

COMMENT PENSER L'ÉMOTION ?

Vinciane Despret, Mony Elkaïm, Isabelle Stengers

De Boeck Supérieur | « Cahiers critiques de thérapie familiale et de pratiques de réseaux »

2002/2 n° 29 | pages 15 à 21

ISSN 1372-8202

ISBN 2804138712

Article disponible en ligne à l'adresse :

<https://www.cairn.info/revue-cahiers-critiques-de-therapie-familiale-2002-2-page-15.htm>

Pour citer cet article :

Vinciane Despret *et al.*, « Comment penser l'émotion ? », *Cahiers critiques de thérapie familiale et de pratiques de réseaux* 2002/2 (n° 29), p. 15-21.
DOI 10.3917/ctf.029.0015

Distribution électronique Cairn.info pour De Boeck Supérieur.

© De Boeck Supérieur. Tous droits réservés pour tous pays.

La reproduction ou représentation de cet article, notamment par photocopie, n'est autorisée que dans les limites des conditions générales d'utilisation du site ou, le cas échéant, des conditions générales de la licence souscrite par votre établissement. Toute autre reproduction ou représentation, en tout ou partie, sous quelque forme et de quelque manière que ce soit, est interdite sauf accord préalable et écrit de l'éditeur, en dehors des cas prévus par la législation en vigueur en France. Il est précisé que son stockage dans une base de données est également interdit.

Comment penser l'émotion ?

Vinciane Despret¹, Mony Elkaim², Isabelle Stengers³

1. De la difficulté à définir ce qu'est une émotion

Dans la perspective qui est celle de la rencontre des Treilles, la question des émotions désigne un cas typique de notion non-disciplinaire, ces notions qui font à la fois la richesse, l'intérêt, mais aussi la grande difficulté des sciences dites « humaines ». Contrairement à celles qui sont proposées par les sciences expérimentales, ces notions sont en général plus anciennes que toute science, et elles appartiennent de fait à un très grand nombre de pratiques, scientifiques comme non scientifiques. La possibilité de leur donner une définition univoque impliquerait donc, dans ce cas, l'idée que cet ensemble de pratiques pourrait être réorganisé de manière hiérarchisée, avec, au sommet, celle qui aurait produit les termes de la définition.

Notre pari est inverse. Il suppose qu'une question comme celle des émotions demande un double mouvement complémentaire : l'élucidation des significations éminemment diverses qu'elle revêt pour l'ensemble des pratiques qui en font un enjeu (pratiques scientifiques, artistiques, thérapeutiques, voire même politiques) comme aussi pour ceux qui, d'une manière ou d'une autre, en savent quelque chose sur ce qui les émeut et ce que cela signifie pour eux (y inclus les praticiens qui viennent d'être cités). Qu'il suffise de rappeler le « paradoxe du comédien » de Diderot pour empêcher de confondre l'émotion comme « enjeu » et l'émotion comme « vécu » : pour toucher le public, le comédien ne doit pas être submergé par ses propres émotions...

Selon notre pari, la question des émotions demande donc moins une définition qu'une « intelligence » au sens latin où « intellegere » implique d'abord la capacité d'apprécier, d'être connaisseur, de développer un « goût » et un discernement, ce à quoi se rapporte le préfixe « inter » : non un savoir

-
1. Philosophe, psychologue, professeur à l'Université de Liège, Belgique.
 2. Neuropsychiatre, thérapeute familial, professeur à l'Université Libre de Bruxelles.
 3. Philosophe, chargée de cours à l'Université Libre de Bruxelles.

qui isole « son objet », mais un savoir qui ne peut progresser qu'à mieux caractériser ce qu'il recherche dans la multiplicité de ce que les autres recherchent. Ou alors, qu'à construire de manière plus fine sa propre « version », en tant que distincte mais articulée à d'autres versions.

Une telle thèse a, nous en sommes conscients, des implications en ce qui concerne la pratique des sciences humaines, et le danger pour elles du modèle de réussite disciplinaire que proposent les sciences expérimentales. La rencontre des Treilles vise donc également à explorer d'autres modes de réussite, où l'intérêt d'une proposition passe par la manière dont elle se situe par rapport à d'autres propositions. Ce type de réussite demande, pour être exploré, des rencontres transdisciplinaires, donnant aux participants l'occasion non pas seulement de s'écouter les uns les autres, mais de prendre le temps de se parler, de saisir « émotionnellement » la manière dont l'autre pose le problème, c'est-à-dire, passant par les autres, de mieux saisir également la spécificité de sa propre approche. Seules des rencontres comme celles-là peuvent créer le type d'appétit intellectuel qui permette de résister à la puissance du modèle disciplinaire, c'est-à-dire d'entretenir avec les difficultés propres aux sciences humaines un rapport dénué de nostalgie pour la démarche assurée des sciences expérimentales.

2. Sciences humaines et savoirs venus d'ailleurs.

C'est une constante dans l'histoire des sciences humaines (depuis le XVIII^e siècle) que d'avoir accueilli des modèles inspirés par le développement des sciences formalisées. On peut citer les « forces », les diverses notions d'équilibre, les analogies avec la biologie, la cybernétique, la théorie des systèmes.

Cette situation est positive en ce que, avec ces modèles, ce sont des manières de penser, de poser des problèmes, d'explorer des modes de formulation qui deviennent, selon l'expression de Conrad Waddington, des « outils pour la pensée » (*tools for thought*). Elle devient dangereuse lorsque des effets d'autorité se produisent, rencontrant le rêve que, un jour, la « bonne manière » de poser le problème permettra enfin à une science humaine d'adopter le type de démarche qui coïncide avec le progrès dans les sciences expérimentales (progrès renvoyant notamment à la notion de « paradigme »).

L'un des organisateurs de cette rencontre, Mony Elkaïm, peut témoigner de la fécondité, pour sa pratique de clinicien, de rencontres avec des modèles de ce genre. D'abord, avec la théorie des systèmes de Ludwig von Bertalanffy, qui a appris aux thérapeutes « systémistes » à résister à la tentation offerte par la situation de demande d'aide (désignant un patient) et à chercher à

comprendre un symptôme comme inséparable du mode de fonctionnement du groupe (familial ou institutionnel) où il se produit. Puis avec la cybernétique « de second ordre » et les travaux de Heinz von Foerster, qui ont aidé les thérapeutes à prendre en compte le fait que, intervenant au sein de tels groupes, ils en font partie, et à tenter de concevoir leurs modes d'intervention à partir de la manière dont ils sont ainsi eux-mêmes situés. Enfin, avec la physique des systèmes loin de l'équilibre, ce sont les notions de seuil, d'amplification de ce qui pouvait sembler insignifiant, de bifurcation, qui les ont aidés à reconnaître, dans leurs propres « intuitions », les germes de possibilité de changer propres aux « systèmes ». Dans ces trois cas, l'apport a été fécond en ce qu'il n'a pas constitué un modèle auquel se soumettre, mais un incitatif à résister à la plausibilité de modes d'explication linéaires et objectivistes, et à développer un mode de caractérisation et de transmission de leurs pratiques qui permette de dire, et donc de travailler, leur singularité.

Nous pensons que la question des émotions, peut bénéficier de tels apports. Les émotions ont été en effet trop souvent définies à partir des idéaux de rationalité (capacité à justifier une décision) et de liberté (capacité à prendre une décision en toute autonomie), comme ce qui leur fait obstacle. Elles ont également été définies comme manifestations de déterminismes qui font de la rationalité et de la liberté des illusions (et dans ce cas, la rationalité appartient à la science qui met à jour ces déterminismes). Tant les notions d'autonomie que d'explication rationnelle doivent donc être interrogées, et nous pensons que des sciences « non humaines » peuvent contribuer à cette interrogation.

Ainsi, nul ne dira qu'un système physico-chimique loin de l'équilibre est « ému ». En revanche on parle à son sujet de « sensibilité » : certains aspects de l'environnement, négligeables pour un comportement près de l'équilibre, peuvent devenir cruciaux loin de l'équilibre. En d'autres termes, on peut dire que c'est l'activité du système lui-même qui détermine ce qui « compte » pour lui dans son environnement. De ce fait, ce que l'on définit en tant qu'« explication » s'enrichit et se complique puisque ce qu'il s'agit d'expliquer, ne désigne plus un comportement défini en termes de soumission des effets à des causes, mais un comportement naissant de l'interaction entre une sensibilité et un environnement.

L'apport des systèmes loin de l'équilibre est la possibilité de proposer des cas simples, discutables où, la notion de « cause » ne peut plus être définie de manière générale, indépendamment non pas seulement de l'être que la cause affecte, mais plus précisément des modes de « sensibilité » qui caractérisent ses différents régimes d'activité. Une telle perspective peut permettre d'échapper à l'opposition trop simple entre comportement « inné », c'est-à-dire génétiquement déterminé, et comportement « acquis », et, de

manière plus générale, de mettre en cause tout modèle de comportement qui cherche ses explications soit vers la « réalité » à laquelle s'adresse ce comportement soit vers les déterminations internes qu'il traduirait. L'émotion a souvent été mobilisée dans ce type d'explication (émotion « aveugle » faisant « écran », ou émotion « authentique » disant la vérité sur les « déterminations internes » du comportement), mais elle a aussi, pour certains de ses interprètes, tel William James, été caractérisée dans des termes qui rappellent la question de la sensibilité : elle serait ce qui fait sentir, ou ce qui fait penser.

Une seconde source très importante est l'immense domaine de l'éthologie animale, et de la diversité des modes de relation entre individus qui y est déclinée. Des insectes « sociaux » comme les fourmis ont le plus souvent été assimilés à des automates, simples parties du tout que constitue leur groupe, quitte à ce que la sociobiologie leur attribue des comportements pour nous émotionnellement chargés (sacrifice, altruisme). À l'autre extrême, les expériences où il s'est agi d'apprendre aux singes à « parler » ont mis en lumière l'importance de relations véritablement « émotionnelles » avec leurs « éducateurs ». Dans tous les cas se pose la double question de l'individu et de sa relation aux autres : qu'est-ce qu'une fourmi, un rat, un perroquet, un chimpanzé, sans leurs congénères ?

Certes ce que « sent » un perroquet ou un rat nous est inaccessible, comme nous est d'ailleurs inaccessible ce que « sent » un enfant nouveau né. Mais l'éthologie a néanmoins appris à décrire, à interroger, à distinguer. Elle devrait nous orienter sur un double mode : d'une part du point de vue de son contraste avec la psychologie expérimentale (qui, elle, part toujours d'une définition permettant d'identifier les traits observables mis en scène expérimentalement) ; d'autre part, du point de vue de l'exploration de la variété des réponses à la question de l'individu et de sa relation aux autres, créant un tout autre appétit que celui qui exige une réponse théorique bien définie.

3. La question « matérialiste »

Pendant longtemps les explications matérialistes (neuronales, neurochimiques, etc.) ont été présentées comme destinées à remplacer celles des sciences humaines, comme l'usage rationnel des médicaments a été présenté comme devant remplacer les « manières de guérir » qui mettent en jeu signification, conflits, relations, etc...

La situation est heureusement beaucoup plus compliquée aujourd'hui, et la notion d'émotion est au centre de cette complication, au sens où elle peut être directement articulée avec la question de ce qui « arrive » lors d'une

rencontre avec le monde. Comme le disait William James, suis-je ému parce que le spectacle est émouvant, ou le spectacle est-il émouvant parce que je suis ému ? Et les industries pharmacologiques répètent : cette molécule agit-elle en raison de sa puissance propre, ou est-elle puissante parce que nous l'anticipons telle ?

Nous espérons pouvoir approcher les travaux qui explorent tant le cerveau que les drogues psychotropes du point de vue de cette intrication où aucune cause n'est « fausse », mais où aucune n'est capable de faire taire les autres. La définition du cerveau de fait, est double, puisqu'il est aussi bien « spécifique », produit d'un héritage génétique, et « organe » d'apprentissage, de nouveauté, de création de sens. Le cerveau humain a besoin d'un « vrai » monde : il n'est rien sans les gènes, mais il n'est rien non plus sans les relations avec une réalité multiple à laquelle il s'agit de donner du sens et qui confère à la personne, non au cerveau, une volonté, des intentions, des interprétations. Le cerveau nous invite donc par lui même à apprendre à dépasser les oppositions. De même, l'ensemble des drogues psychotropes ont, contrairement aux antibiotiques par exemple, un mode d'action qui renvoie irréductiblement aux significations sociales et culturelles.

L'enjeu, ici, sera de penser ce qu'on pourrait nommer le « cerveau ému » : non pas d'unifier des approches incompatibles (fonctionnement cérébral et émotion vécue) mais de penser comment chaque approche a, en fait, besoin de l'autre, et est d'autant plus riche qu'elle explore la manière dont elle a besoin de l'autre.

4. Psychologie, clinique et anthropologie : au cœur des sciences humaines

Y a-t-il une définition « générale » des émotions, celles-ci communiquent-elle avec une forme d'« animalité » en l'homme, avec ce qui serait sa vérité spirituelle la plus authentique, ou bien toutes les émotions sont-elles « socialement construites » ? Pire, la catégorie même d'émotion – c'est-à-dire l'ensemble des questions qui s'articulent autour d'elle, des problèmes que nous posons à son sujet, des pratiques qui la visent – n'est-elle pas culturellement construite ?

Nos œuvres, romans, confessions, dilemmes, mettent en scène des émotions, mais les Chinois, apprenons-nous, parlent très peu de leurs émotions. Les « inhibent »-ils, ou cultivent-ils autrement leurs rapports au monde, aux autres et à eux-mêmes ?

Un certain idéal de compréhension met en scène l'« empathie », le partage immédiat des émotions. S'agit-il d'une véritable « méthode », ou d'un événement qui n'autorise surtout pas à se penser à la place de l'autre ?

Pourquoi les statues représentant des guérisseurs africains les montrent-ils si souvent se bouchant les oreilles ? Certes, différentes thérapies font appel direct à l'émotion en tant que moteur de transformation, mais d'autres s'en gardent bien. S'agit-il de chemins différents pour mettre en œuvre « les mêmes » possibilités de changement ou de type de changement différents ?

L'émotion est parfois opposée à la pensée rationnelle, et pourtant, n'importe quel scientifique innovant témoignera de l'émotion qui accompagne son travail. Comment cultivons-nous les différentes articulations entre pensée et émotion ?

L'émotion envahit, submerge, se propage, infecte, et pourtant on parle de la froideur de ceux qui « manipulent » les émotions des autres. Comment les scientifiques se protègent-ils tant de la propagation que de la froideur manipulatrice ?

Peut-on parler des émotions sur un mode neutre, sans participer par là même à une certaine « culture des émotions » ?

Rien de plus authentique, apparemment, que le « sentiment de la solitude », et pourtant il s'agit d'un type d'émotion dont l'apparition peut être datée, historiquement située. Le sens de « soi » qui accompagne l'émotion est-il aussi bien une construction culturelle et historique ? Y aurait-il des invariants, et quelle pourrait être leur portée ? Quelles épreuves doivent-ils satisfaire pour être reconnus en tant qu'invariants ? Sont-ils ce qu'il y a de plus intéressant ?

Rien de plus opposable, apparemment, que de « jouer un rôle », ou « simuler », et d'être vraiment « pris » dans une situation. Et pourtant, toute l'histoire de l'hypnose au XX^e siècle nous raconte la très grande difficulté à distinguer les deux. L'idée d'une « émotion authentique » est-elle aussi évidente qu'elle en a l'air ?

Ce réseau de questions, et bien d'autres, constituera l'arrière-plan de nos discussions, lorsqu'il s'agira de parler des émotions humaines, des modes de changement induits par les psychothérapies, ou des situations de conflit que déchiffrent les psychologues ou cliniciens. Nous n'espérons évidemment pas de réponse qui tranche l'ensemble de ces hésitations, qui distribue vérité et apparence. Nous sommes plutôt convaincus que c'est l'apprentissage de la perplexité, et de l'humour qui lui répond, qui peut donner aux spécialistes des sciences humaines le type d'appétit qui convient à leur pratique.

Pour les praticiens des sciences expérimentales, la première urgence est de distinguer entre « fait », à partir duquel il sera possible de comprendre et d'interpréter, et « artefact », directement produit par la situation expérimentale et donc sans valeur. Pour les praticiens des sciences humaines, une fois reconnue l'impossibilité générale de la distinction entre fait et

artefact, la première urgence est peut-être de réussir à ne pas sombrer dans un relativisme général de type ironique (nous sommes les auteurs de ce que nous croyons apprendre à connaître). Tout ne se vaut pas, toutes les manières de parler des émotions ne sont pas également intéressantes, également éclairantes, même si aucune n'est neutre.

Félix Guattari avait opposé au paradigme « objectiviste » (quelle est la bonne définition ?), la possibilité d'un paradigme « éthologique, éthique et esthétique », trois adjectifs qui déploient dans des registres distincts la question de nos manières de « sentir ». Il est possible que la question « comment penser les émotions ? » s'inscrive dans cette proposition, qu'elle nous amène à faire passer les véritables différences entre les questions qui « abaissent » ce qui est interrogé, dont le succès exige une mutilation de ses capacités de sentir, d'interpréter, de donner du sens, et celles qui lui permettent de montrer, ou d'explorer, ce dont il est capable. Si c'était le cas, à travers la question des émotions, c'est toute la singularité des sciences qui s'adressent aux humains et, de manière plus générale, à tous les êtres capables d'apprendre, d'interpréter, et donc susceptibles d'être mutilés par nos questions, que nous aurions approchée.