

# Pourquoi on identifie mal les émotions des autres...

**... alors qu'on est convaincu du contraire.  
Des chercheurs genevois décryptent  
notre propension à surestimer notre  
capacité de jugement lorsqu'on interprète  
les expressions faciales de ceux  
qui croisent notre chemin.**



## GENEVIÈVE COMBY

[genevieve.comby@lematindimanche.ch](mailto:genevieve.comby@lematindimanche.ch)

Jauger un regard, déceler les émotions sur le visage des autres, on le fait tous sans vraiment s'en rendre compte. Nos yeux collectent des indices que notre cerveau analyse. Mais sommes-nous réellement efficaces à ce petit jeu-là? Apparemment moins que ce que l'on croit. Selon des chercheurs de l'Université de Genève, nous aurions une sérieuse propension à surestimer notre capacité de jugement dans ce domaine.

«Notre niveau de confiance n'est pas toujours un indicateur de précision, prévient Indrit Bègue, chercheuse post-doctorale au département de psychiatrie de l'Université de Genève et médecin en psychiatrie adulte aux Hôpitaux universitaires de Genève. Une étude datant des années 80 a, par exemple, montré que 93% des gens qui conduisent une voiture s'estiment meilleurs chauffeurs que la médiane, soit la valeur centrale d'un ensemble de valeurs, ce qui est statistiquement impossible.»

Mal évaluer l'état d'esprit d'une personne que l'on croise tout en étant convaincu de l'avoir bien évalué ne va pas sans poser quelques problèmes aux conséquences souvent mineures, mais parfois dramatiques. Notamment lorsqu'on se laisse bernier par un faux sentiment de sécurité. Ou d'insécurité, comme dans le cas de Trayvon Martin, dont le destin tragique a fait le tour du monde. Ce jeune Afro-Américain de 17 ans a été tué en Floride, en 2012, d'un coup de feu tiré par George Zimmerman, un membre d'un groupe de surveillance du voisinage, alors qu'il n'était pas armé, rappelle Indrit Bègue. Au cœur de cette tragédie, une mauvaise interprétation qui a conduit Zimmerman à considérer le comportement de Martin comme suspect, menaçant, alors que l'adolescent était simplement en train d'attendre devant la maison de son père.

Pour mesurer le degré de confiance que nous avons en notre capacité à évaluer correctement les émotions d'autrui, les

chercheurs de l'Université de Genève ont utilisé une série de portraits, des visages présentés à des volontaires durant un 1/5e de seconde. C'est bref, mais conforme à de nombreuses situations de la vie courante. Certains des visages présentés exprimaient de la colère ou un bonheur francs. D'autres, plus ambigus, mélangeant les deux, mais jamais à parts égales. Les participants devaient identifier l'expression qu'ils avaient sous les yeux, puis évaluer leur niveau de confiance en leur propre décision.

### Focalisation sur une partie du visage

Sur ces portraits, s'affichaient deux barres horizontales, d'épaisseurs variables. Les volontaires étant tenus de repérer la plus large. Sans surprise, plus la taille des deux barres présentées était similaire - et l'exercice difficile - plus le nombre de réponses fausses augmentait et plus la confiance des participants dans leur choix baissait. Mais pour les émotions, rien de tel... Lorsque l'ambiguïté de l'expression des visages augmentait, le nombre d'erreurs aussi, mais le niveau de confiance des participants dans leur choix, lui, restait toujours aussi élevé! Autrement dit, nous avons une confiance plus grande en notre jugement quand il s'agit d'interpréter les émotions des autres qu'une forme géométrique.

Le résultat est surprenant, mais il peut s'expliquer de différentes manières. «La détection d'une émotion se fait d'abord par un échantillonnage sélectif des informations visuelles des régions des yeux et de la bouche, explique Indrit Bègue. Le fait de se concentrer rapidement sur ces parties-là du visage, et moins sur l'expression du visage dans son ensemble, pourrait être un facteur favorisant une confiance excessive. Par ailleurs, la littérature scientifique montre que les gens ont tendance à surestimer leur capacité à déduire correctement les pensées et les sentiments d'autres personnes.»

Mais peut-être pâtissons-nous aussi d'un apprentissage lacunaire en matière de décryptage des émotions. Dans la vie réelle, il n'est pas si simple d'apprendre à



décoder correctement les émotions, souligne Indrit Bègue: «On a assez peu d'occasions d'avoir un feed-back, il est rare qu'on nous dise que l'émotion que l'on a détectée chez quelqu'un était la bonne. C'est d'autant plus délicat qu'il peut être difficile de percevoir correctement certaines émotions simplement parce que les gens s'empêchent de les exprimer pleinement, pour se conformer à des conventions sociales, par exemple. Combien de fois nous sourit-on en assurant que tout va bien, alors que ce n'est pas le cas!»

La chercheuse et ses collègues ne se sont pas contentés d'interroger les participants à leur étude, ils les ont soumis à une IRM fonctionnelle durant l'exercice. Ils ont ainsi pu observer quelles zones du cerveau sont impliquées dans la confiance en la reconnaissance émotionnelle. Techniquement, il s'agit du cortex rétrospécial/cingulaire postérieur et du gyrus parahippocampique, zones liées à la mémoire autobiographique et contextuelle.

### Identification de la peur

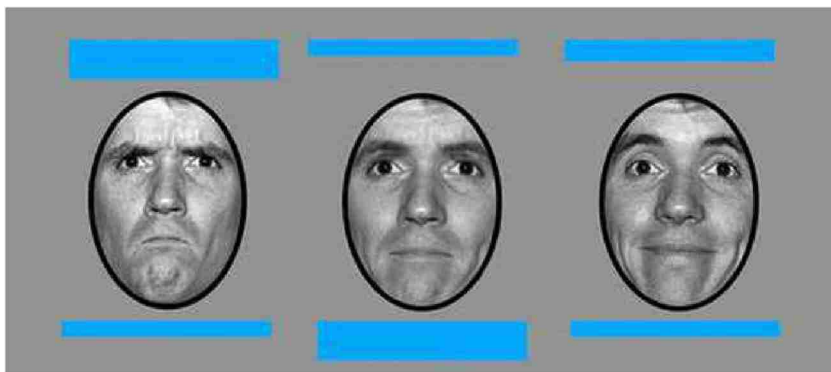
Autrement dit, les informations provenant de ce que nous avons mémorisé de nos capacités de reconnaissance émotionnelle («D'habitude je suis un bon physionomiste», «Je reconnais rapidement les visages», etc.) jouent un rôle dans la précision avec laquelle on interprète des expressions et la confiance que l'on accorde à notre jugement. De même que celles provenant de notre expérience, de notre «parcours de vie», comme le résume Indrit Bègue.

On peut toutefois se fier à son jugement lorsqu'il s'agit de repérer une émotion en particulier: la peur. Nous identifions généralement un visage effrayé avec un haut degré de fiabilité et de confiance, comme l'a montré une étude récente. «Cela suggère que certaines émotions peuvent avoir un accès privilégié à la conscience», précise la chercheuse, qui évoque un avantage évolutif. On comprend, en effet, qu'il soit impératif de pouvoir déceler la peur chez quelqu'un pour éviter un danger.



**«On a assez peu de feed-back, il est rare qu'on nous dise que l'émotion que l'on a détectée chez quelqu'un était la bonne»**

Dr Indrit Bègue, chercheuse au département de psychiatrie de l'UNIGE et médecin aux HUG



**Sur les portraits utilisés pour l'étude s'affichaient deux barres d'épaisseur variable. Les participants à l'étude se sont montrés moins sûrs de leur choix pour indiquer la plus épaisse des deux que pour identifier l'émotion du visage.**

Niels Busch/GettyImages, DR



## L'intelligence émotionnelle testée à l'embauche

La capacité à comprendre, reconnaître, gérer les émotions, c'est ce que l'on appelle l'intelligence émotionnelle. Une compétence qui fera peut-être bientôt pencher la balance lors d'un entretien d'embauche.

Les personnes dotées d'une bonne intelligence émotionnelle auraient, en effet, de meilleurs résultats professionnels, selon des

scientifiques suisses qui viennent de mettre au point un test permettant d'évaluer cette compétence dans un cadre professionnel.

Le Geneva Emotional Competence Test (GECO), développé par le Centre interfacultaire des sciences affectives de l'Université de Genève et l'Université de Berne, est d'ores et déjà disponible pour une utilisation commerciale.

Bonne nouvelle: l'intelligence émotionnelle n'est pas figée, elle augmenterait avec l'âge et l'expérience. Et dans ce domaine, les femmes obtiennent des résultats supérieurs aux hommes.

Cette aptitude va de pair avec une plus grande empathie, une plus grande ouverture aux autres, un respect des règles morales, globalement, un tempérament positif.