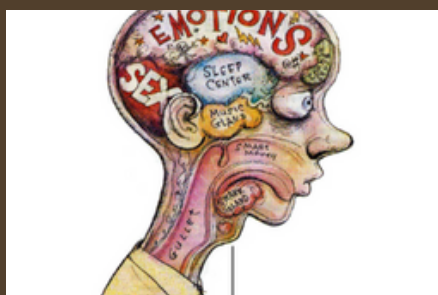


# NEWSLETTER

Avril 2023 / Vol 31



## Le mot du Président

Dans cette new letter du mois d'avril nous allons parler de l'émotion, de l'humeur et de la motivation. L'étude des affects en général, accompagnés de leurs troubles, fait l'objet d'une attention plus forte par les neurosciences cognitives et par la neuropsychologie moderne. Ces recherches sur les énigmes de l'émotion ont été longtemps mis de côté. Nous allons voir ces découvertes.

## L'émotion : une pollution de la pensée

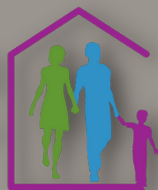
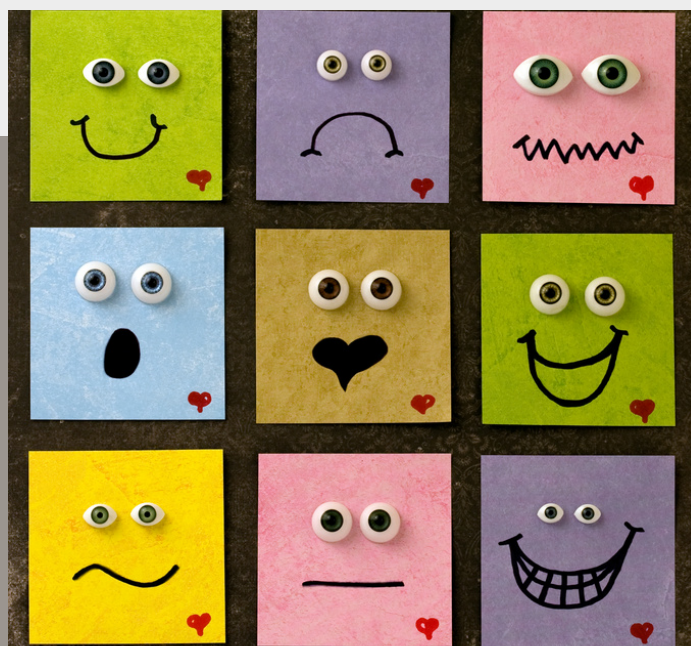
L'émotion a été considérée comme étant une sorte de "pollution de la pensée" il n'y a pas si longtemps par les neurosciences cognitives et la neuropsychologie. Bénédicte Giffard\* a expliqué en ces termes, je cite: "*Durant la fin du XIXe siècle, Charles Darwin, William James, Sigmund Freud s'étaient déjà penchés sur les manifestations et le rôle des émotions.*

*L'entrée dans le XXe siècle et surtout la seconde moitié du siècle, avec le développement progressif des sciences cérébrales, n'ont pourtant pas contribué à résoudre les énigmes de l'émotion.*

*Bien au contraire, les émotions et autres états affectifs, victimes de la révolution cognitive, ont été délibérément mis de côté par le courant scientifique alors trop préoccupé par l'objectivité de leurs domaines de recherche et de leurs méthodes.*

*L'émotion était donc considérée comme une "pollution de la pensée", elle était trop subjective, trop vague, trop à l'opposé de la raison. Néanmoins, certains anatomistes intrigués par le système limbique, ainsi que des psychiatres et des pharmacologues concernés par les troubles de l'humeur et le développement de médicaments, purent fournir quelques informations indirectes sur les mécanismes des émotions." (fin de citation)*

\*Bénédicte Giffard (Inserm, EPHE, de l'université de Caen, Unité U923)



## Une terminologie plus précise

(par Bénédicte Giffard)

"..C'est un concept qui semble très large et presque flou. Quand on parle d'émotion il est nécessaire de pouvoir le distinguer d'autres concepts qui peuvent paraître assez proches et que l'on peut utiliser plus ou moins modulable.

La notion d'émotion (du latin *emovere*, *émouvoir*, *ébranler*, *idée de mouvement vers l'extérieur*) s'est peu à peu distancée de celle de \*passion\* qui désignait au XVIIe siècle à peu près tous les états affectifs.

Il faut admettre que l'émotion est, de nos jours, définie comme un état affectif intense. avec un commencement assez intensif, d'une durée relativement brève, qui est lié à un objet repérable interne ou externe.

Cette émotion s'observe par des modifications physiologiques, expressives et mentales. qui a pour effet motivateur ou perturbateur des conséquences sur les activités cognitives qui se manifestent automatiquement lorsque l'organisme est confronté à certains objets ou situations.

Ce caractère brutal et lié à un objet particulier fait de l'émotion un concept assez facilement distinguable de celui de l'humeur. L'humeur est un état affectif relativement stable et durable, bien que parfois fluctuant; elle n'est pas liée à un objet précis.

Selon les croyances antiques, la personnalité, le tempérament d'un individu était dû à la présence en plus ou moins grande quantité d'une ou plusieurs des quatre principales humeurs (du latin *humor*, *liquide*) dans l'organisme." (fin de citation)

À la lumière de ce que nous explique Bénédicte Giffard nous pouvons en déduire que les émotions sont aussi définies comme étant \*un facteur déclenchant\* dans une série d'actions qui préparent l'organisme à avoir un comportement adapté (*fuite*, *défense*).

On peut donc en conclure que la limite qui sépare l'émotion de la motivation semble ne pas être très observable. Néanmoins, gardons à l'esprit que tous ces états affectifs peuvent s'influencer mutuellement.

Pour conclure, nous pouvons affirmer sans trop nous tromper que \*l'affect\* est un ensemble de manifestations subjectives qui accompagnent les sensations, les sentiments, les émotions et aussi certaines pensées. Tout ceci accompagne et motive des actes moteurs.

Nous allons voir qu'il y a des défaillances dans les émotions...



Roue des émotions de Plutchik



## Structures cérébrales dans les mécanismes émotionnels

(Neuropsychologie clinique)

Les régions qui sous-tendent les mécanismes émotionnels sont regroupés au sein du système limbique et de ses connexions. Les lésions et dysfonctionnements cérébraux de ces structures ( noyau amygdalien, aire septal, cortex cingulaire antérieur, cortex orbito-frontal) participent à l'explication de certaines pathologies spécifiquement émotionnelles telles que le syndrome de Klüver-Bucy, l'alexithymie, la sociopathie acquise, mais aussi aux troubles des émotions secondaires à d'autres pathologies plus diffuses comme la maladie d'Alzheimer ou une démence fronto-temporale.

Les troubles des émotions peuvent être variés et les dissociations peuvent être nombreuses : le déficit peut ne toucher que la modalité auditive ou visuelle, concerner la répétition, la compréhension ou l'expression de l'émotion. La latéralisation hémisphérique des émotions prend également une large place dans l'étude du comportement émotionnel.

Des lésions unilatérales ont permis d'avancer que les deux hémisphères participent de façon spécifique mais aussi complémentaires à la genèse et au contrôle des émotions.

L'émotion est composée de manifestations subjectives qui peuvent être agréables ou désagréables. Mais aussi objectives (*motrices: mimiques, gestuelles, prosodiques..., et végétatives : cardiaques, vasomotrices ,et hormonales : sécrétion de catécholamines*).

L'activité intense du système végétatif aurait pour but de préparer l'organisme à utiliser, en cas d'urgence, la totalité de ses ressources pour fuir ou défendre.

Des théories toutes récentes de l'émotion ont été développées sur la base de modèles animaux. Sous l'impulsion des travaux d'Edmund Rolls (1995), les émotions seraient des états provoqués par des stimuli renforçateurs, c'est-à-dire des stimuli dont l'apparition, la suppression ou l'omission modifie ou non l'expression de la réponse ultérieures.

Il existe des renforçateurs primaires ou innés (*nourriture, douleur...*), et des renforçateurs secondaires qui s'acquièrent par apprentissage, selon les lois du conditionnement pavlovien classique, grâce à l'association à des stimuli primaires.

Lorsqu'un renforçateur primaire augmente la probabilité d'émission ultérieure d'un comportement, il s'agit d'un renforcement positif (*ou récompense*). Rolls (1995) distingue les émotions liées à la survenue d'une récompense (*plaisir, satisfaction*), à la suppression ou l'omission d'une récompense (*tristesse, colère, frustration*), à la survenue d'une punition (*peur, crainte*), et à la suppression ou l'omission d'une punition (*soulagement*).

Bien que le modèle animal soit trop réducteur pour l'appliquer comme cela à l'homme, il apporte cependant des indices précieux pour l'interprétation de la pathologie humaine.



Huit types d'émotions tirées d'un manga, incluant (de gauche à droite) : neutralité, euphorie, satisfaction, tristesse, colère, déception, boudoir et perplexité. Les œuvres picturales comme les mangas participent à homogénéiser l'interprétation des expressions faciales, bien qu'elles relèvent de la convention culturelle

« Perception of facial expressions differs across cultures », ScienceDaily, 1er septembre 2011 (lire en ligne [archive], consulté le 16 mars 2018)

## Parlons de l'humeur et ses désordres

Le concept de l'humeur tel que le dictionnaire le relève, c'est l'ensemble des dispositions, des tendances dominantes qui forment le tempérament, le caractère ; l'humeur vient du latin *\*humor\**, ou liquide, qui désigne ce qui est changeant, mouvant, voir même insaisissable.

Le terme a perdu sa référence à la *\*théorie des humeurs\** du médecin grec Galien. Cependant, l'humeur se distingue des émotions par sa relative stabilité. Malgré son caractère changeant, l'humeur est en effet un état relativement stable et durable, dénué du caractère intense et brutal propre à l'émotion.

C'est par cette nature stable que l'humeur se distingue également des sentiments, parce que le sentiment est une impression ponctuelle, le vécu d'un instant, l'humeur est lui, un état. L'humeur est une fonction psychophysiologique qui règle le tonus affectif de base, module nos émotions et nos motivations.

Les classifications des troubles liés à l'humeur sont multiples, compliquant aussi davantage leur compréhension. La classification américaine du DSM de l'APA (*American Psychiatric Association*) et la classification internationale des maladies sont actuellement les plus utilisées pour démarquer ces troubles psycho-affectifs.

Classiquement, on distingue deux grandes catégories de ces déficits : les troubles anxieux et les troubles de l'humeur.

Il existe de nombreux troubles anxieux, mais tous ont en commun une expression pathologique de la peur. (*l'anxiété généralisée, les TOC, les phobies, trouble panique, ESPT*).

Les troubles de l'humeur nous trouvons : les troubles dépressifs, les troubles bipolaires.

### Les causes :

Bien qu'on connaisse mal les causes exactes des troubles de l'humeur, on sait qu'un certain nombre de facteurs interviennent dans leur développement. Parmi ceux-ci, on distingue les facteurs liés à l'environnement, le facteur héréditaire et les facteurs biochimiques.

La contribution relative de ces facteurs varie d'une personne à l'autre. De plus, ces facteurs interagissent entre eux, de sorte que les troubles de l'humeur, plutôt que d'être liés à une seule cause, résultent la plupart du temps de la rencontre d'une vulnérabilité pré-existante acquise ou innée avec un certain nombre de circonstances défavorables.

### Traitement des troubles de l'humeur :

Ils sont pharmacologiques, psychothérapeutiques, électro-convulsivothérapeutiques.

Pour plus d'informations sur cette question vous pouvez vous inscrire à des formations spécifiques sur le site : <https://www.autonomiaworld.org>

*Emotion, humeur et motivation sont des processus affectifs bien distincts mais, ayant longtemps souffert de l'absence de définition claire, ces trois processus sont parfois encore utilisés de façon interchangeable, surtout pour deux d'entre eux. Ces termes sont devenus plus précis et mieux délimités et a permis de mettre davantage en lumière l'intrication subtile de chacun de ces processus entre eux.*

*(Dr Jacques Dayan)*





## Sélection bibliographiques

- Andreasen, N.C.(2001). Brave new brain, New York, Oxford University Press  
Damasio, A.R. (1995). L'erreur de Descartes. Paris, Odile Jacob  
Habib, M. et Bakchine, S. (1998). Neuropsychologie des émotions. Rev. Neuropsychol., numéro spécial, 4.  
Lane, R.D. et Nadel, L., (2000). Cognitive neuroscience of emotion. New York, Oxford University Press  
Le Doux, J. (2005). Le cerveau des émotions. Paris, Odile Jacob.

Pour toutes demandes vous pouvez adresser votre message directement à :

***association@autonomiaworld.com***

ou utiliser le formulaire qui se trouve sur le site :

***<https://www.autonomiaworld.org>***

