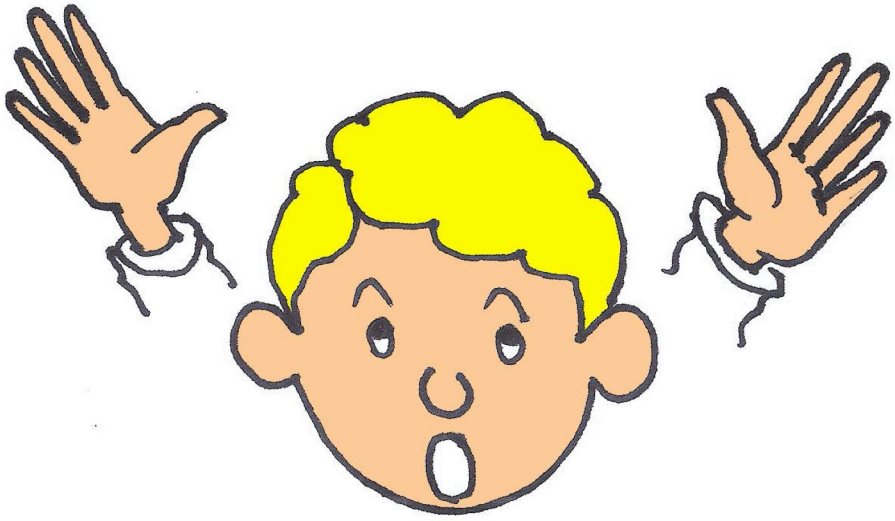
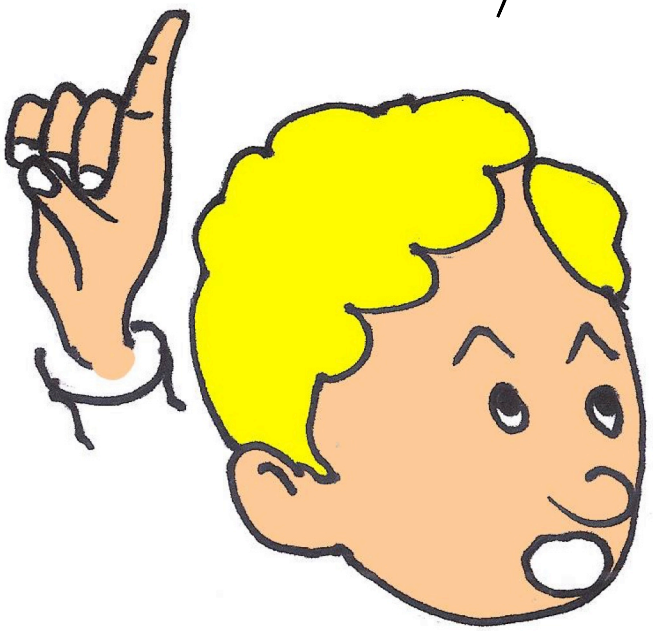
L'ÉMOTION EXPLIQUÉE AUX ENFANTS



PATRICK ROUILLIER 2020

C'EST UN MÉCANISME PSYCHOLOGIQUE COMPLEXE À LA BASE MÊME DE NOTRE VIE D'ÊTRES HUMAINS. IL EST ASSEZ MAL CONNU ET RAREMENT EXPLICITÉ. POURTANT IL EST À L'ORIGINE DE LA FORMATION DE NOTRE CONSCIENCE, LA BASE DE NOTRE CAPACITÉ DE COMMUNICATION, ET DE NOTRE SENTIMENT D'EXISTER.

L'ÉMOTION EST UN PROCESSUS COMPLEXE QUI À PARTIR D'UNE PERCEPTION (UNE SENSATION) VIA UNE PRISE DE POSITION (UNE ATTITUDE) CONDUIT À UNE RÉACTION COMPORTEMENTALE (PEUR, COLÈRE, JOIE ...) C'EST CE MÉCANISME QUE NOUS ALLONS ÉTUDIER !

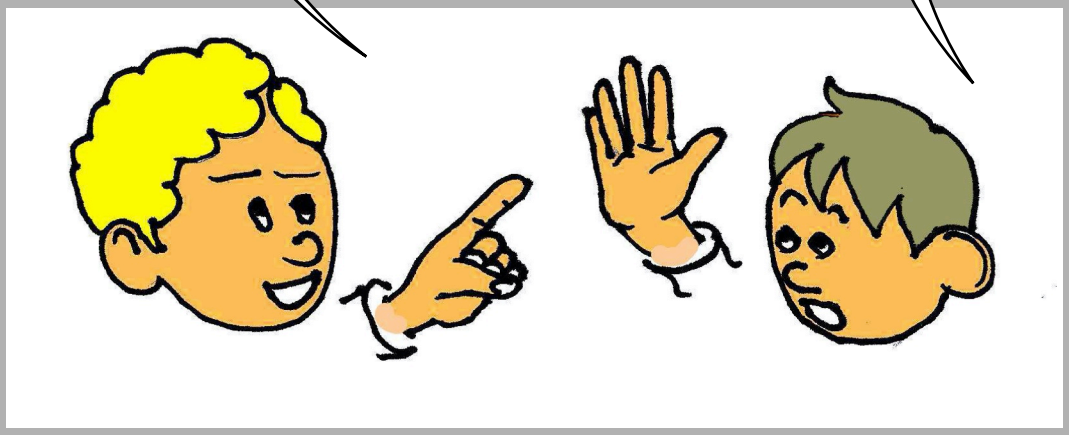


QUAND TU ME VOIS TU SEMBLES UN PEU MAL À L'AISE

CETTE SURPRISE C'EST CE QUE L'ON APPELLE UNE ÉMOTION !

C'EST SÛR, TU ME PARLES TOUJOURS DE CHOSES QUI ME SURPRENNENT

JE NE SUIS PAS ÉMU, JE SUIS JUSTE CURIEUX

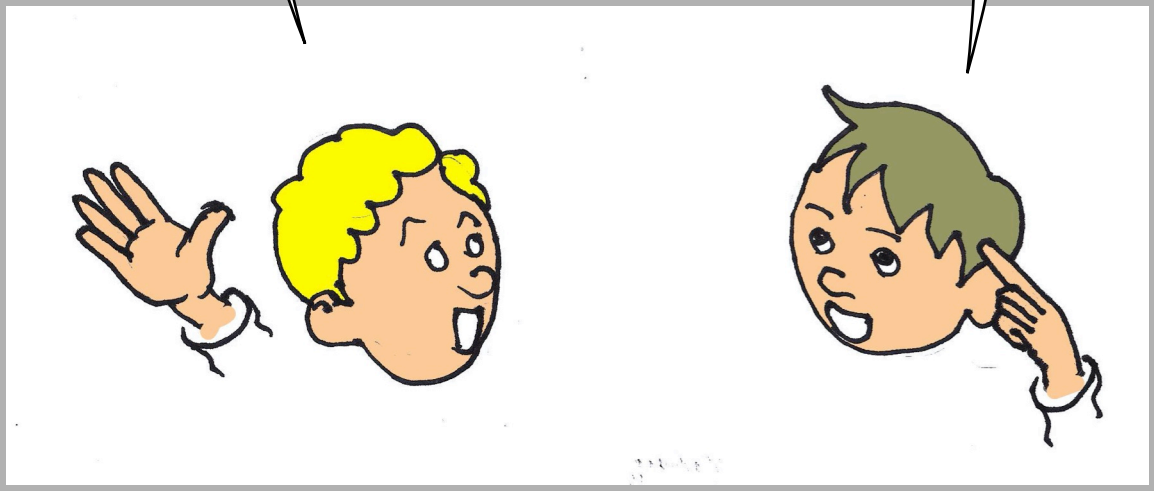


ÊTRE ÉMU C'EST UNE FORME D'ÉMOTION, MAIS CE N'EST PAS LA SEULE. PEUX-TU M'EN CITER D'AUTRES ?

HEU ..., IL Y A LA PEUR, LA JOIE, LA TRISTESSE, LA COLÈRE, LE DÉDAIN ...

PAS MAL, MAIS CE QUE TU CITES NE SONT PAS À PROPREMENT PARLÉ DES ÉMOTIONS MAIS DES COMPORTEMENTS CONSÉCUTIFS À DES ÉMOTIONS

WAOUH ! LÀ JE « PLANE À DONF », EXPLIQUE MOI !

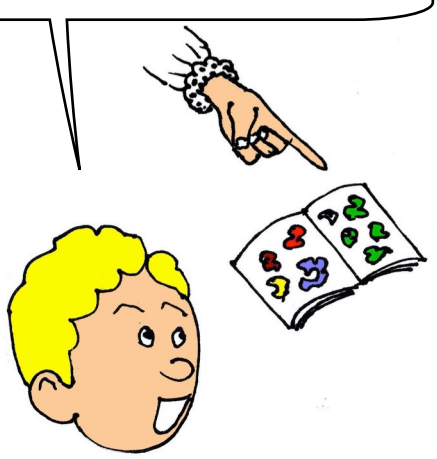


BON, ON VA REPRENDRE DEPUIS LE DÉBUT

PRENONS UN EXEMPLE. QUAND TU ÉTAIS PETIT, VERS 4 À 5 ANS ON T'A APPRIS LES COULEURS. TU T'EN SOUVIENS ?

OUI, PARCE QUE LÀ TU AVAIS PLUTÔT COMMENCÉ PAR LA FIN.

OUI, MA MAMAN ME L'A APPRIS SUR UN LIVRE D'IMAGE

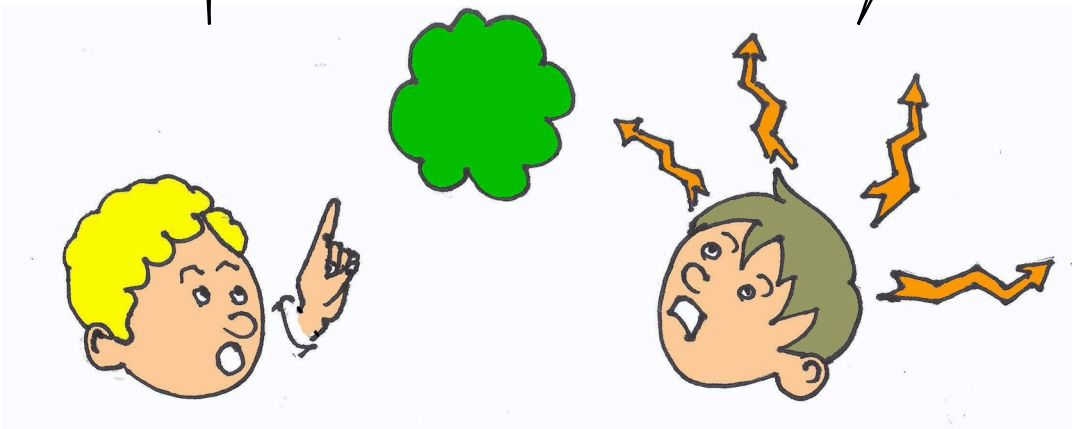


ELLE T'A MONTRÉ UN OBJET, UN DESSIN DE COULEUR VERTE ET ELLE T'A DIT C'EST DU VERT

OUI, ET MOI J'ESSAYAIS DE RÉPÉTER « VERT ! »

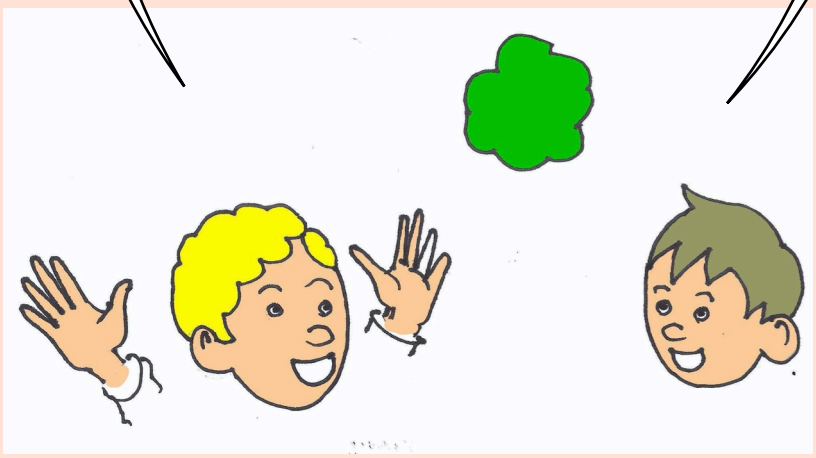
TU AS REGARDÉ LE DESSIN QU'ELLE TE MONTRAIT. L'IMAGE VUE PAR TES YEUX EST VENUE FRAPPER LES CELLULES DE LA RÉTINE (AU FOND DE L'ŒIL) ET VIA LE NERF OPTIQUE UN SIGNAL ÉLECTRIQUE A ÉTÉ TRANSMIS À TON CERVEAU

J'AURAIS PU M'ÉLECTROCUTER EN REGARDANT UN DESSIN !



NON CAR LE SIGNAL ÉLECTRIQUE EST TRÈS, TRÈS, FAIBLE. MAIS TON CERVEAU A REÇU LE MESSAGE, IL A PERÇU UNE SENSATION, CE QUI PEUT GÉNÉRER UNE ÉMOTION.

J'AI VU DU VERT !



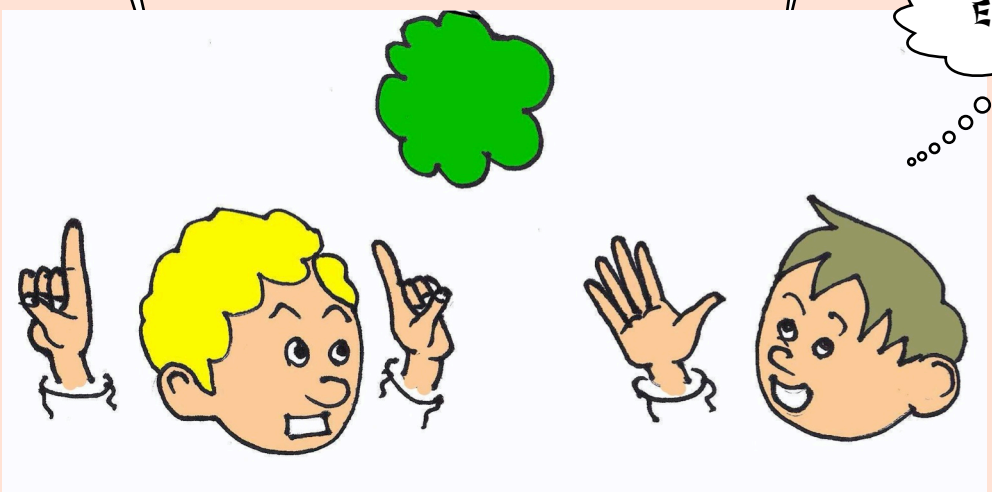
NON PARCE QUE À CE MOMENT-LÀ TU NE SAVAIS PAS CE QUE C'ÉTAIT DU VERT ! TU AS JUSTE EU UNE SENSATION INDÉFINIE

C'EST NORMAL PUISQUE J'ÉTAIS EN TRAIN D'APPRENDRE.

OUI, MAIS À CE MOMENT LÀ TA MAMAN T'A DIT C'EST DU VERT !

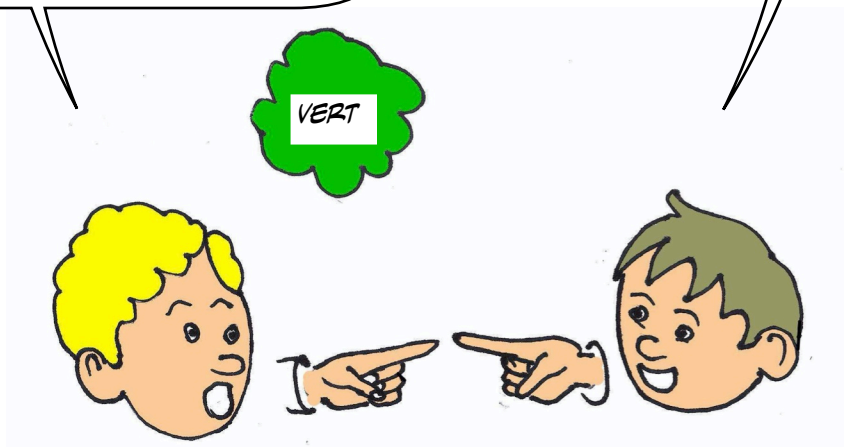
A CE MOMENT-LÀ J'AI COMPRIS

EVREKA



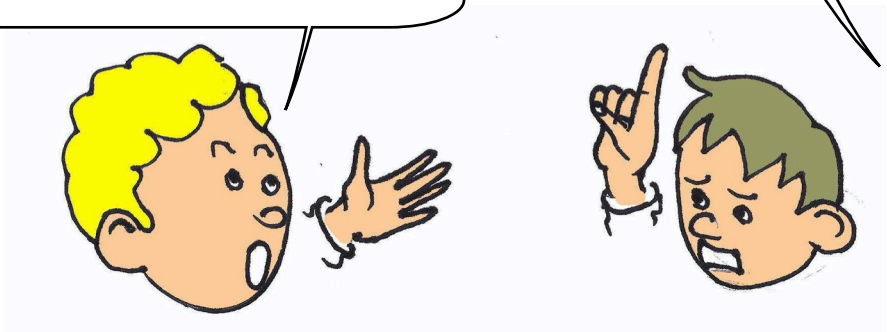
TU AS FAIT UNE RELATION ENTRE LA SENSATION PRODUITE PAR LE DESSIN VERT ET LE MOT « VERT » QU'A PRONONCÉ TA MAMAN

J'AI DONC ASSIMILÉ DEUX SENSATIONS PRODUITES PAR LA COULEUR ET LE MOT



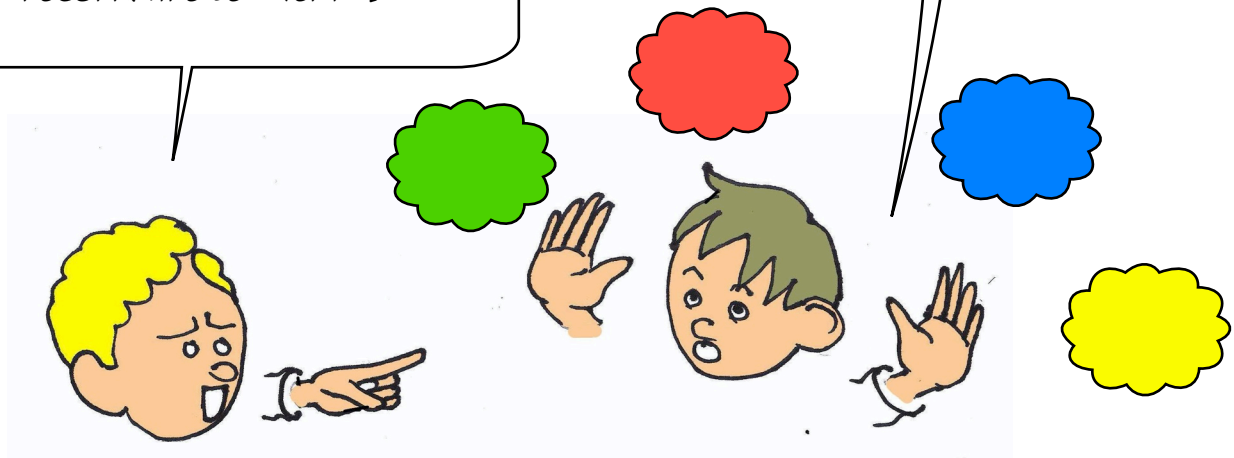
VOILÀ, TON CERVEAU À ASSIMILÉ LA CORRESPONDANCE ENTRE LES DEUX PERCEPTIONS (VISUELLE POUR LA COULEUR ET AUDITIVE POUR LE MOT). MAINTENANT CHAQUE FOIS QUE TU PERCEVRAS L'UNE DE CES DEUX SENSATIONS TU LA FERAS CORRESPONDRE À L'AUTRE

SI JE VOIS DU VERT J'AI LA SENSATION, L'ÉMOTION, PRODUITE PAR LA COULEUR VERTE ET JE FERAIS LE LIEN AVEC LE MOT VERT

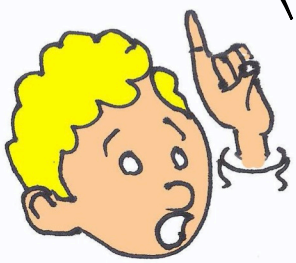


C'EST POURQUOI QUAND TA MAMAN TE MONTRE UNE AUTRE FOIS LE DESSIN TU RÉPÈTES : « VERT ! », ET COMME ELLE TE MONTRE QU'ELLE EST CONTENTE TU TE DIS, J'AI BIEN FAIT, ET TU AS APPRIS À RECONNAÎTRE LE « VERT ».

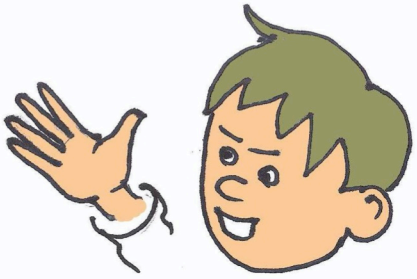
PAREIL POUR LES AUTRES COULEURS



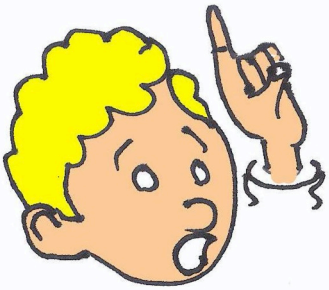
PAREIL POUR TOUT. CHAQUE FOIS QUE TU PERÇOIS QUELQUE CHOSE AVEC TES SENS (VUE, OUÏE, ODORAT, GOÛT, TOUCHER) TU CHERCHES DANS TA MÉMOIRE SI TU AS DÉJÀ RESSENTI CELA.
SI TU L'AS DÉJÀ RESSENTI, DÉJÀ APPRIS TU PEUT IDENTIFIER CETTE SENSATION, COMME TU IDENTIFIES LE VERT.



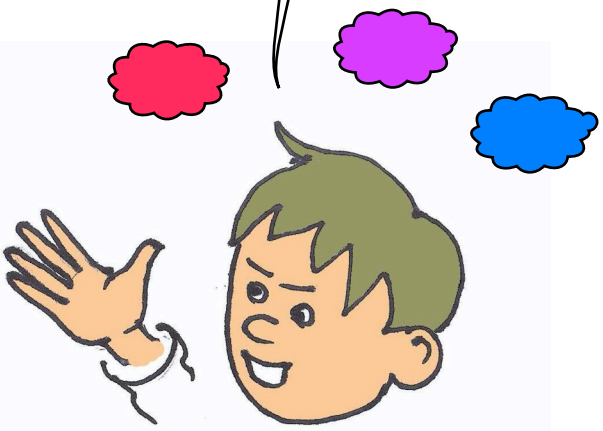
ET SI JE NE L'AI PAS APPRIS ?



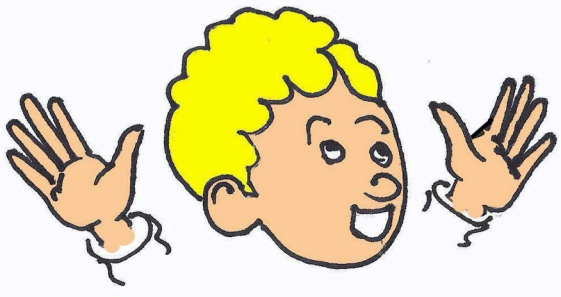
ALORS TU CHERCHES DANS TA MÉMOIRE LES SOUVENIR, LES APPRENTISSAGES QUI TE PARAISSENT LES PLUS PROCHE DE CE QUE TU CHERCHES À IDENTIFIER



SI PAR EXEMPLE JE VOIS DU VIOLET, JE ME DIS CELA RESSEMBLE UN PEU À DU ROUGE, MAIS AUSSI À DU BLEU



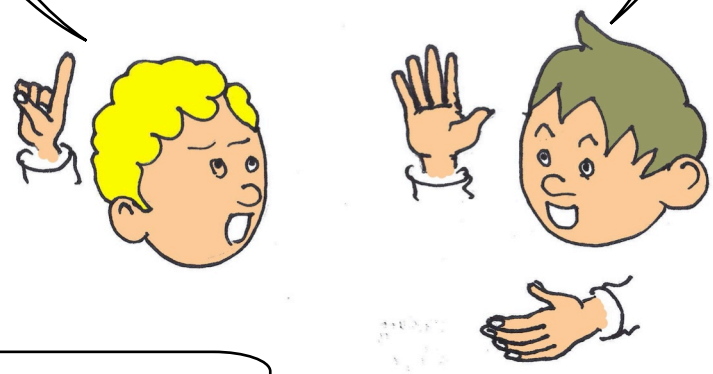
OUI SI TU AS DÉJÀ APPRIS À RECONNAITRE LE BLEU ET LE ROUGE, SI ON TE DIT QUE C'EST DU VIOLET TU APPRENDS QUE LE VIOLET EST UN MÉLANGE DE ROUGE ET DE BLEU



J'AI APPRIS À MÉLANGER DEUX SENSATIONS POUR EN IDENTIFIER UNE TROISIÈME.

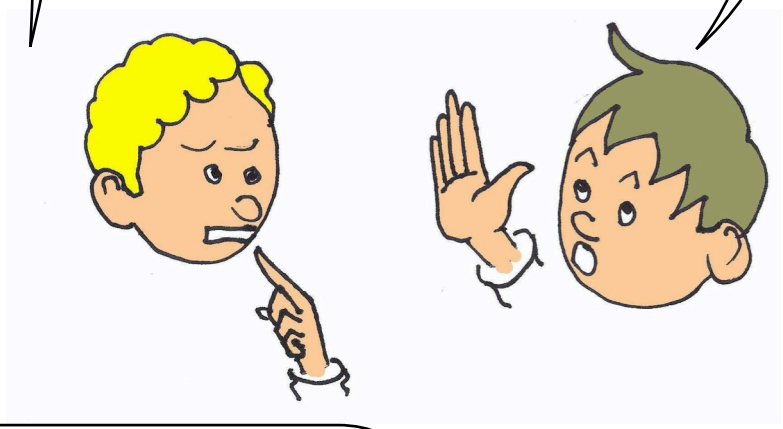
TU ENRICHIS TON CATALOGUE DE SENSATIONS ET LE VOCABULAIRE QUI VA AVEC. TU FORMES TA MÉMOIRE.

COMMENT EST-ELLE FORMÉE ?



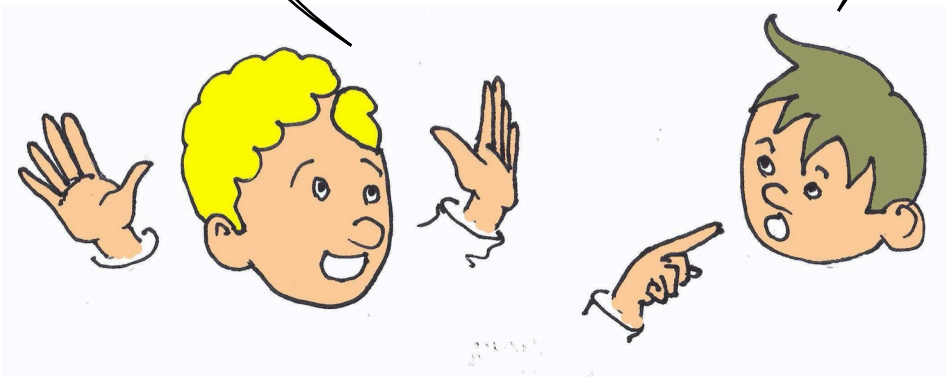
C'EST UN POINT COMPLIQUÉ ET JE VAIS ESSAYER DE T'EN PARLER SIMPLEMENT

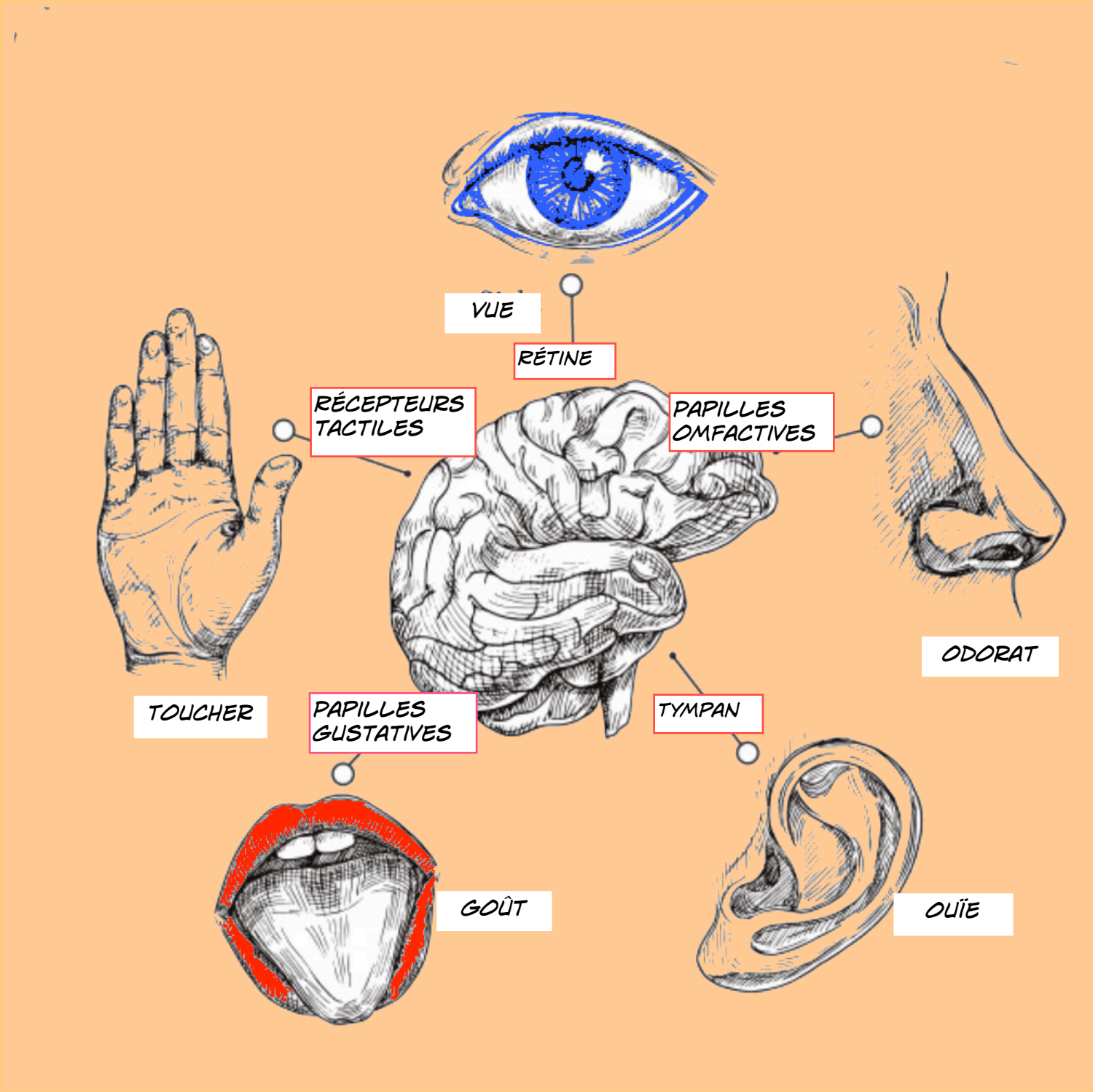
JE PRÉFÈRE ÇA CAR SI C'EST TROP COMPLIQUÉ, JE PERDS LE FIL !



LES PERCEPTIONS PAR TES SENS (VUE, OUÏE, ODORAT, GOÛT, ET TOUCHER) SONT DE SIMPLES SENSATIONS, ELLES REPRÉSENTENT DANS LE CERVEAU CE QUE L'ON APPELLE DES IMAGES MENTALES EN SOIT ELLES N'ONT AUCUN SENS.

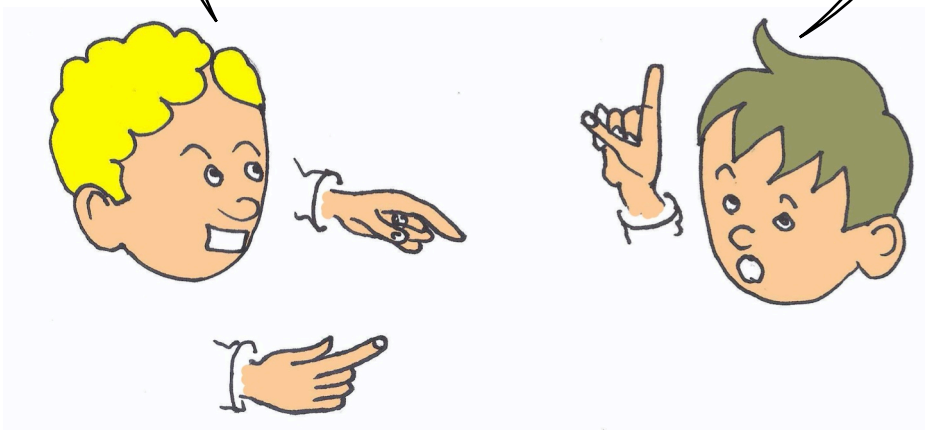
POURTANT, POUR MOI ELLES ONT UN SENS !




VUE
RÉTINE
RÉCEPTEURS TACTILES
PAPILLES OMFACTIVES
TOUCHER
ODORAT
PAPILLES GUSTATIVES
TYMPAN
GOÛT
OUÏE

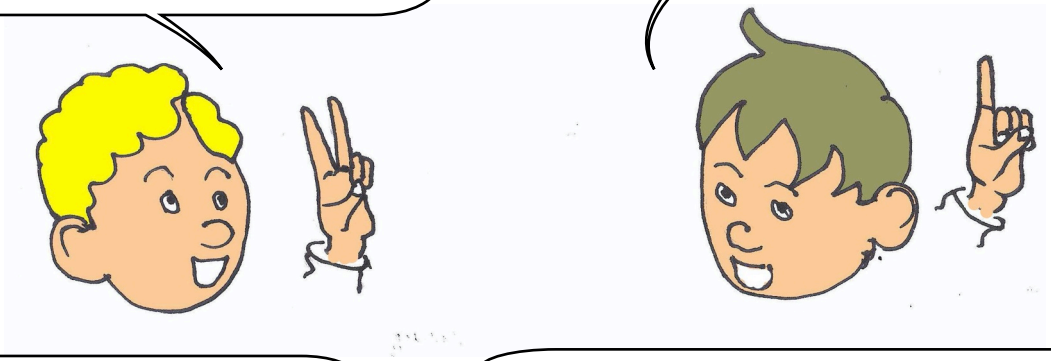
PARCE QUE TU LES COMPARE À DES SENSATIONS ANCIENNES QUE TU AS DÉJÀ APPRISE. CETTE COMPARAISON DÉFINIE UNE RELATION LOGIQUE ENTRE CES IMAGES ET TES APPRENTISSAGES PRÉCÉDENTS

C'EST LA COMPARAISON AVEC CE QUE JE CONNAIS DÉJÀ QUI DONNE UN SENS À CES IMAGES.



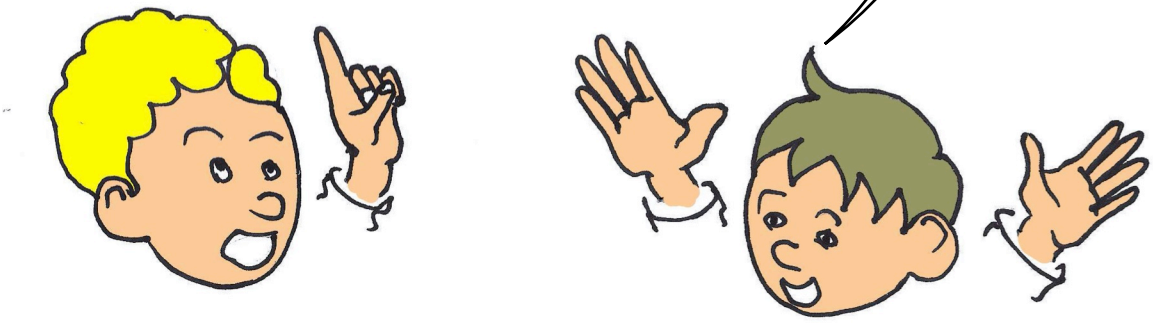
VOILÀ NOTRE MÉMOIRE, ON PEUT DIRE NOTRE CONSCIENCE EST FORMÉE DE DEUX ÉLÉMENTS
1) DES IMAGES MENTALES, QUI SONT LE SOUVENIR DES PERCEPTIONS, DES SENSATIONS QUE TU AS VÉCU
2) DES RELATIONS DE COMPARAISON LOGIQUE ENTRE TOUTES CES IMAGES

LES IMAGES MENTALES SERAIENT DES SOUVENIRS SENSORIELS, EN ELLES MÊME DÉPOURVUES DE SENS. CE SONT LES RELATIONS ENTRE ELLES , LES LIENS LOGIQUES QUI LES UNISSENT QUI LEUR DONNENT LE SENS QUE NOUS COMPRENONS



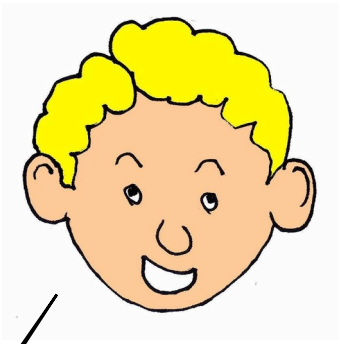
SI TU AS COMPRIS CELA, TU AS COMPRIS COMMENT FONCTIONNE NOTRE CERVEAU.

ALORS DURANT TOUTE MA VIE JE PERÇOIS DES CHOSES, DES ÉVÈNEMENTS. EN RELIANT CES PERCEPTIONS AVEC CE QUE JE CONNAIS DÉJÀ JE FORME MA CONSCIENCE.



UN EXEMPLE VOLONTAIREMENT TRÈS SIMPLE, PRESQUE « SIMPLISTE » QUAND TU AS APPRIS LA COULEUR VERTE, TA MAMAN TA MONTRÉ UN DESSIN VERT EN TE DISANT « ÇA C'EST VERT »

JE NE M'EN SOUVIENS PLUS TRÈS BIEN CAR J'AVAIS 4 ANS, MAIS JE CROIS QUE C'EST ÇA



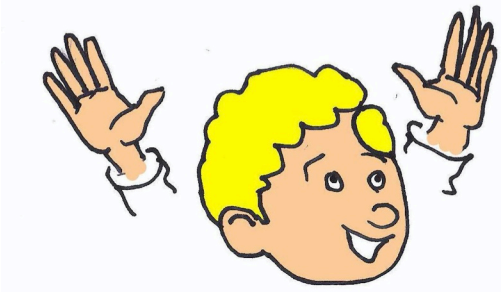
TU AVAIS DÉJÀ APPRIS LA NOTION DE DÉSIGNATION LE « C'EST ÇA » PARCE QUE L'ON T'AVAIS SOUVENT MONTRÉ TON JOUET, TON ASSIETTE, TA MAMAN, TON PAPA, ETC. ETC.

C'EST POUR CELA QUE QUAND MAMAN M'A MONTRÉ UN DESSIN VERT, EN ME DISANT « C'EST VERT » J'AI COMPRIS QUE JE DEVAIS ASSOCIER L'IMPRESSION FAITES PAR LE DESSIN VERT AVEC LE MOT VERT

TU T'ES SERVI DE TON APPRENTISSAGE PRÉCÉDENT, LA NOTION DE DÉSIGNATION ASSOCIÉE AUX MOTS

JE SAIS LE « VERT », MAIS JE NE SAIS PAS ENCORE QUE C'EST UNE COULEUR

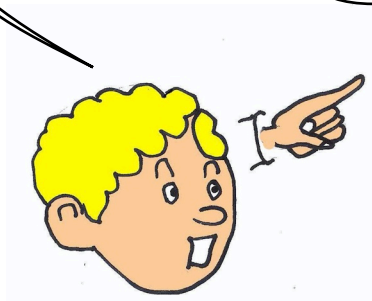
UN PEU DE PATIENCE, L'APPRENTISSAGE C'EST LONG ! TU VAS MAINTENANT APPRENDRE À CONNAÎTRE CERTAINS OBJETS, UNE VOITURE, UNE POUPÉE, UNE ASSIETTE, ...

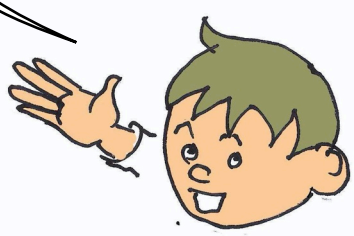


JE SAURAIS DONC RECONNAÎTRE PLEIN D'OBJETS

MAINTENANT QUAND TA MAMAN TE MONTRERAS DES OBJETS VERT EN TE DISANT « C'EST VERT » TU SAURAS QU'IL NE S'AGIT PAS DE L'OBJET EN SOI CAR TU SAIS QU'IL NE S'APPELLE PAS VERT, ET TU COMPRENDRAS EN REGARDANT TOUTES SORTES D'OBJETS VERTS QU'IL NE S'AGIT PAS DE L'OBJET MAIS D'UNE CARACTÉRISTIQUE QU'ILS ONT EN COMMUN

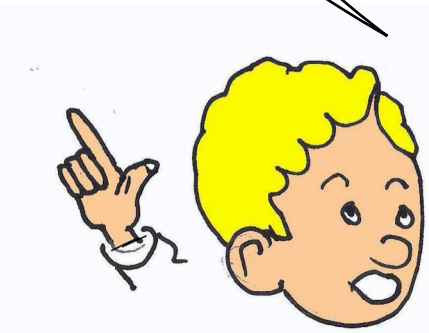
ET MA MAMAN M 'EXPLIQUERA QUE CE TRAIT COMMUN, ÇA S'APPELLE LA COULEUR

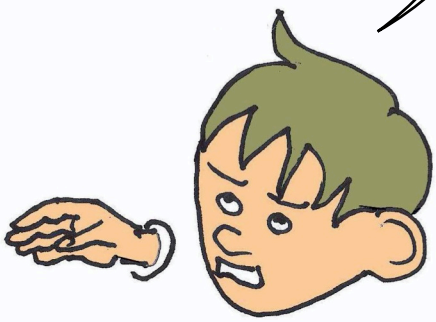




TU AS DONC APPRIS UNE NOUVELLE NOTION : LA COULEUR !

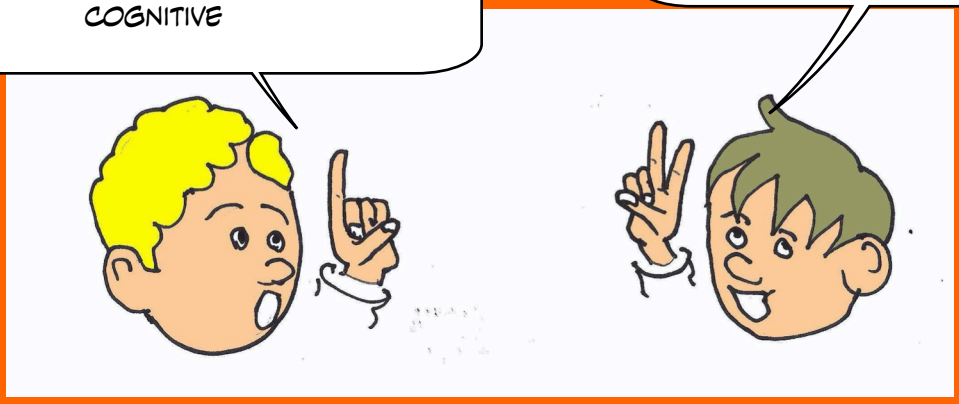
DONC TOUS LES JOURS J'APPRENDS DES CHOSES EN LES RELIANT, EN LES DÉDUISANT DE CE QUE JE CONNAIS DÉJÀ





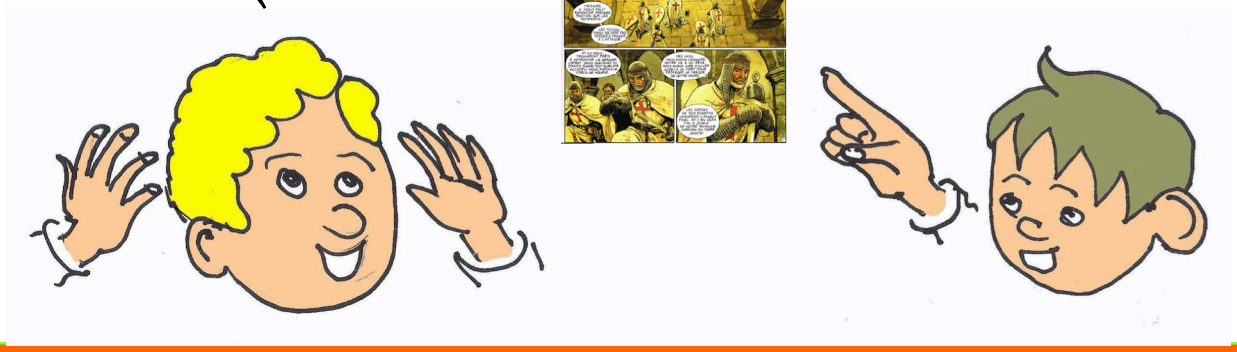
OUI, TOUTE TA VIE TU CONSTRUIS CE QUE L'ON APPELLE LA CONSCIENCE. LES IMAGES MENTALES QUE TU PERÇOIS À TRAVERS TES SENS SONT TA CONSCIENCE ÉMOTIONNELLE, ET LE RÉSEAU DE LIAISONS LOGIQUES ENTRE CES IMAGES EST TA CONSCIENCE COGNITIVE

J'AI DONC DEUX NIVEAUX DE CONSCIENCE, UN NIVEAU ÉMOTIONNEL ET UN NIVEAU RAISONNÉ.



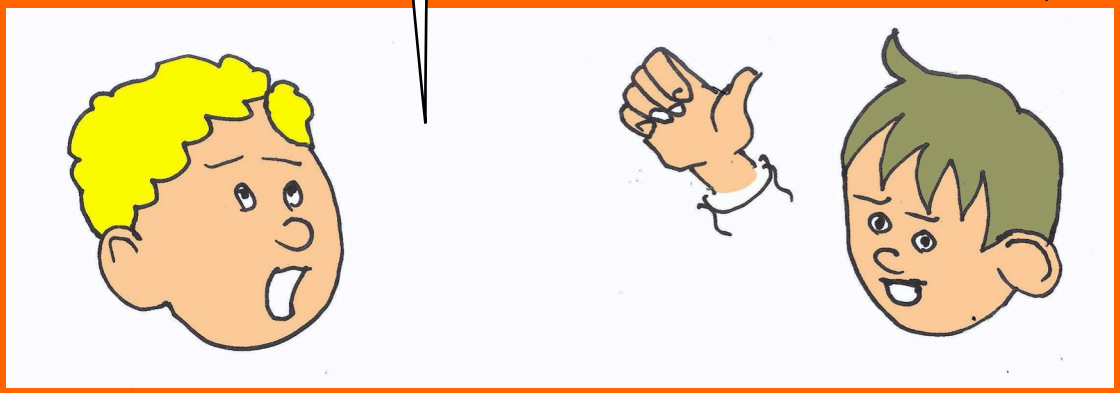
TOUT À FAIT, ET CET ENSEMBLE C'EST TA CONSCIENCE

C'EST UN PEU COMME UNE BD, AVEC LES IMAGES QUI REPRÉSENTENT LA PERCEPTION, LA SENSATION, ET LES « BULLES » QUI DONNENT DU SENS AUX IMAGES ?

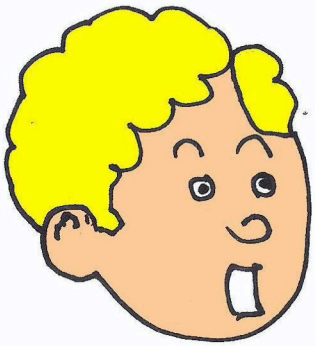


C'EST UNE COMPARAISON INTÉRESSANTE, MAIS C'EST UNE COMPARAISON, IL NE FAUDRAIT PAS LA POUSSER TROP LOIN : « COMPARAISON N'EST PAS RAISON »

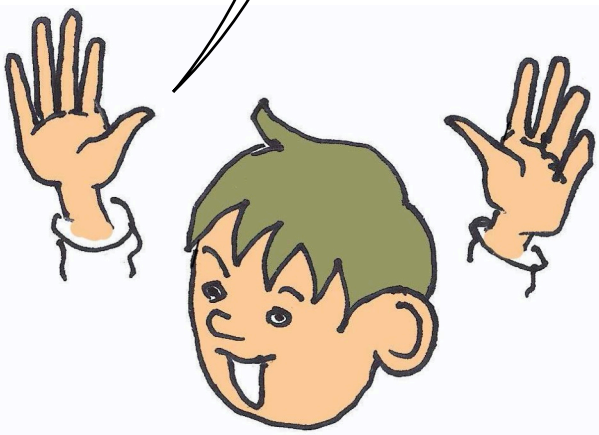
D'ACCORD, MESSAGE REÇU 5/5 !



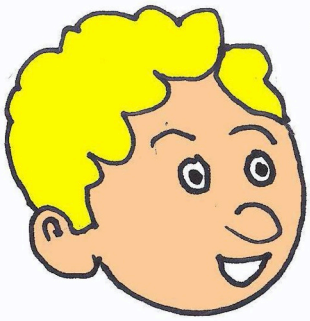
MAINTENANT QUE NOUS AVONS VU COMMENT FONCTIONNE NOTRE CERVEAU, ON VA POUVOIR PARLER DE L'ÉMOTION



ENFIN ! IL FAUT COMPRENDRE CERTAINES CHOSES AVANT DE POUVOIR EN COMPRENDRE D'AUTRES. ON CONSTRUIT TOUTE CONNAISSANCE SUR LES APPRENTISSAGES PRÉCÉDENTS.



VOYONS DONC LE MÉCANISME DE L'ÉMOTION, ET COMMENT LE VÉCU D'UNE SITUATION PEUT ENGENDRER DES COMPORTEMENTS DE JOIE, DE PEUR, DE COLÈRE, OU AUTRES



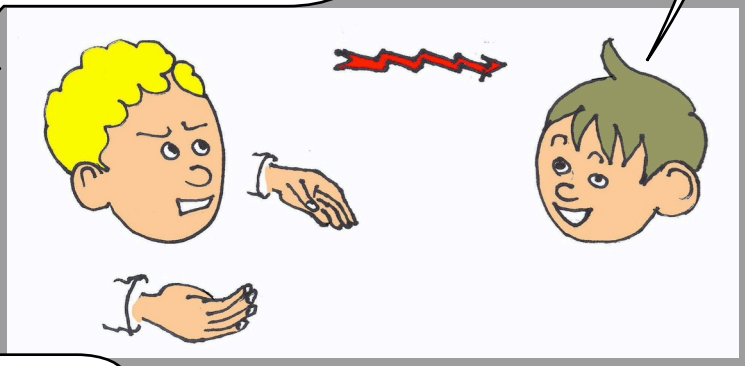
PARCE QUE TU N'ÉCOUTES PAS CE QUE JE DIS, TU CONCLUS AVANT D'AVOIR ANALYSÉ

TU M'AS DIT QUE LA PEUR N'ÉTAIT PAS UNE ÉMOTION MAIS UN COMPORTEMENT ET LÀ TU ME DIS LE CONTRAIRE

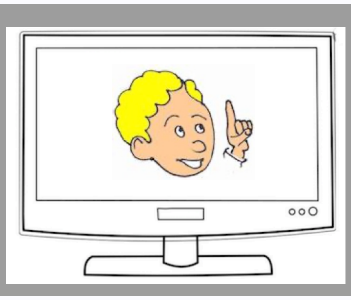
! ! ! !

LORSQUE, À TRAVERS TES SENS, TU PERÇOIS UNE CHOSE, UNE SITUATION À TRAVERS TES RÉCEPTEURS SENSORIELS (ŒIL, TYMPAN, RÉCEPTEURS OLFACTIF, ...) DES SIGNAUX ÉLECTRIQUES SONT TRANSMIS À TON CERVEAU. ILS SONT ENREGISTRÉS SOUS FORME D'IMAGES MENTALES.

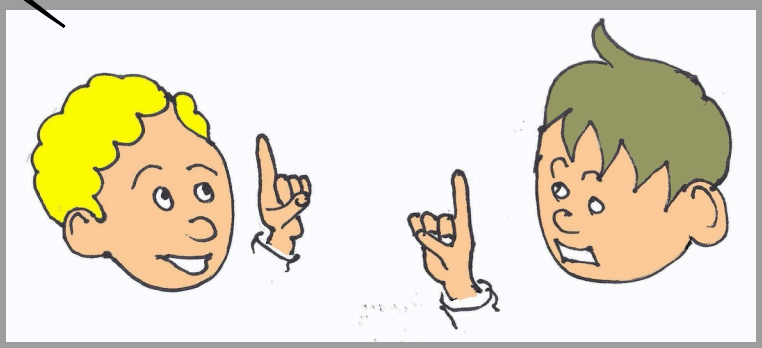
ÇA FAIT BIZARRE QUE CE QUE JE VOIS CE SONT DES SIGNAUX ÉLECTRIQUES !



PAS VRAIMENT, QUAND TU VOIS UNE IMAGE À LA TÉLÉ, CE SONT BIEN DES SIGNAUX ÉLECTRIQUES QUI FONT UNE IMAGE SUR L'ÉCRAN

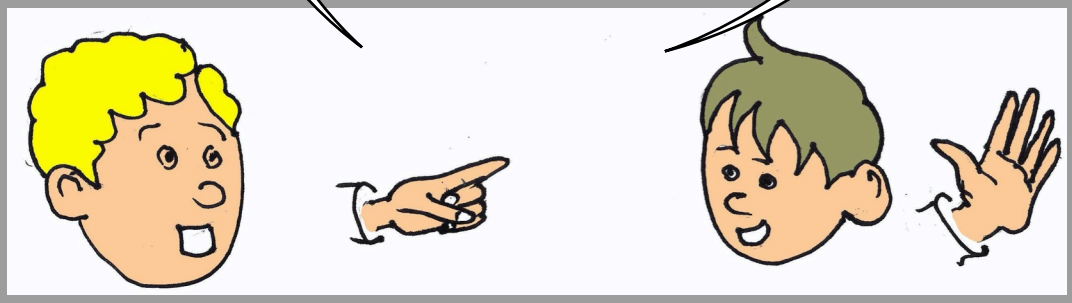


D'ACCORD, ALORS MON CERVEAU C'EST COMME LA TÉLÉ



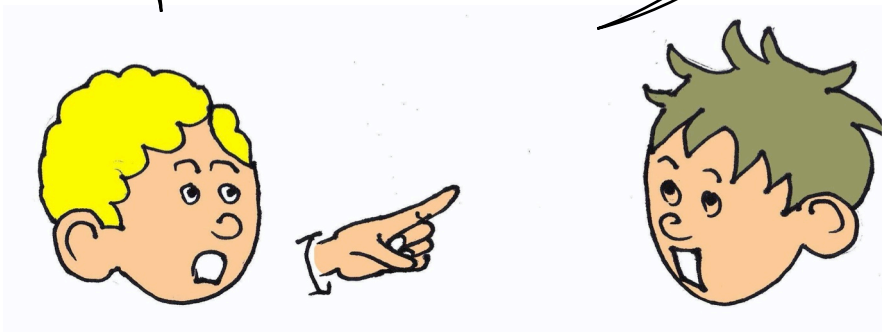
C'EST PLUTÔT LE CONTRAIRE, LA TÉLÉ C'EST COMME TON CERVEAU. LE CERVEAU EST BIEN PLUS ANCIEN QUE LA TÉLÉ

ET QUE DEVIENNENT CES SIGNAUX ÉLECTRIQUES, CES IMAGES MENTALES ?



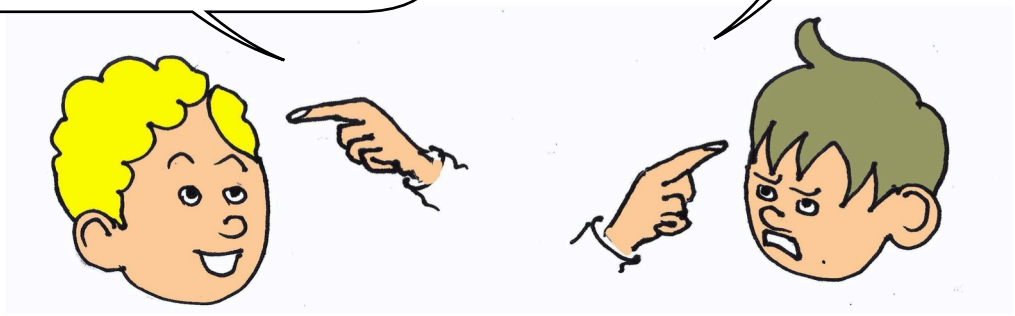
TON CERVEAU EST DÉRANGÉ PAR CE SIGNAL NOUVEAU QU'IL NE SAIT PAS OU CLASSER

C'EST VRAI, J'AI REMARQUÉ QUE L'ON EST TOUJOURS DÉRANGÉ PAR CE QUE L'ON NE CONNAÎT PAS. ON NE SAIT PAS COMMENT LE PRENDRE, COMMENT RÉAGIR



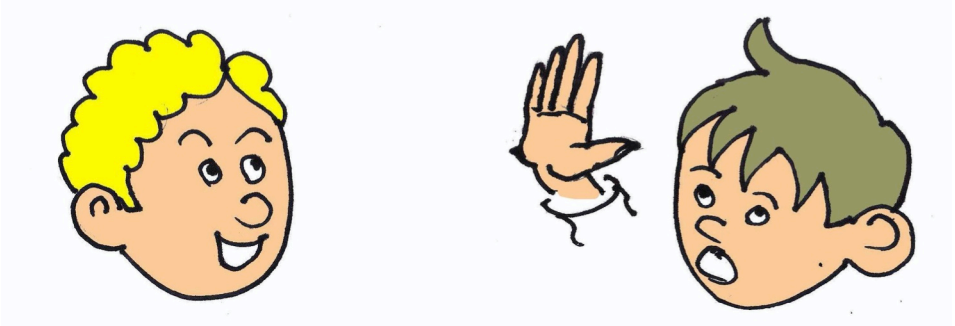
TON CERVEAU (... C'EST À DIRE TOI !) VA RECHERCHER DANS SA MÉMOIRE LES SIGNAUX IDENTIQUES, OU SIMILAIRES QU'IL A DÉJÀ CONNU POUR ESSAYER DE TROUVER UNE RELATION ENTRE CE QU'IL A DÉJÀ APPRIS ET CE NOUVEAU MESSAGE

JE FOUILLE DANS MES SOUVENIRS ?



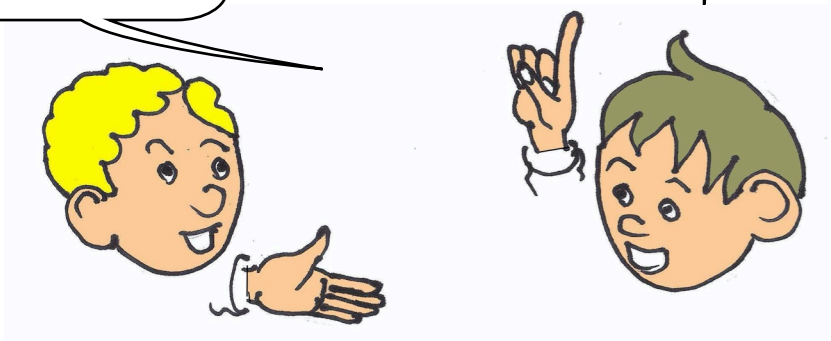
EN QUELQUES SORTE, MAIS DE FAÇON TOTALEMENT INCONSCIENTE PUISQUE TU FOUILLES DANS TES IMAGES MENTALES, DANS DES SENSATIONS

MON CERVEAU MOULINE « À DONF » SANS QUE JE M'EN RENDE COMPTE



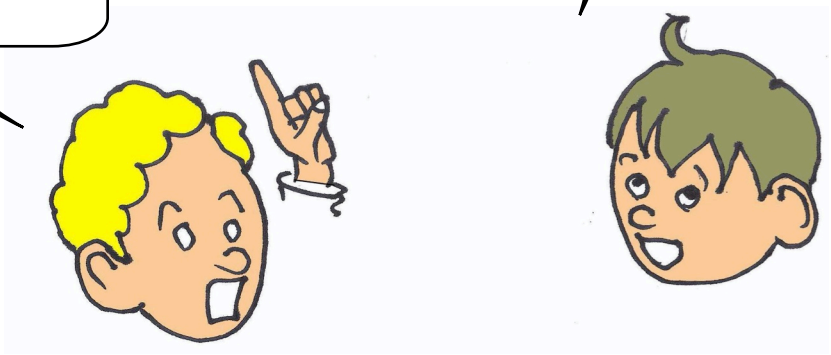
QUAND TU TRAVAILLES SUR TON ORDINATEUR, IL Y A DES MILLIERS DE PROCESSUS QUI SE PRODUISENT SANS QUE TU T'EN RENDES COMPTE. L'ORDINATEUR FONCTIONNE COMME TON CERVEAU.

QUE SE PASSE-T-IL S'IL TROUVE



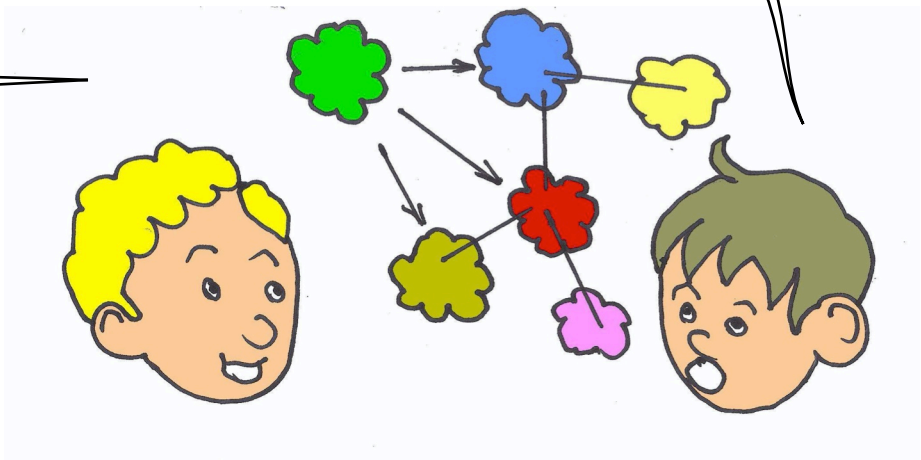
S'IL TROUVE OU NE TROUVE PAS ? IL N'A PAS TOUJOURS LES APPRENTISSAGES NÉCESSAIRES POUR ANALYSER LES NOUVELLES SITUATIONS

ET ALORS, IL FAIT QUOI ?



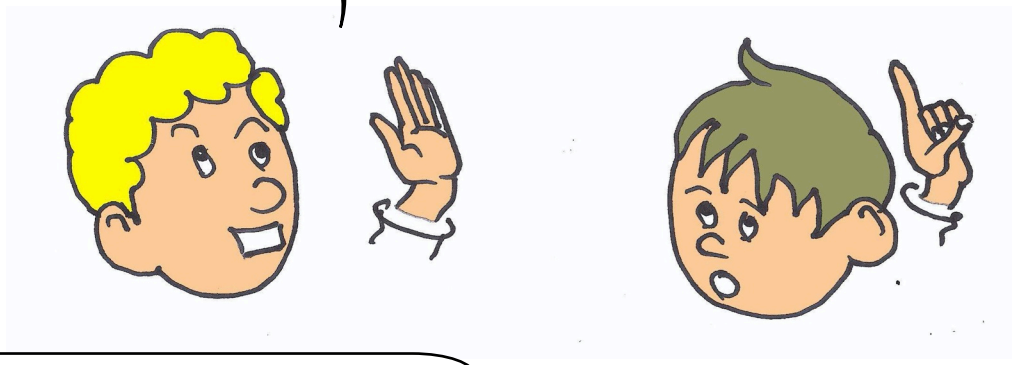
QU'IL TROUVE OU NON, IL VA DÉFINIR UNE RELATION AVEC CE QU'IL CONNAÎT OU UNE RELATION NÉGATIVE AVEC CE QU'IL NE CONNAÎT PAS. IL VA DONC CRÉER DES LIENS LOGIQUES DE DÉPENDANCE ENTRE CETTE NOUVELLE SENSATION ET LES SENSATIONS EXPLICITÉES ULTÉRIEURES

ÇA VA DONC DONNER UN SENS À CETTE NOUVELLE PERCEPTION QUI N'EN AVAIT PAS



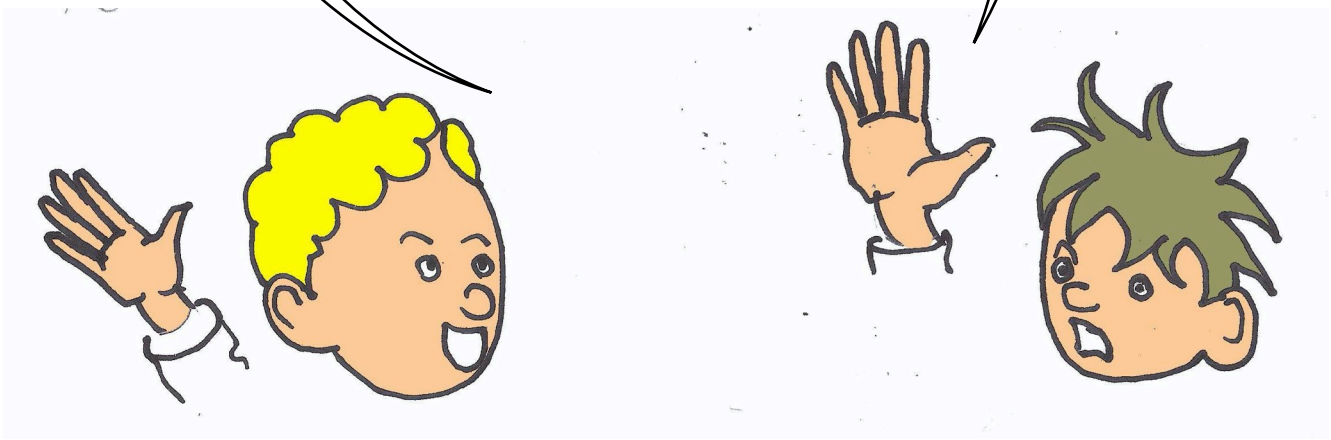
OUI, C'EST CE QUE L'ON APPELLE UNE ATTITUDE, UN POSITIONNEMENT VIS À VIS DE CET ÉVÉNEMENT NOUVEAU. ON VA LE JUGER POSITIF OU NÉGATIF, IMPORTANT OU MINEUR, DANGEREUX, ENRICHISSANT, ÉTONNANT, ...

EST-CE QUE C'EST CETTE ATTITUDE QUI VA FIXER NOTRE RÉACTION ?



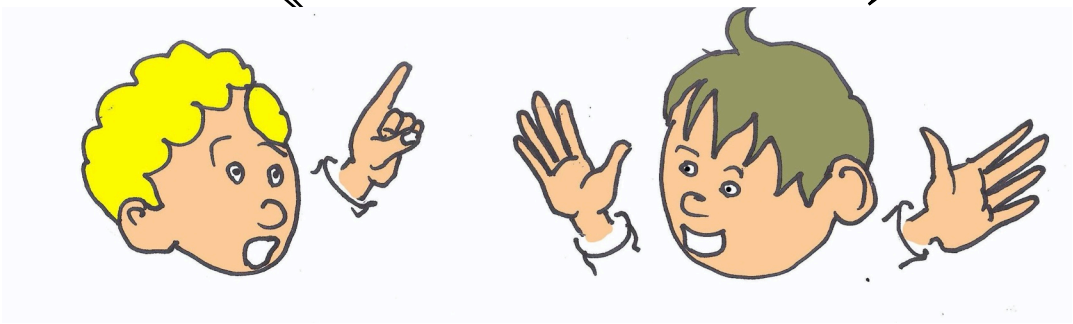
BIEN SÛR ON VA RÉAGIR À CET ÉVÉNEMENT EN FONCTION DU JUGEMENT (ATTITUDE) QUE L'ON A PORTÉ SUR LUI

SI ON LE JUGE NÉGATIF, DANGEREUX ON AURA UNE RÉACTION, UN COMPORTEMENT DE PEUR



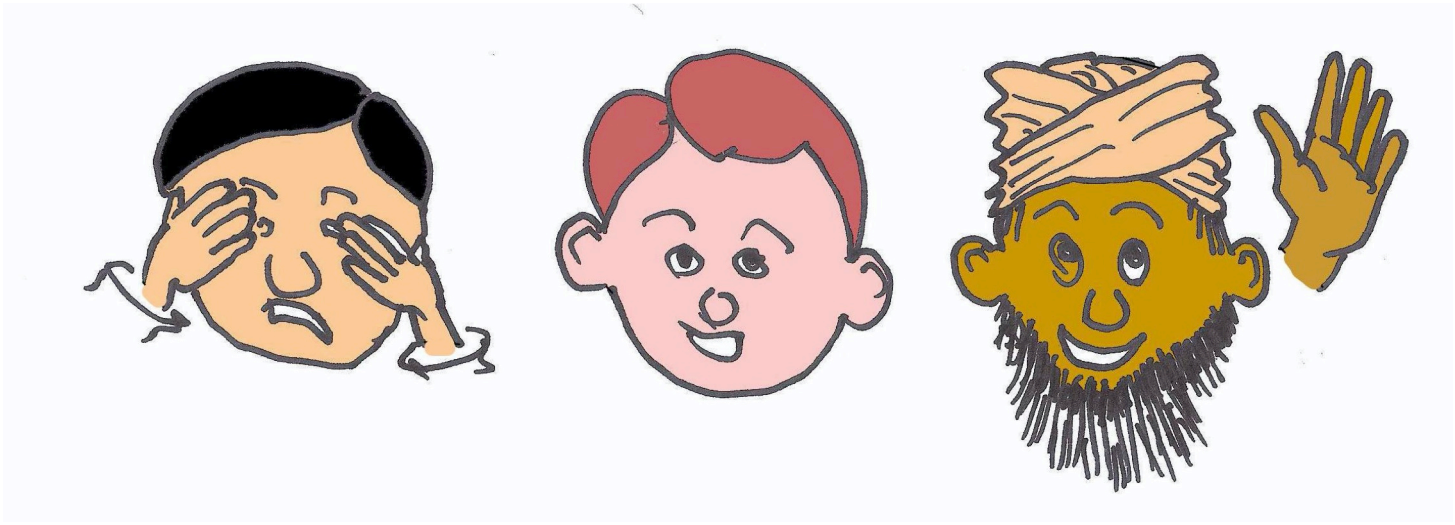
OUI, CE SONT NOS EXPÉRIENCES PRÉCÉDENTES VIS À VIS D'ÉVÈNEMENTS ANALOGUES QUI VONT DÉTERMINER NOTRE ATTITUDE ET LE COMPORTEMENT QUI EN DÉCOULE.

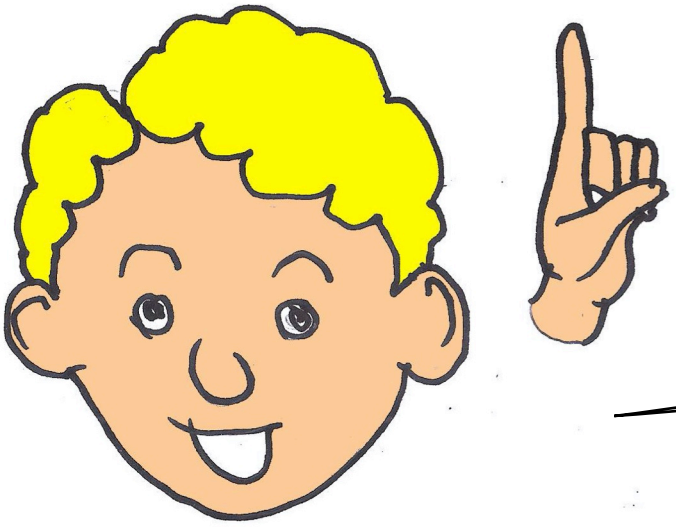
DONC LE COMPORTEMENT DE CHACUN DEVANT UN MÊME ÉVÉNEMENT POURRA ÊTRE DIFFÉRENT



EXACTEMENT DEVANT UN ÉVÉNEMENT, CERTAINS AURONT PEUR, D'AUTRES NE S'EN SOUCIERONT PAS, ET PEUT-ÊTRE CERTAINS SE RÉJOUIRONT. PAR EXEMPLE DEVANT L'ATTENTAT DU BATACLAN IL Y A EU DES GENS TRAUMATISÉS, D'AUTRES QUI ONT PRIS LA SITUATION AVEC SAGESSE, ET CERTAINS (LES DJIHADISTES) SE SONT RÉJOUIS. CHACUN RÉAGIT EN FONCTION DE SA PROPRE HISTOIRE

EN RÉSUMÉ, C'EST QUOI L'ÉMOTION ?





C'EST UN PROCESSUS COMPLEXE QUI COMPORTE PLUSIEURS PHASES

1) LA PERCEPTION D'UN ÉVÉNEMENT, QUI CRÉE UNE SENSATION POUR LE CERVEAU
2) UNE ANALYSE DE CETTE SENSATION PAR RAPPORT À DES SENSATIONS DÉJÀ VÉCUES ET COMPRISES
3) UN JUGEMENT SUR CETTE NOUVELLE SENSATION QUI VA LUI DONNER UN SENS : L'ATTITUDE
4) UNE RÉACTION LIÉE À CETTE ATTITUDE QUI VA SE TRADUIRE PAR UN COMPORTEMENT

L'ÉMOTION C'EST TOUT CE MÉCANISME !

COMME CHACUN À UNE HISTOIRE DIFFÉRENTE, UN MÊME ÉVÉNEMENT INDUIRA DES COMPORTEMENTS DIFFÉRENTS
SI LE NOUVEL ÉVÉNEMENT EST CLAIREMENT EXPLICITÉ, BIEN COMPRIS LA RÉACTION SERA UN COMPORTEMENT RAISONNÉ. MOINS IL SERA EXPLICITÉ ET PLUS LE COMPORTEMENT RÉSULTANT SERA ÉMOTIONNEL JUSQU'À NE PLUS SE TRADUIRE DANS DES ACTIONS MAIS DANS DES RÉACTIONS ÉMOTIVES COMME LES SUÉES, LES ROUGEURS, ...