

LES ÉMOTIONS SUR LE VISAGE

VIDÉO OPTIONNELLE N°8

La vidéo de base n°7 décrit la 4^{ème} composante de l'intelligence émotionnelle, compétence indispensable pour parvenir à se mettre en phase avec un interlocuteur. Or, pour se placer dans sa vision, il faut commencer par interpréter convenablement les émotions qu'il ressent.

Bien sûr, il y a ce qu'il dit et la façon dont il le dit. Mais nous avons vu que le visage et le langage corporel interviennent à plus de 55% dans l'expression émotionnelle.

LES MUSCLES DU VISAGE

Vous avez déjà eu les informations mais un rappel est toujours utile :

- 43 muscles pour chaque visage,
- 10 000 expressions possibles,
- 3 000 porteuses d'une charge émotionnelle.

Ces muscles sont très réactifs et pas forcément maîtrisables instantanément. Pour reprendre une expression répandue, ils « trahissent » la réalité des sentiments de façon souvent inconsciente.

UNE EXPRESSION UNIVERSELLE

Paul EKMAN, cela aussi nous l'avons vu, est considéré comme le pionnier dans l'étude des relations entre émotions et expressions faciales. Il a souligné (ce qui avait été pressenti par DARWIN) le fait que l'expression faciale est d'abord biologique avant d'être culturelle. Il y a donc une forme d'universalité ce qui a conduit ce psychologue à publier en 1972 une liste des émotions de base qui reste déterminante pour les spécialistes :

- Tristesse,
- Joie,
- Colère,
- Peur,
- Dégoût,
- Surprise.

Cette liste a été élargie par lui-même et bien d'autres mais ces extensions ne concernent pas toutes des expressions faciales.



UNE AIDE À L'EMPATHIE

On a parfois des difficultés à évaluer les émotions d'une personne. Sans aucun doute, l'expression faciale aide beaucoup car parmi nos interlocuteurs, finalement peu d'entre eux ont la volonté de cacher des sentiments.

Et même : la maîtrise des réactions musculaires faciales n'est pas aisée. Ceci explique les opérations de détection des mensonges avec l'observation des mouvements musculaires du visage, particulièrement autour de la bouche et des yeux. D'ailleurs, **Paul EKMAN** a beaucoup travaillé pour le FBI en tant que formateur sur le sujet. Notons cependant qu'il ne peut s'agir d'une science exacte et cela lui a valu de nombreuses critiques car, scientifiquement, il manque un critère déterminant : **la reproduction des résultats à l'identique.**

INTERVENTION POSSIBLE DU CORTEX PRÉFRONTAL

Le comportement des muscles faciaux relève très souvent du réflexe mais nous avons vu que les stimulations, après être chargées d'une ou de plusieurs émotions, peuvent suivre deux circuits cérébraux différents : **soit la voie rapide** qui ne fait pas intervenir la conscience, **soit un passage par le cortex préfrontal** qui peut permettre à un dissimulateur de provoquer une absence de mouvements faciaux (le plus courant) ou une simulation émotionnelle qui suppose d'ailleurs un véritable apprentissage.

UNE AIDE INCONTESTABLE...

Les travaux de **Paul EKMAN** ont incontestablement fait progresser les connaissances, permis d'affiner les diagnostics avec plus de rapidité. Pour l'apprentissage de la 4^{ème} composante, l'utilité est indéniable pour parfaire le décryptage des sentiments d'un individu.



MAIS PAS TOUJOURS DÉTERMINANTE !

Il faut cependant être prudent et recouper avec les autres données : paroles, comportement du reste du corps, style de la voix... **la psychologie n'est pas une science exacte.**

Idem pour l'aspect universel : les facteurs culturels interviennent parfois. J'ai le souvenir d'une conférence en Chine où pendant 1H30, trois cents visages chinois sont demeurés impassibles ne me donnant aucune possibilité de régler mon discours comme je le fais pour chaque conférence. **Explication : en Chine, il est inconvenant d'exprimer une émotion lors d'une intervention d'une tierce personne !** Donc, même si la typologie de l'expression ne dépend pas de la culture, elle peut être maîtrisée selon des conventions culturelles.

CONCLUSION

Le visage est indéniablement un interprète de qualité des émotions et vous devez développer votre sens de l'observation. Les muscles faciaux peuvent indiquer une émotion qui vous échappe, un manque de sincérité ou, au contraire, venir apporter une confirmation des autres critères détectés.

