

livres



Émotions

LE RETOUR EN FORCE

Nous serions entrés dans l'ère du tout émotionnel. Face à cet emballement, la recherche a plus que jamais un rôle à jouer. Dans la (re)mise en contexte – le phénomène n'est pas si neuf qu'on veut le croire, selon Susan Matt et Luke Fernandez. Dans le décryptage du fonctionnement des émotions (lire aussi *La Recherche* n° 534, p. 39). Et dans l'ouverture de nouvelles pistes de pensée – la réflexion amorcée par Françoise Waquet sur la souffrance au travail des chercheurs en est une illustration.

Entretien avec Susan Matt et Luke Fernandez

“ Notre perception de certaines émotions a changé ”

Google nous rendrait stupides ? Les smartphones et les selfies nous rendraient narcissiques ? Pour Luke Fernandez et Susan Matt, ce changement dans la représentation de certaines émotions est réel, mais il ne date pas d’hier. Et les innovations techniques ne sont pas seules en cause.

La Recherche Votre livre explique en quoi « la vie émotionnelle des Américains a considérablement changé sur les 200 dernières années ». À quoi ressemblait-elle au début du XIX^e siècle ?

Susan Matt Au cours de notre étude, réalisée à partir de lectures de lettres, de journaux intimes, de mémoires ou encore d’études de psychologie et de sociologie, une découverte centrale que nous avons faite, c’est que la plupart des Américains, à l’époque, acceptaient l’idée qu’il y avait des limites à leur expérience, qu’ils allaient certainement être malheureux à un moment donné ou à un autre dans leur vie, qu’ils allaient parfois se sentir seuls et que l’existence pourrait être ennuyeuse. Ils acceptaient aussi l’idée qu’ils étaient mortels et imparfaits, qu’ils disposaient de pouvoirs physiques et mentaux limités, et qu’il y avait dans l’Univers des forces plus grandes, plus puissantes, qu’eux-mêmes.

Luke Fernandez Ce sentiment de limitation trouvait son origine dans les avertissements des prédicateurs, les récits bibliques tels que la chute d’Adam, les mythes classiques comme l’histoire d’Icare, mais aussi les discours des autorités médicales, qui jugeaient risqué le fait d’essayer de dépasser les limites naturelles du cerveau et du corps.

En quoi la situation est-elle différente aujourd’hui ?

L.F. Une tendance que nous avons constatée au cours des dizaines d’interviews que nous avons réalisées, c’est que beaucoup

de gens ont des attentes vraiment excessives vis-à-vis d’eux-mêmes. Aujourd’hui, nous avons de plus en plus le sentiment, même fugace, qu’il est possible d’échapper aux frontières de la vie sociale qui nous contraignaient auparavant. Nous sommes aussi de plus en plus nombreux à croire que nous pouvons sans problème effectuer plusieurs tâches à la fois, ou que nos capacités intellectuelles sont sans limites...

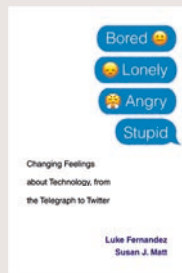
S.M. De ce fait, notre perception de certaines émotions a changé. On le voit par exemple dans notre rapport à ce qu’on appelle la vanité, le narcissisme.

C’est-à-dire ?

S.M. Les générations précédentes considéraient l’estime de soi et la vanité comme de la folie, un péché ; ces croyances empêchaient toute promotion personnelle. Ce sentiment s’est progressivement estompé,

au fur et à mesure que le langage du péché a été abandonné, que les règles morales sur la vanité se sont assouplies et que les nouvelles technologies ont émergé. Ainsi, beaucoup d’entre nous estiment aujourd’hui qu’il est plus acceptable de se mettre en avant et de célébrer ses réalisations.

L.F. Contrairement à ce que l’on pourrait croire, cette tendance ne date pas de la fin du XX^e siècle et de l’invention d’Internet. On la retrouvait déjà au XIX^e, avec le développement des services postaux (qui ont encouragé les gens à s’écrire), l’apparition de la photographie ou l’avènement des miroirs comme objets de masse. Toutes ces techniques, qui incitaient déjà à exacerber sa conscience de soi, ont contribué à créer une nouvelle forme curieuse de narcissisme. Bien que toujours égoïste, celui-ci est en effet devenu, d’une certaine ●●●



Luke Fernandez et Susan J. Matt, *Harvard University Press*, à paraître le 1^{er} mai 2019, 472 p., 31,50 €.

Bored, Lonely, Angry, Stupid

Aux origines de ce livre, il y a deux observations personnelles : il est de plus en plus difficile d’enseigner aux étudiants, scotchés qu’ils sont à leur téléphone portable ; de plus en plus d’articles de presse se demandent si les nouvelles technologies nous rendent plus bêtes, agressifs, ou narcissiques. Partant de là,

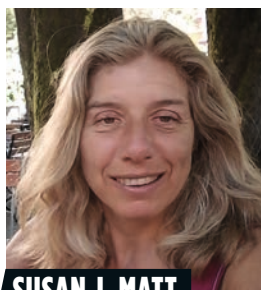
Susan Matt et Luke Fernandez se sont lancés dans une exploration des liens entre innovation technologique et perception des émotions. Mêlant l’analyse historique, l’enquête sociologique ou encore l’étude linguistique, leur ouvrage donne beaucoup de profondeur au sujet. Original et convaincant. **V.G.**

••• manière, beaucoup plus sociable : nous ne nous limitons pas à contempler notre propre image, nous recherchons également la validation d'autrui.

S. M. Les réseaux sociaux n'ont fait qu'accélérer, et accentuer, ce phénomène. La nature éphémère des messages qui s'y échangent, à un rythme très rapide, auprès de communautés souvent inconstantes (car fondées sur des liens faibles), signifie qu'il ne peut pas y avoir de sentiment durable de satisfaction. Cela a conduit à une forme renouvelée d'anxiété – non plus d'origine religieuse, mais sécularisée.

Une autre émotion dont la perception a sensiblement évolué au cours des derniers siècles, c'est la solitude.

S. M. En effet. Depuis les années 1600, date à laquelle le mot apparaît, les gens percevaient la solitude comme faisant partie de l'ordre divin des choses : Dieu avait créé les hommes pour qu'ils soient des individus solitaires. Ils pensaient qu'il y avait un sens rédempteur à être seul, que cela pouvait enseigner la vertu ou permettre de contempler les choses avec profondeur, même quand ils n'étaient pas seuls et communiquaient avec d'autres personnes... Pour le dire simplement : les gens ne se préoccupaient pas particulièrement de la solitude. Cela a radicalement changé aujourd'hui. Regardez, par exemple, ce qu'il se passe au Royaume-Uni : le fait d'être seul y est devenu insupportable pour énormément de gens – quelque 9 millions de personnes,



SUSAN J. MATT

PROFESSEUR DES UNIVERSITÉS en histoire à l'université d'État de Weber, aux États-Unis. L'histoire des émotions, l'histoire culturelle et sociale des États-Unis, le consumérisme et les technologies font partie de ses thématiques de recherche.



▲ *Devenons-nous plus narcissiques ? Ci-dessus, selfie d'un astronaute japonais en mission.*

d'après un rapport parlementaire (1) ; au début de l'an dernier, le gouvernement de Theresa May a donc créé un ministère afin de s'emparer de la question.

L. F. Ce glissement du positif vers le négatif, on le retrouve dans le vocabulaire. Au XIX^e siècle, pour évoquer le fait d'être seul, on employait plutôt le mot « solitude ». Le philosophe, naturaliste et poète Henry David Thoreau était l'incarnation parfaite de ce mot, lui qui avait décidé de construire une cabane au bord de l'étang Walden, dans le Massachusetts, afin de pouvoir se retrouver face à lui-même et, ainsi, de mieux penser. Aujourd'hui, on privilégiera plutôt le terme « isolement », dont la connotation est plus péjorative.

Les nouvelles technologies ont-elles contribué à ce basculement ?

S. M. Elles ont sans conteste eu un rôle majeur. À partir du moment où elles nous ont donné le sentiment qu'il suffisait de quelques clics sur un écran d'ordinateur pour entrer en contact avec notre famille, nos amis, ou même des personnes situées parfois à l'autre bout de la planète, elles ont décuplé nos attentes ; petit à petit, elles ont ainsi rendu insupportable l'idée de rester seul, d'être déconnecté des autres.

L. F. Mais ces technologies en elles-mêmes ne sont pas les seules responsables. Elles n'existeraient pas sans ceux qui les ont mises au point. Or ces personnes – les entreprises de téléphonie mobile, les fondateurs de réseaux sociaux... – ont intérêt à ce que la solitude soit perçue de manière

négative, puisqu'elles proposent un « remède » contre ce « mal ». Quand Mark Zuckerberg, le PDG de Facebook, déclare que l'accès à Internet est un droit humain, il y a certainement une part d'idéalisme, mais il pense aussi aux bénéfiques que cela pourrait lui rapporter ! Et il n'est pas le seul...

Quelles autres forces sont à l'œuvre ?

L. F. Elles sont diverses, car il s'est construit toute une industrie autour de la solitude, et des émotions de manière plus générale. Les publicitaires ont été parmi les premiers à en jouer. Il suffit pour cela de jeter un œil aux campagnes lancées par les entreprises américaines AT&T ou Bell au début du XX^e siècle. Leurs annonces suggéraient aux consommateurs qu'ils auraient davantage de contacts personnels s'ils possédaient un téléphone, et qu'ils seraient laissés de côté, isolés, s'ils n'en avaient pas.



LUKE FERNANDEZ

MAÎTRE DE CONFÉRENCES au département d'informatique de l'université d'État de Weber, aux États-Unis.

S.M. Historiquement parlant, ces campagnes font sens : elles ont été imaginées pour combattre le scepticisme qui existait alors concernant la capacité des technologies à combattre l'isolement. On peut rappeler que, au XIX^e siècle, l'arrivée du télégraphe n'a pas suscité beaucoup d'enthousiasme dans le grand public. Nombreux étaient ceux qui ne voyaient pas en quoi il pourrait leur être utile : n'ayant pas de famille ou d'amis vivant loin d'eux, ils n'avaient effectivement aucune raison d'envoyer des messages à l'autre bout du pays ou de la planète.

Outre les publicitaires, y a-t-il d'autres acteurs ?

S.M. Il y a aussi les psychologues. Ce sont eux qui, au milieu du XX^e siècle, se sont mis à pathologiser un certain nombre d'émotions et de comportements, ont commencé à les mesurer et à les quantifier et à proposer des remèdes putatifs. L'essor de la psychologie positive, à la fin du XX^e siècle, s'inscrit dans cette lignée ; elle a renforcé l'idée, à coups de livres, d'articles, de sites web, que l'épanouissement émotionnel était à portée de main, qu'il serait possible d'optimiser son humeur en modifiant simplement ses habitudes quotidiennes et en utilisant la technologie.

Certains affirment que la technologie permettra, bientôt, de transcender nos émotions et même notre nature humaine. Qu'en pensez-vous ?

S.M. Selon moi, c'est une promesse vide de sens. Je ne pense pas que la technologie ait ce pouvoir de nous aider à vivre éternellement ou à ne jamais être seuls ; je crois au contraire qu'elle est le meilleur témoin de notre nature mortelle, de nos limites.

L.F. Peut-être la singularité technologique est-elle proche, comme le pense Ray Kurzweil [*spécialiste de l'intelligence artificielle chez Google et fervent promoteur du transhumanisme, NDLR*] ; dans ce cas, j'espère qu'il s'agira d'une intelligence artificielle utile, serviable ! Mais je partage l'avis de Susan : cette perspective, que l'on nous présente comme un espoir, me semble illusoire. ■

Propos recueillis par Vincent Glavieux

(1) Collectif, « *Combating Loneliness one conversation at a time* », 2017.

Extraits du livre de Françoise Waquet

Une histoire émotionnelle du savoir



Le scientifique serait-il seulement un être de raison ? Rien de plus faux ! Le processus du travail scientifique est saturé d'émotions, positives comme négatives. Mais négliger cette dimension émotionnelle a, selon l'historienne Françoise Waquet, eu des conséquences fâcheuses, comme la prise en compte très tardive de la souffrance au travail.



Ce que ressentent les chercheurs travaillant dans les laboratoires n'a guère retenu l'attention. Les études portent sur l'historique d'une institution, les moyens matériels et humains dont elle dispose, les personnalités qui l'illustrent, les projets qui y sont menés, les résultats remarquables qui en sortent. Pourtant, le vécu ne saurait être « neutre ». Le laboratoire est un lieu de travail obligé où de longues heures sont passées, et parfois jour et nuit ; c'est aussi un lieu de travail collectif où des personnes se côtoient – et au sens propre à la paillasse –, travaillent ensemble, utilisent de mêmes ressources. [...]



Des chercheurs ont dit leur affection pour leur lieu de travail. Ce sentiment

a son expression la plus haute dans les passages que Marie Curie a consacrés au laboratoire où, avec son mari, elle effectua les premiers travaux sur le radium [...] Un même sentiment d'attachement ressort du récit, lui, très récent, du physicien Sébastien Balibar. C'est dans une cave sans fenêtre, et ce pour des raisons liées aux expériences, qu'il a son laboratoire. Cette pièce modeste de

30 m² très encombrée, où l'on travaille avec le bruit de pompes dans les oreilles et sans voir le jour, n'a pas moins « *droit à quelques diminutifs affectueux* » (1). [...]



Des entretiens menés avec des physiciennes du CNRS en 1997 révèlent

le caractère hautement personnel du cahier de laboratoire. Il ressortait à bien des égards : la préférence pour un format, pour un type de réglure, pour une couverture toilée avec « *l'envie d'avoir un bel objet* » ; le choix de l'instrument scripturaire, par exemple un stylo-plume plutôt que les Bic fournis par le labo – « *c'est agréable d'écrire avec ça, c'est un plaisir* » ; les codes de couleurs employés ; la transcription des informations instantanément ou après un temps de réflexion ; la quantité plus ou moins grande des informations portées sur le cahier ; la disposition sur la page des notes, des dessins, des collages ; etc. Bien des détails qui sont rapportés quant à la tenue du cahier dénotaient « *un investissement affectif dans la tâche* ».

Jouaient encore au même effet l'emploi parfois d'un vocabulaire « maison », une ponctuation d'accentuation – les points d'exclamation ne manquent pas –, des notations personnelles ●●●