regroupe des travaux qui se proposent d'étudier la nature de l'émotion, des étapes de sa genèse aux phénomènes qui la composent.

William James (1842-1910), psychologue et philosophe américain, a marqué ce courant en proposant une interprétation à l'opposé du sens commun de l'époque qui ne considère les émotions que comme des entités psychiques accessibles par l'observation et la description. En 1884, James soutient qu'une émotion est ressentie uniquement lorsque l'individu prend conscience des réactions physiologiques brutales qui surviennent consécutivement à un stimulus. Ainsi, la séquence émotionnelle se déroulerait de la manière suivante : stimulus – réaction physiologique – réaction comportementale – émotion ressentie. L'éprouvé subjectif émotionnel viendrait dans l'après-coup de la réaction comportementale consécutive à l'activation neurovégétative émotionnelle. En d'autres termes les manifestations émotionnelles précèdent leur conscientisation et se génèrent d'abord dans les systèmes périphériques de l'organisme. Cette « théorie périphérique des émotions » a été parallèlement proposée par le danois Lange, lui donnant également le nom de « théorie de James-Lange ».

John Watson (1878-1958), psychologue américain fondateur du behaviorisme, soutiendra en 1919 que les émotions se réduisent à des réactions physiologiques héréditaires dépourvues de tout pouvoir d'adaptation. Elles montrent l'immaturation de l'organisme (tendent à disparaître à l'âge adulte) qui ne peut être que parasité par ces phénomènes dont il faut se débarrasser au risque d'une désorganisation ou d'une inefficience de fonctionnement. Cette idée a marqué et peut encore se lire aujourd'hui dans des approches visant à établir ce qui relèverait d'un « fonctionnement émotionnel optimal » synonyme d'« équilibre émotionnel » (le sens que peuvent revêtir ces expressions interroge).

Walter Cannon (1871-1945), physiologiste américain, cherche ensuite à réfuter le modèle de William James en montrant que les réponses corporelles ne constituent pas la condition *sine qua non* de l'apparition de sentiments subjectifs. Il énonce en 1927 que les

émotions sont déclenchées non pas en périphérie mais dans le système nerveux central, au niveau du cortex cérébral.

Cette vive opposition entre les théories *centrale* et *périphérique des émotions* a permis le développement de nombreuses investigations au cours du xx^e siècle permettant de situer et préciser les zones du cerveau impliquées dans les émotions. À la fin du xx^e siècle, la thèse de Damasio, professeur honoraire de neurologie, neurosciences et psychologie aux États-Unis, sera de montrer comment l'émotion (toutes les modifications corporelles détectables en laboratoire et par imagerie cérébrale) se déclenche et comment elle-même déclenche le sentiment (la « carte » psychique de l'émotion), soit comment le passage du corps à l'esprit s'opère.

Dans les années 1910, notons que Freud (1856-1939), neurologue de formation et fondateur de la psychanalyse, propose quant à lui une conception des *affects* qui se différencie radicalement de l'approche psychologique des *émotions*. Alors que le terme allemand *Affekt* est traduit par celui d'émotion ou de passion dans les dictionnaires allemand-français, c'est celui d'*affect* qui sera préféré et conservé dans les traductions françaises, comme pour marquer la différence fondamentale instaurée par Freud dès le début de sa conceptualisation : « N'allez pas supposer que ce que je vous ai dit des affects soit un acquis reconnu de la psychologie normale. Il s'agit au contraire de conceptions qui ont poussé sur le sol de la psychanalyse et qui n'ont droit de cité que chez elle. Ce que vous pouvez apprendre en psychologie sur les affects, par ex. la théorie de James et Lange, est, pour nous psychanalystes quasiment incompréhensible et impossible à discuter » (1916-1917, p. 411). Une des différences fondamentales entre les approches psychologiques et psychanalytiques est que les dernières s'intéressent à la vie affective consciente et inconsciente dans une perspective dynamique (il existe une vie au-delà du conscient) là où la psychologie entrevoit la possibilité de la non-conscience d'une émotion (accès ou non au sentiment subjectif). Et même si ces approches ont en commun un ancrage de l'affectivité dans le corps, ce dernier ne revêt pas la même définition en psychologie des émotions (corps somatique, physiologique) qu'en psychanalyse qui place d'emblée l'affect dans la pulsion, concept à mi-chemin entre corps et psyché (voir Carton et Widlöcher, 2012,

pour une analyse plus complète des points de concordance et de divergence entre ces approches). Comme nous le verrons dans le chapitre suivant, il n'existe pas une théorie unique sur l'affect en psychanalyse car la signification de ce concept a évolué tout au long de l'œuvre de Freud.

Le troisième grand axe de recherche en psychologie des émotions est constitué par l'étude des processus cognitifs à l'œuvre dans les phénomènes émotionnels. Ce sont les travaux de Magda Arnold (1903-2002), psychologue d'origine autrichienne émigrée aux États-Unis, qui en 1960 vont marquer un tournant dans l'étude psychologique des émotions en tentant de résoudre le conflit James-Cannon par l'émergence du concept d'évaluation cognitive (*appraisal*). Ses travaux vont fournir une explication cohérente au fait qu'un même événement peut entraîner l'émergence d'émotions différentes en fonction des individus considérés ou chez un même individu à différents moments. Cette diversité d'éprouvés individuelle et interindividuelle s'expliquerait par la signification personnelle que chacun attribue à la situation à laquelle il est confronté. La perception d'une situation n'est donc jamais neutre, elle résulte de l'expérience antérieure ayant formalisé des attentes spécifiques. De plus, l'émotion comporte une *tendance d'action* propre à chaque individu face à une situation rencontrée, une tendance à (ré-)agir de façon immédiate, intuitive, consciente ou non, en raison des attentes issues de l'expérience antérieure. Lazarus (1966) prolongera cette conception en introduisant l'existence d'un processus d'évaluation (*appraisal*) mais également de réévaluation (*reappraisal*) capable de modifier les premières impressions ainsi que l'émotion déclenchée. Plus largement, Lazarus et ses collaborateurs développeront, dans les années 1980, le modèle transactionnel du stress psychologique, qui postule que le travail d'évaluation du sujet est central dans sa relation constante avec l'environnement (voir point suivant sur l'évaluation cognitive).

Un quatrième courant de recherche est à considérer avec l'approche socio-constructiviste des émotions dont le représentant majeur est James Averill. Ce professeur de psychologie sociale américain, définit