



MONDE DU TRAVAIL

Emotions davantage prises en considération

Récemment, l'exploration des émotions est devenue l'un des thèmes favoris des chercheurs s'intéressant aux sciences affectives à Genève. Des études portent, par exemple, sur l'interprétation que l'être humain fait de visages indiquant la colère, la peur, la joie ou la surprise. Les progrès technologiques expliquent que davantage d'investigations peuvent être menées et cela plus rapidement. Surtout, ces recherches débouchent sur des outils pratiques, toujours plus appréciés dans le monde du travail.

FLAVIA GIOVANNELLI

Un peu comme Monsieur Jourdain qui fait de la prose à son insu, l'être humain se fonde sans le savoir sur une confiance plus ou moins élevée pour interpréter les émotions d'autrui. C'est en tout cas ce qu'a permis de découvrir un projet de recherche mené par Indrit Bègue et plusieurs chercheurs de l'Université de Genève et des Hôpitaux universitaires de Genève (HUG).

Au début, le projet a cherché à comprendre comment l'homme évalue sa fonction cognitive dans deux cas. Soit lorsqu'il s'agit de rendre un avis perceptuel, soit lorsqu'il s'agit d'interpréter une émotion. Trente-quatre participants ont accepté de s'auto-évaluer lors d'un test mesurant ces deux dimensions. Dans un cas, il s'agissait de comparer des lignes d'épaisseur inégales. De l'autre, il leur fallait déterminer à partir de photographies si les visages reflétaient de la colère, de la joie ou une autre émotion. Les candidats notaient ensuite chacune de leurs performances sur une échelle de un à six (de «pas sûr du tout» à «certain»). Le test proposait des questions

aux réponses plus ou moins évidentes et d'autres plus ambiguës. «Les résultats nous ont beaucoup surpris, car dans le test des lignes, l'évaluation de la confiance va de pair avec la précision. Tandis que pour décrypter des émotions, les candidats ont fait preuve d'un degré de confiance assez surprenant pour les visages ambigus. Or, la pertinence de leurs réponses ne suivait plus», résume Indrit Bègue.

TROP D'ASSURANCE!

En somme, ce test a mis en lumière le fait qu'en majorité, l'homme se fie à une impression, même fugace, sans chercher plus loin. Il se trouve aussi que ce test confirme des conclusions déjà mises en avant dans de précédentes études psychologiques. Ainsi, dans les années 1980, des chercheurs se sont intéressés à la conduite automobile, montrant que 93% des conducteurs s'estimaient «meilleurs que la moyenne». Plus récemment, une enquête¹ du même cabinet auprès de trois cents gestionnaires de fonds professionnels a montré que les trois quarts d'entre eux ont répondu dans le même

sens, faisant preuve d'un excès de confiance! Or, ces deux cas sont impossibles du point de vue statistique. En politique aussi, l'excès de confiance est en relation avec les décisions de commencer une guerre ou un conflit. De plus, les personnes ayant les positions les plus radicales maintiennent davantage que les autres une assurance infondée, même si elles ont tort.

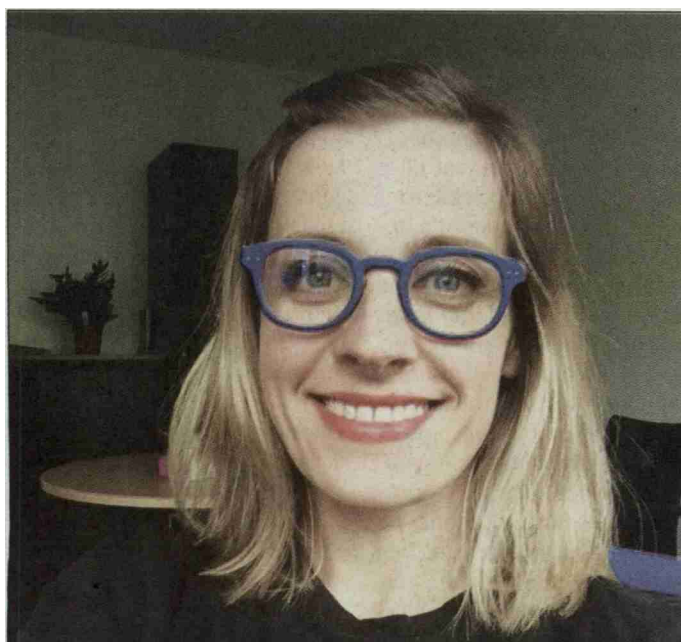
LA MÉMOIRE ENTRE EN JEU

La recherche menée par Indrit Bègue a été effectuée en collaboration avec le CISA (Pôle de recherche sur les sciences affectives, à Genève), qui réunit des experts des neurosciences, des sciences humaines, des philosophes ou des historiens. Indrit Bègue et ses collègues, en mesurant par IRM les activités neuronales lors de ces expériences, ont également cherché à identifier quelles étaient les zones du cerveau activées. La technologie a ainsi pu montrer que les aires visuelles et de l'attention sont utilisées lors des questions perceptuelles. Lorsqu'il s'agit de juger une émotion, les sujets ont fait appel aux zones liées à la mémoire autobiographique et



au cortex cingulaire postérieur. En d'autres termes, cela signifie que l'histoire personnelle d'un individu guide ses réactions dans ce cas, y compris lorsque celles-ci deviennent excessives. Grâce à ces expériences, les chercheurs espèrent aboutir à une meilleure compréhension de ces mécanismes, voire à corriger ce qui fonctionne mal, le cas échéant. Un apprentissage est en effet possible tout au long de la vie pour apprendre à décoder les signaux envoyés par autrui, parfois à son insu. Quant à savoir comment nous y prendre pour nous améliorer, Indrit Bègue préconise de ne plus opposer rationalité et émotion. Il faut, au contraire, apprendre à rééquilibrer cette relation. Par exemple, en dressant la liste des avantages et des inconvénients avant un choix. Ou demander une confirmation auprès de quelqu'un d'autre. Cela, surtout quand nous sommes persuadés d'avoir raison! ■

*1 Etude de Ola Svenson:
bit.ly/2LLTwBr*



INDRIT BÈGUE, chercheuse à l'Université de Genève et aux Hôpitaux universitaires de Genève (HUG).

Les micro-expressions sont-elles la clé?

Micro-expressions: les experts évoquent par ce terme une expression faciale brève et involontaire que le visage humain exprime en fonction des émotions vécues et qui dure moins d'une demi-seconde. A la différence des expressions faciales, il est très difficile de feindre ou d'imiter une micro-expression. On en compterait, selon les chercheurs, entre six à dix dont le dégoût, la colère, la peur, la tristesse, la joie, la surprise ou le mépris.