

Quand le corps a ses raisons que la raison ignore : une approche somatique du pouvoir motivationnel des émotions

MARION BRIVOT, *Université Laval*

RÉSUMÉ : Dans cet essai, je défendrai la thèse que la théorie des émotions de Jesse Prinz peut fournir une nouvelle piste explicative au « problème motivationnel » constaté empiriquement en psychologie morale et analysé théoriquement en méta-éthique. Ce problème est caractérisé par la déconnexion entre les raisons d’agir et la motivation à agir d’un agent A dans une situation S impliquant la transgression d’une norme ou d’une valeur à laquelle A tient, et nécessitant une décision ou une action de sa part. Plus spécifiquement, je justifierai en quoi la valence globale et la note dominante du cocktail émotionnel ressenti par A peuvent contribuer à élucider les cas de désalignement entre ses raisons et ses motivations à agir, au-delà des explications classiques que sont la faiblesse de la volonté ou l’irrésolution, d’une part, et le manque d’enracinement des raisons d’agir de A dans ses désirs, d’autre part.

Introduction

Les émotions sont un sujet de recherche qui transcende les frontières disciplinaires. On peut s’y intéresser d’un point de vue philosophique, psychologique, neurologique, ou sociologique, notamment. C’est pourquoi Jesse Prinz, dont les travaux ont contribué à inspirer cet essai, ne se cantonne pas à un seul silo de littérature pour faire progresser les connaissances sur ce sujet. J’adopterai à mon tour une approche multidisciplinaire : pour caractériser le problème motivationnel qui m’intéresse, j’ai choisi

de faire dialoguer des recherches issues de la psychologie morale et de la méta-éthique et pour tenter de l'expliquer, je m'appuierai sur la théorie somatique des émotions de Prinz¹.

Psychologiquement, Bazerman et Tenbrunsel² constatent une déconnexion possible entre nos raisons d'agir (avoir de bonnes raisons de croire que X est la meilleure chose à faire dans les circonstances, selon notre propre référentiel de valeurs et de normes) et notre motivation à agir (faire X). La forme du problème motivationnel est la suivante :

A est personnellement impliqué dans une situation S où un agent Z transgresse une norme ou une valeur à laquelle A tient. A a de bonnes raisons de croire qu'il devrait faire X³. Il en a la capacité et la possibilité⁴ mais n'est pas motivé à le faire.

Philosophiquement, cette déconnexion est aussi reconnue – Kauppinen rappelle que « le lien entre le jugement et la motivation est un lien défaisable^{5,6} » – mais elle demeure une énigme, car nos raisons d'agir devraient logiquement constituer une motivation à agir. Comme le soulignent Tappolet et Rossi : « Il semble plausible que, si un agent juge qu'il doit accomplir une action, il soit motivé à le faire⁷ ». Holton ajoute que « bien souvent, pour passer à l'acte, l'intention d'agir est suffisante⁸ ». Pourtant, il arrive que ce ne soit pas le cas. Pourquoi ?

Le fait d'agir à l'encontre de son meilleur jugement (*acrasie*) est une sorte de divorce intérieur qui peut manifester de « l'irrationalité pratique » selon Tappolet et Rossi⁹. Cependant, Holton¹⁰ considère qu'il existe des cas où le fait de ne pas agir conformément à ce que nous avons manifesté l'intention de faire traduit plutôt un changement de jugement au moment de passer à l'acte. Ce changement de jugement peut être rationnel (je réalise que X n'est pas le meilleur choix d'action, à la lumière de nouveaux éléments dont je prends connaissance) mais il peut aussi trahir une certaine irrésolution : « Les personnes de faible volonté sont irrésolues ; elles ne persistent pas dans leurs intentions et sont trop facilement détournées du chemin qu'elles ont choisi¹¹ ».

Pour Holton, la résolution de faire X à un moment t est un choix délibéré qui consiste à combiner deux intentions : l'intention de premier ordre de faire X à t et l'intention de deuxième ordre de ne pas faiblir lorsque les tentations anticipées par l'agent et susceptibles de le détourner de son intention première surviendront avant t. Or, selon Holton, il n'y a faiblesse de la volonté que lorsqu'on ne tient pas ferme dans ses résolutions *alors qu'on le devrait*, c'est-à-dire en l'absence de tout nouvel élément susceptible de remettre en cause le bien-fondé de notre jugement initial. Si un agent révisé sa résolution de faire X du fait des tentations qu'il avait expressément anticipées et auxquelles il avait l'intention et le pouvoir de résister, il fait preuve de faiblesse de la volonté.

La seconde explication habituelle au problème motivationnel consiste à avancer que les jugements sont inertes du point de vue de la motivation. C'est l'argument des théories humiennes des raisons : les seuls états mentaux susceptibles de donner à un agent *à la fois* une raison d'agir et une motivation à passer à l'acte seraient certains types de désirs. Selon Manne : «Les théories humiennes ou, de manière générale, les théories des raisons fondées sur le désir avancent que l'existence de toute raison d'agir s'explique par l'existence d'un désir approprié¹²». Ainsi, la déconnexion entre le jugement et la motivation s'expliquerait dans les situations où nos raisons d'agir ne seraient pas suffisamment enracinées dans nos désirs.

Néanmoins, il existe des situations où je considère que ces explications ne rendent pas compte de ce qui se joue lorsque nous ne sommes pas motivés à faire une chose X que nous savons bonne, et ce, en l'absence de toute tentation susceptible d'affaiblir notre intention de passer à l'acte, et en dépit de notre désir de faire X.

Mon objectif, dans les sections qui suivent, est de montrer que la valence et la nature du cocktail émotionnel vécu par un agent A, lorsqu'il est personnellement impliqué dans une situation où un autre agent Z transgresse une norme ou une valeur à laquelle A tient, peut contribuer à expliquer pourquoi A traverse (ou non) un problème motivationnel, et ce, indépendamment des explications

classiques existantes. Pour ce faire, je m'appuierai sur le livre «Gut Reactions» de Jesse Prinz¹³ et sur son chapitre concernant les émotions basiques, publié dans un ouvrage collectif¹⁴.

Cette théorie semble prometteuse pour aborder le problème sur lequel je me concentre sous un angle nouveau, dans la mesure où il s'agit d'une théorie somatique et non d'une théorie cognitive. S'il est avéré que les émotions sont des réactions viscérales et non des cognitions, et si elles ont bien un pouvoir motivationnel propre (indépendant du pouvoir motivationnel de nos jugements) comme le défend Jesse Prinz, il est alors vraisemblable qu'elles puissent, dans certaines circonstances qu'il faudra élucider, motiver un individu à faire X' alors que son meilleur jugement lui prescrirait plutôt de faire X dans une situation donnée.

1. La théorie des émotions de Jesse Prinz

Avant de résumer la théorie des émotions proposée par Prinz¹⁵, je vais, dans un premier temps, brosser un panorama des théories des émotions existantes que cet auteur ambitionne de dépasser, afin de rendre justice à l'originalité de son positionnement.

1.1. Les théories des émotions existantes que Jesse Prinz considère insatisfaisantes

Dans le premier chapitre intitulé «Piercing Passions Apart» de son livre «Gut reactions», Prinz¹⁶ passe en revue une multitude de théories des émotions, principalement issues de la psychologie et des sciences cognitives. Il distingue cinq familles théoriques qui se concentrent sur des composantes différentes de ce qu'il appelle l'épisode émotionnel : les théories du sentiment (*feeling*) se concentrent sur la composante consciente de l'épisode émotionnel (1), les théories somatiques portent sur les changements corporels et les expressions faciales associés aux émotions (2), les théories comportementales se focalisent sur la propension à agir ou à ne pas agir (fuite, immobilisme, combat, etc.) associée à chaque émotion (3), les théories sur les modes de traitement de l'information s'attachent à la manière dont les émotions influencent certains

processus cognitifs (4) et les théories cognitives s'intéressent aux jugements évaluatifs typiquement associés aux émotions (5).

Prinz explique que la plupart des théories des émotions en philosophie (il cite notamment Aristote¹⁷, Hume¹⁸ et Spinoza¹⁹) et en psychologie (il mentionne surtout Arnold²⁰ et de Lazarus²¹) peuvent être interprétées comme des hybridations sélectives des cinq familles de théories « pures » évoquées plus haut. Il distingue trois styles d'hybridation. Les hybridations qu'il appelle « multifonctionnelles » envisagent les composantes listées plus haut comme des facettes différentes d'un même phénomène (l'épisode émotionnel). Les hybridations qu'il appelle « multi-composantes » comprennent plutôt ces différentes composantes comme des processus qui peuvent se produire isolément les uns des autres. Enfin, les hybridations « préconditionnelles » considèrent que certaines composantes ne sont pas des parties intégrantes de l'émotion en tant que telle, mais plutôt des conditions requises pour qu'un épisode émotionnel puisse se produire.

Qu'elles soient pures ou hybrides, ces théories sont toutes insatisfaisantes aux yeux de Prinz. Soit elles répondent mal à ce qu'il appelle le problème de l'abondance (« *the problem of plenty* »²²) qui pose la question de savoir comment les différentes composantes de l'épisode émotionnel « collent » ensemble en formant un tout cohérent, soit elles répondent mal à ce qu'il appelle le problème des parties (« *the problem of parts* »²³), qui pose la question de savoir quelles composantes sont essentielles à l'instanciation d'un épisode émotionnel en particulier (ex. un épisode de colère, de dégoût, de joie, etc.), et quelles composantes sont secondaires voire optionnelles.

Pour mieux répondre à ces deux problèmes, Prinz propose une nouvelle théorie somatique²⁴, que je présenterai dans la section qui suit.

1.2. La proposition théorique originale de Jesse Prinz

Prinz (dans *Gut reactions*) caractérise sa théorie des émotions en prenant position sur plusieurs questions (listées ci-dessous) faisant

l'objet de débats importants dans la littérature multidisciplinaire sur les émotions.

1.2.1. Les émotions sont des évaluations somatiques de notre rapport à notre environnement

À la question : « Les émotions impliquent-elles nécessairement la cognition ? », il répond négativement. Ce n'est pas toujours le cas (cet argument est développé dans son chapitre 2 « ressentir sans penser »). À la question « Est-ce que les émotions représentent quelque chose ? », Prinz répond par l'affirmative dans son chapitre 3. Il martèle ensuite cette thèse tout au long de son livre, car il s'agit d'un thème central de sa théorie : les émotions sont bien des représentations mentales, et plus précisément des évaluations (« *appraisals*²⁵ »). Ce qu'elles représentent, spécifiquement, ce sont des thèmes relationnels centraux – notion empruntée à Richard Lazarus²⁶ – c'est-à-dire qu'elles concernent la relation entre notre bien-être et notre environnement. Bien qu'elles soient des représentations, il est important de préciser que les émotions peuvent court-circuiter le néocortex. Si j'aperçois un serpent à proximité, par exemple, mon détecteur émotionnel est visuel. Cette vision s'accompagne de sueurs froides (via des chemins cérébraux qui passent directement par le thalamus et l'amygdale), et c'est ce changement corporel qui est enregistré (« *registered* ») en tant que peur.

1.2.2. Les émotions sont à la fois biologiquement programmées et socialement construites

Aux questions « Les émotions sont-elles universelles et expliquées par nos gènes ? » ou « Les émotions peuvent-elles être déterminées culturellement ? » Prinz répond oui, dans ses chapitres 5 et 6. Toutes les émotions peuvent relever à *la fois* de la nature et de la culture. L'émotion de peur, par exemple, n'est pas nécessairement naturelle. Elle peut avoir été conditionnée. La position de Prinz est donc socioconstructiviste mais compatible avec l'idée qu'un certain noyau d'émotions basiques fondamentales

puisse être, vraisemblablement, biologiquement programmé. En revanche, ce noyau est probablement beaucoup plus sommaire, selon Prinz, que les « Big Six » que l'on associe habituellement aux émotions naturelles. Même si Prinz reconnaît une différence entre les émotions sommaires et les émotions sophistiquées, il ne s'agit pas d'une différence structurelle car, à ses yeux, toutes les émotions sont fondamentalement identiques. Toutes sont accompagnées d'un comportement expressif – une expression faciale, par exemple – et de réponses corporelles (que celles-ci soient facilement discernables ou non par les autres agents ne remet pas en cause leur existence). Toutes ont une valence positive ou négative, toutes peuvent affecter l'attention et toutes impliquent des connexions complexes entre plusieurs zones cérébrales distinctes, même les émotions habituellement qualifiées de basiques, ce qui milite selon Prinz en faveur d'une théorie unifiée des émotions.

1.2.3. C'est leur valence qui donne aux émotions leur force motivationnelle

Dans les chapitres 7 et 8 (sur lesquels je m'attarderai davantage, car ils sont essentiels à la nouvelle piste d'explication du problème motivationnel que je proposerai dans la dernière partie de cet essai), Prinz répond aux questions suivantes : « Qu'est-ce qui distingue les émotions positives des émotions négatives ? » et « Les émotions sont-elles une classe distincte d'affects ? ». En réponse à la première question, il explique que la valence émotionnelle (« *valence marker* ») des émotions peut être intrinsèquement positive (joie), intrinsèquement négative (tristesse), indéterminée (la surprise peut avoir une valence positive ou négative, selon les situations) ou mixte²⁷ (la nostalgie implique à la fois la joie et la tristesse). Toutes les émotions, ajoute Prinz, ont en commun d'avoir une valence, ce qui renforce sa thèse que les émotions sont un ensemble cohérent d'affects (en réponse à sa deuxième question) : ce sont des *évaluations* qui passent par le corps et non par la cognition, et qui comportent une valence. « Les évaluations représentent des choses qui nous importent. [...] C'est là que la valence entre en jeu²⁸ ».

Cependant, Prinz reconnaît que les recherches en neurosciences dont il brosse un panorama²⁹ ne permettent pas d'expliquer la différence entre les émotions positives et négatives du point de vue des zones cérébrales en activité lorsqu'on les ressent, respectivement. Malgré tout, Prinz se dit convaincu *intuitivement* que la valence des émotions est une « caractéristique réelle de notre psychologie³⁰ ». Il reconstruit la dichotomie entre émotions positives et négatives sur la base de l'effet comportemental qu'elles induisent respectivement. Les émotions positives sont associées à un ressenti agréable et encouragent le renforcement du comportement qui les a suscitées, alors que les émotions négatives sont associées à un ressenti désagréable et encouragent la cessation du comportement qui les a suscitées. La valence est d'autant plus fondamentale que c'est principalement elle qui explique le pouvoir motivationnel des émotions³¹ : « Les émotions, sans valence, n'auraient pas de punch, [...] l'évaluation, c'est l'aromatisation de nos états émotionnels, et la valence, c'est l'alcool. Ensemble, elles constituent un cocktail à la fois savoureux et enivrant³² ».

Paul Griffiths³³ propose une reformulation de cette idée en y ajoutant une autre dimension : la présence (ou non) d'émotions plus ou moins basiques dans le cocktail dont parle Prinz : « toutes les émotions sont fondamentalement les mêmes. Prinz saisit bien cette idée en faisant une analogie avec le fait que les émotions de base sont comme des *shots* d'alcools forts et que les émotions complexes sont des cocktails dans lesquels des alcools forts spécifiques sont mélangés à des ingrédients non alcoolisés : les "évaluations"³⁴ ». Je reviendrai sur cette métaphore du cocktail émotionnel plus ou moins enivrant dans la dernière partie de cet essai.

1.2.4. Les émotions nous préparent à l'action en favorisant certains schémas comportementaux

Dans son chapitre 8, Prinz ajoute que la composante somatique de l'émotion joue également un rôle important pour la motivation, car c'est elle qui nous prépare à l'action. Cependant, entre la préparation à l'action et le passage à l'acte, un agent A doit choisir

une action spécifique dans l'éventail du possible, et c'est alors que la cognition entre en jeu.

Dans le cas de la colère, notre corps est préparé pour l'agression [...]. À ce stade du processus, aucune action n'a été sélectionnée, aucune stratégie n'a été déterminée, aucun plan n'a été conçu. L'état somatique et le marqueur de valence doivent être introduits dans un système cognitif qui va sélectionner les réponses. Parmi les réponses disponibles figure la vengeance violente contre la source de notre colère. L'état de colère augmente la probabilité de cette réponse³⁵.

Ainsi, la composante somatique et la valence d'une émotion *facilitent* le choix de certains schémas d'action, mais ne les déterminent pas entièrement.

1.2.5. Les émotions n'ont que deux composantes

Le chapitre 9 porte sur la question de la nature des émotions : « Les émotions sont-elles une forme de perception ? » Prinz répond positivement, en précisant – une fois de plus – que cette perception passe par le corps, dans la tradition de James³⁶, Lange³⁷, et Damasio³⁸ (qui avaient développé chacun à leur manière une théorie somatique des émotions) mais en apportant un rectificatif important aux travaux de ces pionniers. Les émotions ne se réduisent pas à une simple perception de nos changements corporels. Elles sont une évaluation de la relation entre notre bien-être et le contexte qui nous entoure. Si un serpent fait partie de ce contexte, je perçois que mon bien-être est en danger par exemple. C'est précisément en vertu de cette relation au monde que nous pouvons nous prononcer sur la rationalité (ou non) d'une émotion, mais Prinz ne s'étend pas sur cette question épistémique.

Enfin, la question – « Les émotions ont-elles de nombreuses composantes ? » est traitée dans son dernier chapitre, qui revient sur le problème de l'abondance et celui des parties. Pour Prinz les émotions sont relativement simples (ce qui ne les empêche pas d'avoir des effets complexes sur la manière dont nous traitons l'information disponible et sur la manière dont nous agissons). Elles sont composées de deux parties seulement : « les évaluations

incarnées et les marqueurs de valence³⁹». Bien que cela ne soit pas entièrement limpide dans le livre « Gut Reactions », je crois avoir compris que ce qui lie ces deux parties entre elles est le ressenti (feeling) agréable ou désagréable des changements corporels associés à l'émotion. Il n'y donc pas besoin de postuler l'existence de ce que Prinz appelle une colle mentale (« mental glue⁴⁰ »), pour faire tenir ensemble les différentes parties de l'émotion.

1.2.6. En résumé : les émotions ont une forme incarnée et un contenu perceptuel

Cette section traite des deux principes fondamentaux⁴¹ qui sont au cœur de la théorie des émotions présentée plus haut. Ces principes concernent respectivement la forme et le contenu des émotions.

Le premier principe avait déjà été postulé par William James⁴², bien avant Prinz, et concerne la *forme incarnée* des émotions. Elles ont une relation intime avec le corps, se ressentent et sont associées à la perception de changements corporels, ce qui a d'ailleurs été illustré par les expériences menées par le médecin, psychologue et chercheur en neurobiologie Antonio Damasio⁴³. Si la perception du corps est altérée par des médicaments, par exemple, ou par des expressions faciales forcées⁴⁴, nos émotions s'en trouvent elles aussi altérées.

Le deuxième principe concerne le *contenu perceptuel* des émotions. Contrairement à ce que la théorie des émotions de James pouvait laisser penser, le rôle des émotions ne consiste pas principalement à nous alerter sur notre pression artérielle, notre tension musculaire, ou notre rythme cardiaque, par exemple. Si les émotions se bornaient à cela, nous ne pourrions pas expliquer leur rôle motivationnel dans la prise de décision et dans l'action. Nous nous mettons à fuir parce que nous sommes effrayés et non parce que notre rythme cardiaque s'accélère. Et si la peur nous fait fuir, c'est parce que la peur *détecte* (l'auteur utilise les mots « représente » et « détecte » indistinctement dans son livre) un danger. De même, la tristesse détecte la perte, la colère détecte

une injustice ou encore l'infraction d'une norme à laquelle nous tenons. En revanche, ce n'est pas cette détection en elle-même qui cause l'émotion (la question des déclencheurs émotionnels est une question complexe et Prinz y consacre tout un chapitre dans son livre « Gut Reactions »). La preuve est que nous pouvons avoir peur en entendant un bruit inquiétant – une sirène d'alerte incendie dans l'immeuble où nous nous trouvons, par exemple – et que cette peur peut continuer même après l'arrêt du bruit inquiétant. Le danger en tant que tel est écarté – la sirène s'interrompt, j'ai compris qu'il s'agissait d'une fausse alerte – mais les changements corporels (sueurs froides, palpitations, etc.) peuvent se prolonger plusieurs instants.

Ce n'est donc pas la cognition qui explique pourquoi l'émotion de peur peut, à l'occasion, s'attarder. Parfois, elle s'attarde en dépit de notre jugement qu'il n'y a pas de danger. En outre, Prinz considère que les émotions les plus complexes peuvent, elles aussi, survenir sans passer par le chemin de la cognition : « Même nos émotions les plus sophistiquées peuvent être déclenchées sans aucun jugement préalable⁴⁵ ». Néanmoins, je relève l'utilisation de l'expression « peuvent être déclenchées », ce qui laisse la porte ouverte au fait que les émotions puissent aussi, à l'occasion, être déclenchées par des jugements évaluatifs.

Ce deuxième principe implique que les émotions ne sont pas *nécessairement* causées par un jugement évaluatif du type : j'entends le sifflement d'un serpent, cela signifie qu'un serpent est à proximité, or le serpent est un animal dangereux, donc je suis en danger, c'est pourquoi j'ai peur. Selon Prinz, il y a plutôt une cooccurrence (et non une causalité) entre l'*émotion* de peur et le *jugement* que l'on est en danger. L'émotion de peur représente un danger si elle se produit de manière fiable à chaque fois que tel danger survient.

Supposons, avec James et Lange, que la peur soit une perception d'un changement, dans le corps. Si ce changement survient de manière fiable à chaque fois que nous sommes en danger, et s'il a été développé pour faire face au danger, alors on peut en dire autant de notre

perception de ce changement. La perception d'une réaction corporelle peut représenter un danger en vertu du fait qu'elle a pour fonction de servir de détecteur de danger. En d'autres termes, les émotions sont comme des détecteurs de fumée. Le signal sonore d'un détecteur de fumée représente un incendie parce qu'il est réglé pour être déclenché par un incendie. De même, la perception de certains changements dans notre corps représente un danger (...), parce qu'elle est programmée pour être déclenchée par un danger⁴⁶.

Reprenons l'analogie du détecteur de fumée évoquée dans cet extrait. Lorsqu'il y a un incendie, il y a généralement aussi de la fumée (cooccurrence). Le détecteur de fumée est paramétré pour se déclencher à chaque fois que de la fumée est détectée. De même, les émotions sont paramétrées pour percevoir les changements corporels. Si tel changement corporel X (inné ou appris) survient à chaque fois que tel danger Y est présent, en détectant ce changement corporel X, nos émotions nous alertent de la possibilité de Y, tout comme le détecteur de fumée nous alerte de la possibilité d'un incendie.

En somme, toutes les émotions sont à la fois incarnées et perceptuelles. Elles sont des perceptions plus ou moins fugaces de nos réactions viscérales⁴⁷ (« gut reactions »), et ce qu'elles représentent est ce que Lazarus⁴⁸ nomme des thèmes relationnels centraux. Le contenu de cette représentation est façonné par la nature et par la culture en fonction de ce que chaque émotion a pour fonction de détecter. La peur représente un danger, car elle a pour fonction de détecter le danger.

Par ailleurs – et cela m'intéresse particulièrement dans le cas du problème motivationnel exposé en introduction – toutes les émotions sont motivantes : grâce à leur caractère incarné et à leur valence positive ou négative, chacune facilite certains types de comportements, sans pour autant les déterminer à cent pour cent :

Les changements corporels facilitent l'action. Le sang circule lorsque nous sommes en colère, car une circulation accrue permet une réaction agressive. Mais cela ne signifie pas que chaque émotion nous prépare à un comportement

spécifique. [...] Les émotions exercent une force motivante au moyen de marqueurs de valence. Elles nous poussent à choisir une réponse appropriée pour perpétuer ou mettre fin aux situations qui les induisent. Le lien entre l'émotion et l'action est donc fort mais indirect⁴⁹.

*2. Vers une nouvelle piste explicative au problème motivationnel ?
Une proposition inspirée par les travaux de Jesse Prinz⁵⁰*

En introduction, j'ai présenté le problème motivationnel en précisant qu'il se posait surtout en psychologie morale et en méta-éthique. J'en rappelle la forme ci-dessous :

A est personnellement impliqué dans une situation S où un autre agent Z transgresse une norme ou une valeur à laquelle A tient. A de bonnes raisons de croire qu'il devrait faire X. Il en a la capacité et la possibilité, mais n'est pas motivé à le faire.

Selon les explications traditionnellement fournies pour rendre compte de la déconnexion entre les raisons d'agir de A et sa motivation à agir, soit A souffre d'une forme d'acrasie ou d'irrésolution, soit ses raisons d'agir ne sont pas suffisamment enracinées dans ses désirs. À la lumière de la théorie des émotions de Prinz, je considère qu'une troisième piste explicative pourrait être envisagée. Les émotions, qui contribuent à façonner nos motivations à agir, ne passent pas nécessairement par le chemin de la cognition, contrairement à nos raisons d'agir. Elles passent plutôt par un processus somatique. C'est aussi ce que semblent considérer plusieurs chercheurs en psychologie morale, dont Jonathan Haidt⁵¹. Or il n'y a aucune raison de croire que les résultats de ces deux processus (somatique et cognitif) soient toujours parfaitement alignés⁵².

Ainsi, le pouvoir motivationnel des émotions que nous ressentons peut aller dans le sens de nos raisons d'agir ou dans le sens contraire, d'où la déconnexion possible entre les deux, indépendamment de tout manque de désir associé aux raisons d'agir ou de toute faiblesse éventuelle de la volonté. Pour illustrer cette thèse, je proposerai une mise en situation inspirée d'un cas réel.

A est un gestionnaire de patrimoine spécialisé en droit fiscal et en planification successorale. A reçoit en consultation un riche entrepreneur, Z, qu'il connaît bien et qu'il admire, car Z a su bâtir une entreprise florissante faisant travailler 150 personnes dans une région économiquement sinistrée, où les opportunités d'emploi sont rares. Z demande à A s'il serait légalement possible de déshériter son fils, Y, qui lui a « toujours posé problème ». Si Y recevait un héritage de son père, cela risquerait d'affecter son éligibilité à certaines prestations sociales. Z précise : « Mon fils a des problèmes de santé mentale. Je ne sais plus quoi faire de lui. C'est à l'État de s'en occuper ! J'ai assez payé d'impôts dans ma vie ; j'ai bien le droit de lui faire profiter du filet social ». Bien que des solutions légales existent pour déshériter Y, A considère que la demande de Z est immorale. Il sait que Z est très riche et qu'il aurait largement les moyens de mettre Y à l'abri du besoin jusqu'à la fin de ses jours. Il juge que les ressources limitées de l'État devraient plutôt être consacrées à ceux qui n'ont pas les moyens matériels de s'en sortir seuls. A est très surpris par la demande de Z. Il ressent aussi une certaine tristesse pour Y, et de la déception vis-à-vis de Z, qu'il tenait en haute estime. Cependant, il répond à la demande de Z, de mauvaise grâce. Toutes choses étant égales par ailleurs (même référentiel de normes et de valeurs, même délibération conduisant à la conclusion qu'il serait préférable de ne pas donner à Z les moyens techniques de déshériter son fils, et même absence de tentation susceptible d'infléchir l'intention de A⁵³), un autre agent, B, qui ressentirait plutôt de la colère et du mépris vis-à-vis de Z, refuserait cette demande.

Je considère que c'est tout le cocktail émotionnel qui doit être considéré dans son ensemble, car Prinz précise que plusieurs émotions antagonistes peuvent être ressenties simultanément (la joie et la tristesse, par exemple), or « la valence négative et la valence positive ont tendance à s'inhiber⁵⁴ ».

Dans l'exemple qui précède, la déception est la résultante du cocktail émotionnel ressenti par A (qui inclut aussi de la surprise et une certaine tristesse) alors que c'est la colère qui prédomine

dans le cocktail émotionnel de B (qui inclut aussi du mépris). La déception a une valence moins négative que la colère, dans cet exemple, ce qui la rend moins « enivrante » (« intoxicating » est le mot utilisé par Prinz⁵⁵), c'est-à-dire moins influente sur la motivation. La réponse comportementale généralement associée à la déception est une expression faciale spécifique. En revanche, la réponse comportementale⁵⁶ typiquement associée à la colère est non seulement une expression faciale caractéristique, mais aussi une tendance à l'agression, laquelle peut prendre différentes formes (voir Haidt⁵⁷, pour une revue de la littérature psychologique portant sur le lien entre différentes émotions et leurs réponses comportementales archétypales).

Dans le scénario que j'ai proposé, la colère de B peut s'exprimer de plusieurs manières : elle peut pousser B à répondre sèchement « non » au client Z, ou à lui dire d'un ton emporté qu'il devra frapper à la porte d'un autre, car vous (B) « ne mangez pas de ce pain-là ! ». Comme l'a précisé Prinz, les émotions ne prédisent pas un comportement précis. Il ne s'agit donc pas d'anticiper la forme exacte de l'action choisie par les agents A et B. Je souhaite plutôt suggérer que le problème motivationnel *a moins de probabilité d'être constaté* chez B, dont la note de tête⁵⁸ du cocktail émotionnel est la colère, que chez A, dont la note de tête du cocktail émotionnel est la déception.

Cette explication par le détour de la philosophie des émotions de Prinz est-elle soluble dans l'explication relative à la faiblesse de la volonté ? Ressentir de la déception plutôt que de la colère est-il un signe de l'irrésolution de A ou de son irrationalité pratique ? Je ne le crois pas. Les émotions ont un effet de révélation quant à l'intensité de l'engagement vis-à-vis des valeurs ou des normes transgressées dans la situation S. Imaginons que A et B disent tous deux adhérer à la norme de justice distributive « à chacun selon son besoin ». Celui qui ressent de la colère y adhère plus profondément que celui qui ne ressent « que » de la déception. Les émotions ne trahissent donc pas, dans cet exemple, le courage de B et la couardise de A, mais plutôt leur degré d'adhésion différent à la

norme qui a été transgressée par Z dans la situation S. Ce degré d'adhésion ne me semble pas facilement discernable par la seule délibération rationnelle. C'est la *valence globale* (plus ou moins fortement négative, dans l'exemple cité plus haut) du cocktail émotionnel ressenti qui permet de constater le degré d'adhésion à la norme transgressée.

Quant à la *nature* du cocktail émotionnel, elle permet de prédire la plus ou moins grande probabilité d'occurrence du « problème motivationnel » défini en introduction. En effet, une émotion relativement basique comme la colère, qui porte la marque de l'évolution naturelle selon Haidt⁵⁹, est plus enivrante, c'est-à-dire plus associée à des comportements plus irrépessibles qu'une émotion complexe comme la déception, même si toutes deux ont une valence négative. La nature de l'émotion dominante et la valence globale du cocktail sont donc deux critères distincts dont je me servirai pour formuler la proposition suivante :

Soit un agent A qui est personnellement impliqué dans une situation S où un agent Z transgresse une norme ou une valeur à laquelle A tient. A a de bonnes raisons de croire qu'il devrait faire X. Il en a la capacité et la possibilité, mais n'est pas motivé à le faire. La déconnexion entre les raisons de faire X et la motivation à faire X est d'autant plus probable (improbable) que la valence globale du cocktail émotionnel ressenti par A est faible (forte), et que l'émotion dominante dans ce cocktail facilite une réponse comportementale associée à la fuite ou à la paralysie (associée au combat).

Conclusion

Cet essai porte sur le « problème motivationnel » qui consiste à ne pas toujours être motivé à agir conformément à ce que notre meilleur jugement nous dicte de faire, dans une situation où nous sommes impliqués, et où un autre agent bafoue une norme ou une valeur à laquelle nous tenons. J'ai commencé par résumer les explications traditionnellement proposées pour rendre compte de ce problème. J'ai ensuite présenté la théorie somatique des émotions de Jesse Prinz, souligné en quoi elle différerait des autres théories

des émotions, puis expliqué comment cette théorie m'avait inspiré une nouvelle lecture du problème motivationnel.

Nos émotions ont un pouvoir motivationnel propre, indépendant de celui qui provient de nos cognitions. Ce pouvoir motivationnel peut être très puissant (selon la valence globale et la note dominante du cocktail émotionnel que nous ressentons), et aller dans le sens de nos raisons d'agir ou dans le sens contraire, d'où la déconnexion possible entre notre meilleur jugement et nos actions. Toutes choses étant égales par ailleurs, la probabilité d'être motivé à faire ce que nous pensons avoir de bonnes raisons de faire, dans une situation où la transgression d'une valeur ou d'une norme à laquelle nous tenons est en jeu, est d'autant plus élevée que nous ne souffrons pas d'acrasie ou d'irrésolution (i), que nos raisons d'agir sont ancrées dans nos désirs (ii), que nous ressentons un cocktail émotionnel dont la valence globale n'est pas neutre et dont la note de tête est une émotion associée à une réponse comportementale qui implique l'engagement (par exemple le combat), plutôt que la paralysie ou la fuite (iii). Les deux premiers critères sont issus de la littérature existante sur le problème motivationnel, le troisième critère est la proposition que j'ai défendue dans cet essai⁶⁰.

-
1. J. Prinz, *Gut reactions: A perceptual theory of emotion*, Oxford, Oxford University Press, 2004 et J. Prinz, « Which emotions are basic », dans P. Cruise et D. Evans (dir.) *Emotion, evolution, and rationality*, Oxford, Oxford University Press, p. 69-88.
 2. M. H. Bazerman et A. E. Tenbrunsel, *Blind spots: Why we fail to do what's right and what to do about it*, Princeton, Princeton University Press, 2012.
 3. Pour les besoins de cet essai, je considérerai que X peut être « ne rien faire ».
 4. C'est-à-dire qu'il n'est pas empêché de faire X. S'il existe des freins, ils sont surmontables.
 5. Toutes les citations, dans cet essai, sont des traductions personnelles de textes publiés à l'origine en anglais.
 6. A. Kauppinen, *Sentimentalism. International Encyclopedia of Ethics*, 2013, disponible à l'adresse : <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/9781444367072.wbiee767>, p. 12.

7. C. Tappolet et M. Rossi, «What is value? Where does it come from? A philosophical perspective» dans T. Brosch, et D. Sander, D. (dir.), *Handbook of value: perspectives from economics, neuroscience, philosophy, psychology and sociology*, Oxford, Oxford University Press, 2016, p. 11.
8. R. Holton, *Willing, wanting, waiting*, Oxford, Clarendon Press, 2009, p. 10.
9. C. Tappolet et M. Rossi, *op. cit.*, p. 11.
10. R. Holton, *op. cit.*
11. *Ibid.* p. 70.
12. K. Manne, «Democratizing humeanism», *Weighing reasons*, vol. 6, (2016), p. 123.
13. J. Prinz, *Gut reactions : A perceptual theory of emotion*, *op. cit.*
14. J. Prinz, «Which emotions are basic», *op. cit.* J'ai choisi de ne pas me concentrer sur ses travaux plus récents sur les émotions morales en tant que telles, puisque toutes les émotions peuvent être morales selon Jonathan Haidt. Voir : J. Haidt, «The moral emotions», dans R. J. Davidson, K. R. Scherer et H. H. Goldsmith (dir.) *Handbook of affective sciences*, Oxford, Oxford University Press, 2003, p. 852-870. Haidt définit les émotions morales comme suit : ce sont des émotions qui sont liées aux intérêts ou au bien-être soit de la société dans son ensemble, soit de personnes autres que l'agent qui délibère. Contrairement à d'autres psychologues des émotions morales, qui se penchent spécifiquement sur la colère, le dégoût, le mépris, la honte, la culpabilité, la compassion, la reconnaissance et l'admiration, par exemple, Haidt ne dresse pas une liste exhaustive des émotions morales. Selon lui, toute émotion peut être morale si ce qui la déclenche est désintéressé du point de vue de celui ou celle qui la ressent.
15. J. Prinz, *Gut reactions : A perceptual theory of emotion*, *op. cit.*, et J. Prinz, «Which emotions are basic», *op. cit.*
16. J. Prinz, *Gut reactions : A perceptual theory of emotion*, *op. cit.*
17. Aristotle, *The Nicomachean Ethics*, trad. D. Ross, J. L. Ackrill et J. O. Urmson (dir.), Oxford, Oxford University Press, (350 bce/1988).
18. D. Hume, *A Treatise of Human Nature*, ed. P. H. Nidditch, Oxford, Oxford University Press, (1739/1978); D. Hume, *An Enquiry Concerning the Principles of Morals*, ed. T. L. Beauchamp, Oxford, Oxford University Press, (1751/1998); D. Hume, «On the Standard of Taste», dans *Selected Essays*, S. Copley et A. Edgar (dir.), Oxford, Oxford University Press, (1757/1993), p. 133–154.

19. B. Spinoza, « Ethics », dans E. Curley (trad. et dir.), *A Spinoza Reader*, Princeton, Princeton University Press, (1677/1994).
20. M. B. Arnold, *Emotion and Personality*, New York, Columbia University Press, 1960.
21. R. S. Lazarus, *Emotion and Adaptation*, New York, Oxford University Press, 1991.
22. *Ibid.*, p. 17.
23. *Ibid.*, p. 18.
24. Dans son livre *Gut reactions* (*op. cit.*), Prinz s'appuie sur les travaux de William James, lequel adhère à une approche somatique des émotions, et sur certains travaux de Lazarus, lequel adhère à l'approche cognitive des émotions. Ceci pourrait militer en faveur de l'interprétation que la théorie de Prinz est hybride. Cependant, Prinz refuse explicitement l'idée que les émotions puissent être des cognitions. C'est ce qui justifie mon choix de qualifier de « somatique » la théorie de Prinz.
25. *Ibid.*, p. 52.
26. R. S. Lazarus, *op. cit.*
27. Ce qui m'intéresse tout particulièrement dans le chapitre 7 de *Gut reactions* (*op. cit.*) est l'idée que nous pouvons ressentir simultanément des émotions ayant des valences contradictoires. Prinz propose l'exemple d'un employé retournant au bureau après une longue maladie et trouvant sur sa table un bouquet de fleurs offert par ses collègues. Il se sent touché, ce qui implique à la fois la joie de se sentir entouré et la tristesse associée à l'épreuve qu'il vient de traverser et que ce bouquet de fleurs lui rappelle. L'auteur parle ici de « valence ambiguë » (p. 165).
28. *Ibid.*, p. 178.
29. *Ibid.*, p. 160-163.
30. *Ibid.*, p. 164.
31. Il précise cependant que, si les émotions ont un pouvoir motivationnel, elles ne sont pas pour autant *réductibles* à des motivations, qui sont une classe d'affects différente (voir *Gut Reactions*, *op. cit.*, chapitre 8, p. 191-196). Par ailleurs, il précise que toutes les émotions ne s'accompagnent nécessairement de motivations à agir de telle manière *prédéterminée*: « emotions [...] do not always succeed in impelling us. One can be angry, it seems, without being disposed to revenge, and one can be afraid without being disposed to flee » (*ibid.*, p. 193). En revanche, il reconnaît que les émotions facilitent certaines actions plus que d'autres. La colère, par exemple, facilite l'agression mais

- ne conduit pas systématiquement à cette réponse comportementale. En d'autres termes, le lien entre émotion et action existe mais il s'agit d'un lien souple (« loose », *ibid.*).
32. *Ibid.*, p. 178.
 33. P. Griffiths, « Jesse Prinz Gut reactions: A perceptual theory of emotion », *British Journal of Philosophy*, vol. 59, (2008), p. 559-567.
 34. *Ibid.*, p. 561.
 35. J. Prinz, *Gut reactions : A perceptual theory of emotion*, *op. cit.*, p. 194.
 36. W. James, « What is an Emotion ? », *Mind*, vol. 9, 1884, p. 188–205.
 37. C. G. Lange, « Om Sindsbevaegelser : Et Psyko-Fysiologisk Studie », *Kjbenhavn : Jacob Lunds*, Rééditées dans I. A. Haupt (trad.), *the Emotions*, Baltimore, Williams and Wilkins Company, (1885/1922).
 38. A. R. Damasio, *Descartes' Error : Emotion Reason and the Human Brain*, New York, Gossett/Putnam, 1994.
 39. J. Prinz, *Gut reactions : A perceptual theory of emotion*, *op. cit.*, p. 244.
 40. *Ibid.*, p. 244.
 41. Résumés dans J. Prinz, « Which emotions are basic », *op. cit.*
 42. W. James, *op. cit.*
 43. A. R. Damasio, *op. cit.*
 44. Selon la méta-analyse de Coles et collègues – non citée par Prinz mais que je me permets d'ajouter en appui de son argument – l'hypothèse que la rétroaction faciale influencerait l'expérience émotionnelle vécue est empiriquement vérifiée. Se forcer à sourire, par exemple, influencerait positivement le bonheur ressenti, bien que les effets constatés soient globalement très faibles. Voir : N. A. Coles, J. T. Larsen et H. C. Lench, « A meta-analysis of the facial feedback literature: Effects of facial feedback on emotional experience are small and variable », *Psychological Bulletin*, vol. 145, n° 6, (2019), p. 610-651.
 45. J. Prinz, *Gut reactions : A perceptual theory of emotion*, *op. cit.*, p. 243.
 46. J. Prinz, « Which emotions are basic », *op. cit.*, p. 13.
 47. Il soutient d'ailleurs que celles-ci ne seraient pas propre à l'espèce humaine. Les émotions sont assez rudimentaires d'un point de vue biologique ; elles impliquent des réactions corporelles que nous partageons avec des animaux beaucoup plus simples.
 48. R. S. Lazarus, *op. cit.*
 49. J. Prinz, *Gut reactions : A perceptual theory of emotion*, *op. cit.*, p. 242.
 50. J. Prinz, *ibid.*, et J. Prinz, « Which emotions are basic », *op. cit.*
 51. J. Haidt, *op. cit.*

52. Certes, les émotions peuvent fournir un *input* à la cognition, mais cela ne signifie pas que cognition et émotions fournissent toujours des motivations à agir qui soient compatibles.
53. Pour écarter tout problème de tentation financière ou commerciale susceptible d'affaiblir la volonté de A, je considérerai que la présente demande de consultation intervient hors contrat, à titre purement gracieux, comme une sorte de service après-vente offert à un bon client d'ores et déjà facturé pour d'autres missions.
54. J. Prinz, *Gut reactions : A perceptual theory of emotion*, *op. cit.*, p. 161.
55. *Ibid.*, p. 178.
56. Jonathan Haidt parle de « action tendency » dans J. Haidt, *op. cit.*
57. *Ibid.*
58. J'entends par « note de tête » l'émotion dominante du cocktail, comme on le dirait, en parfumerie, à propos de la première chose que l'on sent juste après la vaporisation d'un parfum composé de plusieurs fragrances.
59. J. Haidt, *op. cit.* Prinz ne renierait pas ce critère. Même si aucune émotion ne peut être considérée comme basique à proprement parler, Prinz considère que certaines émotions peuvent être plus basiques que d'autres (voir Prinz, « Which emotions are basic », *op. cit.*, p. 16).
60. Je tiens à remercier Catherine Rioux, Keven Bisson, les étudiants du séminaire « Philosophie des Émotions » (Université Laval, automne 2020) et surtout Philippe Lecomte, pour leurs excellents commentaires sur les versions précédentes de cet essai, qui m'ont aidée à bonifier mon argumentation.