



HAL
open science

Vers une théorie sociologique des émotions. Articuler niveaux micro et macro-sociologiques

Julien Bernard

► **To cite this version:**

Julien Bernard. Vers une théorie sociologique des émotions. Articuler niveaux micro et macro-sociologiques. Quaderni di teoria sociale, 2021, 2, pp.173-192. hal-04405953

HAL Id: hal-04405953

<https://hal.science/hal-04405953>

Submitted on 23 Jan 2024

HAL is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

Julien BERNARD
Maître de conférences en sociologie
Université Paris-Nanterre
Jbernard @ parisnanterre

Résumé

Cet article propose un cheminement théorique pluraliste permettant de situer le cadre potentiel d'une sociologie des émotions. Il s'intéresse particulièrement à l'articulation des niveaux micro et macro-sociologique, tant pour analyser les manières dont les institutions sociales affectent les individus, que pour appréhender la dynamique sociale dont les émotions peuvent être porteuses. Ce faisant, il propose un cadre explicatif d'inspiration constructiviste qui laisse une large place à la dimension relationnelle de la vie affective.

Vers une théorie sociologique des émotions Articuler les niveaux micro et macro-sociologiques

Les émotions et les sentiments occupent une place fondamentale dans la vie individuelle et la vie sociale. Nous baignons en permanence dans un rapport affectif au monde social. Nous vivons la société en l'éprouvant sur un mode personnel. Une « affectivité implicative »¹, qui ne suppose pas forcément d'engagement, mais qui exclut l'indifférence au social, oriente notre rapport au monde d'autant plus que la société se transforme. Cependant, malgré leur importance, les émotions et les sentiments peinent à trouver la place qui devrait leur revenir dans les théories sociologiques. Plusieurs « voies d'approche »² sont possibles, mais leur articulation pose encore problème.

Cet article propose un cheminement théorique pluraliste permettant d'avancer en direction d'une théorie sociologique des émotions. Il s'intéresse particulièrement aux médiations entre niveaux micro et macro-sociologique, tant pour analyser les manières dont les institutions sociales affectent les individus, que pour appréhender la dynamique sociale dont les émotions peuvent être porteuses. Ce faisant, il propose un cadre explicatif d'inspiration constructiviste qui laisse une large place à la dimension relationnelle de la vie affective.

Corporéité et sensibilité

Dans le sens commun comme dans la littérature scientifique, le phénomène émotionnel est souvent circonscrit en prenant pour cadre d'analyse l'individu et son corps. L'émotion se caractérise en effet par un ensemble de sensations particulières, qui emplissent plus ou moins brusquement la conscience du sujet « ému ». Ces sensations ne sont pas seulement physiques, comme la faim ou la soif. S'y ajoute un *qualia* « affectif », difficilement définissable, et que

¹ Martucelli, Danilo, « L'affectivité implicative et la vie en société », *Quaderni di Teoria Sociale*, 2016, n°1.

² Bernard, Julien, « Les voies d'approche des émotions. Enjeux de définition et catégorisations », *Terrains / Théories*, n°2 [en ligne]

le langage ordinaire peine d'ailleurs à caractériser autrement que par des métaphores corporelles (« j'en ai plein le dos », « sang chaud » / « sang froid »...), physiques ou chimiques (compression / décompression, ébullition, etc.) L'émotion, comme phénomène, se définirait alors comme la réaction et la résonance intérieure, à la fois physique et cognitive, à un stimulus particulier, une perception ou une pensée. Biologiquement, la résonance affective serait la conséquence de mouvements nerveux et hormonaux, relativement autonomes, que la science pourrait appréhender à partir d'indicateurs objectifs. Le niveau de stress, par exemple, serait mesurable à partir du taux de cortisol et de l'altération de la fréquence cardiaque.

Ce cadrage corps / individu est évidemment aussi celui des sciences psychologiques. Il convient cependant d'essayer de distinguer, ou, plus précisément, de situer au sein d'un même *continuum*, deux formes d'émotions, selon l'importance que l'on peut attribuer au filtre de l'interprétation individuelle de la perception ou de la pensée en cause dans l'émotion. Si certaines émotions se rapprochent de la réaction ou du réflexe, avec un enclenchement automatique de modifications physiologiques et d'actions corporelles (on crie dans mon dos et j'ai un mouvement de peur)³, d'autres, plus cognitives, peuvent en effet emprunter un chemin plus long (on me fait une blague, je la comprends et la trouve drôle).

Dans les émotions cognitives, ce que l'on perçoit, ou ce que l'on pense, ferait l'objet d'une forme d'analyse, bien que rapide, avant de provoquer une émotion. Une somme de micro-jugements – le comportement des autres *in situ*, la dimension de plaisir ou de déplaisir que m'apporte la nouveauté de la situation, le rapport entre la situation perçue et mes désirs, croyances, objectifs, ou valeurs – entrerait en ligne de compte⁴. Notre évaluation immédiate s'associerait alors, pour former nos émotions, à la manière dont nous avons fait une synthèse inconsciente de nos expériences passées, notre tempérament calme ou impétueux, mélancolique ou joyeux, craintif ou aventurier, notre structure de personnalité. Ce niveau n'exclue pas, en vertu de l'absence de transparence à soi-même postulée par la psychanalyse, des ambivalences émotionnelles, des conflits cognitifs inconscients ou des jugements ambivalents sur nos propres émotions.

Sous l'angle psychologique, les émotions que nous vivons et les façons dont nous les comprenons sont constitutives de nos identités. Réciproquement, nos identités détermineraient nos émotions. Le mécanisme qui permet cette réciprocity entre émotions et identités tient probablement dans les effets d'entraînement entre émotions et *sentiments*. Comme pour la distinction émotion réflexe / émotion cognitive, la nuance est difficile à cerner, et sans doute peut-on situer émotions et sentiments dans une même continuité. Mais l'on peut toutefois facilement remarquer que, dans la gamme des phénomènes affectifs, les émotions se caractérisent par une temporalité marquée (elles ont un début et une fin), une relative labilité, et une certaine intensité, alors que les sentiments se caractérisent plutôt par une temporalité au long cours, une forme de stabilité, et une moindre intensité, ce qui en fait une part plus constante et consistante de nos identités⁵. De ce point de vue, il est intéressant de considérer la dynamique entre émotions et sentiments. D'un côté, les émotions construisent des sentiments – sans en être les facteurs exclusifs –, en « imprimant » ses sensations dans notre mémoire affective et en les associant avec les objets déclencheurs. C'est d'autant plus vrai lorsque ces

³ A moins de les intégrer dans l'explication du déroulement d'une séquence d'actions sociales, si toutefois cela s'avérait pertinent, ces émotions réflexes ne sont que peu intéressantes pour la sociologie, à la différence des émotions plus cognitives.

⁴ Scherer, Klaus, et Rimé, Bernard (dir), *Les émotions*, Delachaux et Niestlé, 2002 [1989]

⁵ Le Breton, David, *Les passions ordinaires. Anthropologie des émotions*, Armand Colin, 1998

émotions se répètent, notamment parce que l'individu est placé dans des conditions d'existence qui favorisent l'expérience de ces émotions. C'est ainsi, par exemple, que Pierre Bourdieu – sans avoir recours à des explications naturalistes – explique la « frustration » des classes populaires vis-à-vis de l'administration ou de l'école, qui deviendrait progressivement « structurale », à force d'échecs et de déceptions⁶. Inversement, les sentiments constitués prédisposent à des émotions *ad hoc*. Lorsque des sentiments de peur, de mépris ou de haine envers les étrangers sont ancrés dans les identités individuelles, des actes xénophobes peuvent plus facilement se manifester sous l'effet d'une émotion ou d'une désinhibition émotionnelle.

Les apports de la biologie et de la psychologie des émotions sont indéniables et nombreux. On ne peut ici que les esquisser, et espérer que le dialogue interdisciplinaire produise à l'avenir des intersections fécondes. Sans supposer que toutes les théories soient compatibles, il semble en effet que les différences d'approches entre biologie, psychologie et sciences sociales, soient fondamentalement des différences de *niveau* d'analyse, qui ne s'excluent pas forcément l'un l'autre. Pour une théorie sociologique, il est ainsi sans doute nécessaire de prendre en compte la corporalité et l'individualité des affects, de comprendre les individus dans leurs sensibilités propres ; il s'agit là d'une condition pour que les explications sociologiques ne se situent pas à un niveau de généralité qui négligerait la dimension sensible et incarnée des faits sociaux et de la dynamique sociale. Mais le niveau corporel et individuel ne peut suffire, à lui seul, à expliquer la vie émotionnelle.

Le social au risque des émotions

Expliquer seulement les émotions par les individus, reviendrait à concevoir la société comme une somme d'individus isolés, avec leur diversité de goûts et de dégoûts, affectés pour des raisons ou des causes qui leur seraient propres, ou affectés par un même objet mais de manière chaque fois singulière et incomparable. Cela reviendrait à dire que « cela dépend des gens », et ce relativisme subjectiviste dissoudrait toute possibilité de développement du projet sociologique, qui est de comprendre, pour le dire de manière large, la structuration et les tendances générales – y compris sensibles, sentimentales ou émotionnelles – d'une société.

Or, même s'il y a toujours une interprétation personnelle des objets déclencheurs d'émotions, l'émotion n'est pas d'une génération spontanée, elle ne surgit pas *ex nihilo*. Les causes ou les raisons qui la provoquent sont souvent liées à l'environnement social : le plus souvent, nous sommes affectés par « l'extérieur », ou, plus précisément, dans une relation avec le « social »⁷. Celui-ci étant par définition partagé, la correspondance entre émotion et situation peut facilement faire l'objet de discussion, de définition ou d'évaluations conjointes. Par ailleurs, notre interprétation « personnelle » d'un événement est souvent préformée par des influences sociales, des représentations, des croyances, des valeurs, avec lesquelles nous ne sommes pas nés. Si nous ne sommes pas toujours conscients des causes profondes de nos comportements, ce n'est pas seulement sous l'effet d'un inconscient intérieur strictement personnel, mais aussi par l'effet de causes extérieures, sociales, fortement intériorisées⁸.

⁶ Bourdieu, Pierre, *Méditations pascaliennes*, Seuil, 1997.

⁷ Il existe des cas d'émotions, comme certains cas d'angoisse, qui ne sont pas directement reliées à une dimension sociale. Ces émotions sont rares et parfois considérées comme pathologiques dans la mesure où elles ne peuvent pas être comprises ou justifiées en relation avec des objets compréhensibles par autrui. Par contre, les cas d'émotions, beaucoup plus nombreux, où l'émotion est à la fois autocentrée et vécue en solitaire, comme la honte par exemple, prennent leur sens d'une relation particulière au monde social.

⁸ Durkheim, Emile, *Le Suicide*, PUF, 2013 [1897].

Si l'émotion se situe donc dans l'interaction entre l'individu et le monde social, et que l'individu est le niveau sociologique le plus fin, l'émotion et l'individu ne peuvent se comprendre sans les situer dans des configurations sociales ou des réseaux d'interdépendance. C'est en effet en fonction de ceux-ci que les possibilités de l'expression émotionnelle sont orientées, activées, ou limitées. L'œuvre maîtresse de Norbert Elias sur Mozart⁹ en est une parfaite illustration. Si, dans la seconde partie de sa carrière, Mozart composait sa musique en essayant d'y instiller ses émotions, afin de les traduire et de les transmettre, sa démarche, romantique avant l'heure, et la singularité de sa musique, se heurtèrent aux codes esthétiques des sociétés de cour de son époque, encore empreintes de classicisme ; rejetée, sa musique ne put être diffusée comme il l'aurait souhaité. Et si sa personnalité peu soucieuse des convenances fut un temps tolérée, c'est bien parce qu'il n'était qu'un bourgeois naviguant au sein de la noblesse en raison de son talent ; ses exigences et extravagances furent rapidement perçues comme déplacées venant d'un individu de rang inférieur, qui aurait dû se tenir au rôle de serviteur.

Cet exemple montre que toute personnalité est tenue de composer avec l'état d'un système social. C'est dans ce cadre que se développent les approches interactionnistes, en analysant les émotions à partir des variables de rôles, de statuts, et de degré de pouvoir, dont disposent l'individu dans une configuration sociale. Erving Goffman¹⁰, par exemple, évoque les mécanismes par lesquels, dans une organisation hiérarchique, les émotions et sentiments des plus gradés sont davantage pris en compte et ménagés que ceux des subalternes, alors même que leur statut les protège plus facilement des situations où ils pourraient éprouver des émotions déshonorantes en perdant « la face ». Michel Crozier¹¹, dans un autre registre, considère que les émotions dans les organisations reflètent la dose de pouvoir dont on dispose et les jeux des acteurs cherchant à en obtenir davantage selon leurs marges de manœuvre. Candace Clark¹², dans un registre à la fois interactionniste et stratégique, étudie les manœuvres comportementales, les « micropolitiques de l'émotion », par lesquels nous cherchons parfois à ne pas perdre notre place, ou à augmenter notre influence vis-à-vis d'autrui.

Emotions et relations sociales

Le niveau d'analyse de l'individu dans l'interaction sociale considère pleinement la singularité individuelle prise dans des cadres sociaux. Cependant, certains considèrent qu'un décentrement par rapport au niveau individuel peut être plus heuristique encore¹³. Ce décentrement serait de concevoir l'émotion comme un phénomène ontologiquement relationnel – et non individuel. Cela signifie non seulement que l'émotion n'existe pas indépendamment d'une relation au monde, mais surtout qu'elle est une caractéristique de cette relation, bien davantage qu'une caractéristique d'une conscience émue : je ne suis pas en colère contre X ; il y a de la colère entre X et moi. Ceci amène à préciser quelque peu ce qu'il se passe, ou ce qui passe, dans une interaction émotionnelle.

⁹ Elias, Norbert, *Mozart, sociologie d'un génie*, Seuil, 1991.

¹⁰ Goffman, Erving, *Les rites d'interaction*, Minuit, 1974

¹¹ Crozier, Michel, « Sentiments, organisations et systèmes », *Revue française de sociologie*, 1971

¹² Clark, C., « Emotions and micropolitics in everyday life. Some patterns and paradoxes of 'place' », dans Kemper, T., (dir.), *Research Agendas in Sociology of Emotions*, State University of New-York, 1990

¹³ Dumouchel, Paul, *Emotions. Essai sur le corps et le social*, Synthélabo, 1999. Laflamme, Simon, *Communication et émotion. Essai de microsociologie relationnelle*. L'Harmattan, 1995

L'expression de sentiments et d'émotions nous permet de mieux nous connaître. Mais elle permet aussi à ceux qui en sont témoins, de comprendre, à un moment donné, notre relation à ce qui suscite l'émotion. L'expression émotionnelle suppose en effet une modification du visage, de la posture. Elle enclenche des comportements et des discours spécifiques. Elle signale, à soi et aux autres, notre position (un point de vue) ou notre positionnement (une prise de position). En montrant ce que l'on ressent, l'on permet à autrui de faire des inférences sur nos probables tendances à l'action (ou à l'inaction). En cela, l'émotion est un paramètre des situations sociales qu'il est nécessaire de prendre en compte dans toute coordination.

Cela dit, si nous pouvons considérer l'émotion d'autrui pour ajuster nos conduites, grâce à nos capacités de compréhension intellectuelle et empathique¹⁴, les expressions émotionnelles provoquent aussi souvent d'autres émotions chez ceux qui y assistent ou qui l'observent.

Ces émotions produites par l'émotion peuvent être de même nature. Par exemple, l'expression de tristesse peut provoquer la compassion, ce qui enclenche une forme de contagion de la tristesse. De même, dans le mécanisme de l'émotion collective, la mise en commun de sentiments similaires peut créer un état affectif proprement collectif, qui s'impose alors à tous, même à ceux dont le sentiment partagé au départ était peu intense, en poussant à une forme de synchronisation des états individuels¹⁵. Mais ces émotions peuvent aussi être de natures très différentes. Lorsque la colère des uns déclenche la peur des autres, que la satisfaction de certains provoque un sentiment d'injustice, ou que la peine suscite un malin plaisir, des sentiments multiples et contradictoires se déploient dans l'espace interactionnel et social, ce qui lui donne une plus grande complexité. Autant les sentiments partagés peuvent produire du lien social, autant les sentiments contradictoires peuvent le menacer. Dans les deux cas, l'augmentation de la « tension » ou de la « charge » émotionnelle produisent des effets sociaux qu'il est souvent difficile de prévoir.

Les actions « sous le coup » de l'émotion, dans une « cognition chaude », s'accompagnent en effet souvent d'une analyse sous-optimale de la situation, d'une recherche d'information imparfaite, en raison d'une « aversion à l'inaction »¹⁶, et d'une difficulté à reconsidérer ses désirs, ses valeurs ou ses croyances au regard des nouveaux éléments de la situation¹⁷. Même si la rationalité est toujours plus théorique que réelle, les actions émotionnelles peuvent être distinguées des « choix rationnels » ; en tout cas, c'est ainsi que nous procédons quand nous jugeons de nos émotions et de celles des autres.

Les émotions ne sont pas toujours bonnes conseillères et nous les regrettons parfois. De ce constat empirique, les émotions sont discréditées par la plupart des philosophies, à travers le monde et l'histoire : être sage, c'est avoir de la tempérance. Traditionnellement, dans le sens commun comme chez les savants, l'émotion s'oppose à la Raison. Cette opposition perçue avec la « cognition froide » entraîne une déconsidération de l'émotion *en général*. Certes, certaines expressions d'émotions sont bienvenues, encouragées, voire prescrites dans certaines situations, précisément parce qu'un accord tacite sur leur convenance ou leur utilité est à l'œuvre dans ces situations. Mais, dans les situations plus incertaines, les conséquences des actions émotionnelles étant souvent à la fois imprévues et imprévisibles, l'émotion est souvent perçue comme une rupture dans « l'homéostasie sociale », et donc comme un *risque* pour l'ordre social. Ainsi les individus sont-ils amenés à se contrôler, en particulier dans

¹⁴ Weber, Max, *Economie et société* Pocket, 2003 [1921]

¹⁵ Durkheim, E., *Les formes élémentaires de la vie religieuse*, PUF, 2013 [1912]

¹⁶ Elster, Jon, « L'impact négatif des émotions sur la cognition », *Terrains / Théories*, n°2 [en ligne]

¹⁷ Livet, Pierre, *Emotions et rationalité morale*, PUF, 2002

l'espace public, à la fois pour des raisons sociales et individuelles – il s'agit que l'expression de leurs émotions ne leur soient nuisibles. C'est ce même « risque émotionnel » qui pousse à un « contrôle des autres », c'est-à-dire à une méfiance envers la provocation d'émotions chez autrui¹⁸. De ce point de vue, « vivre en société », ce serait être obligé de composer avec toutes les sensibilités, considérer les conséquences de ses émotions et de celles des autres, faire œuvre de régulation émotionnelle pour aller dans le sens du « processus de civilisation » théorisé par N. Elias.

Règles et socialisation émotionnelles

C'est en raison des risques qu'engendrent les émotions que s'instituent des normes émotionnelles. La sociologie des émotions, dans sa filiation allant de Durkheim à Hochschild, en passant par Goffman, n'a cessé d'interroger ces normes et les façons dont nous nous comportons vis-à-vis d'elles. Le concept peut englober une norme générale de contrôle (ou, ce qui est plus subtil, une norme d'expression maîtrisée des émotions¹⁹) et des règles de comportement plus localisées, en fonction des circonstances ou des milieux. Des émotions peuvent être proscrites : par exemple, on ne doit pas rire ou se disputer lors de funérailles, on ne doit pas être triste le jour de son mariage, on ne doit pas montrer sa peur quand on travaille dans la police, etc. D'autres peuvent être prescrites : être triste à des funérailles, être heureux à son mariage, etc. Ces règles semblent « tomber d'en haut ». Elles ont l'air d'avoir toujours été « déjà là », en particulier dans les situations sociales organisées dans un cadrage cérémoniel ou rituel. Pour les adultes habitués aux comportements culturels d'une société, ces modèles affectifs paraissent souvent aller de soi. A l'instar des coutumes, nul ne sait quand et par qui elles ont été instaurées, et peu songent à les remettre en question. En cela, elles s'imposeraient aux individus comme ligne de conduite ou comme « script » comportemental.

Pour expliquer cet allant de soi, l'idée de socialisation des émotions est mobilisée pour désigner la manière dont les modèles affectifs font l'objet d'une intériorisation, voire d'une incorporation. Elle met l'accent sur le poids des parents, des adultes, mais aussi des groupes de pairs ou des médias, dans la constitution de l'identité, des façons d'être et des modes d'interprétation du monde social de l'individu, en particulier durant l'enfance.

Les modes explicatifs de ce formatage ou « dressage » émotionnel peuvent être assez mécaniques et s'apparentent parfois au behaviorisme. On peut penser simplement au fait que les enfants imitent les comportements de leurs parents, ceux-ci faisant office de modèles quasi exclusifs, et ce d'autant plus que l'attachement affectif enfants-parents réduit les possibilités de distanciation critique. Sans trop savoir pourquoi, mais en supposant qu'il doit bien y avoir une raison, les enfants tendraient à reproduire les goûts et dégoûts de leurs parents, à partager les mêmes peines et les mêmes joies, à associer les mêmes émotions aux mêmes objets déclencheurs.

La reproduction des schèmes affectifs se produit également par les effets du contrôle social. Les agents de socialisation sanctionnent, positivement ou négativement, les comportements émotionnels des enfants : « il ne faut pas pleurer parce que ton jouet est cassé, tu en as

¹⁸ Goffman, Erving, *La mise en scène de la vie quotidienne*, Minuit, 1973

¹⁹ Cette idée provient de N. Elias qui évoque la possibilité d'un « relâchement contrôlé des émotions », et développée par C. Wouters, qui en fait une caractéristique du régime émotionnel contemporain dans les sociétés occidentales. Elle suppose l'existence d'un flux cognitif sur l'émotion en train d'être ressentie et de s'exprimer, qui permettrait de la réguler « dans le feu de l'action ». Cette maîtrise nous semble possible pour les émotions faibles et modérées, mais pas pour les plus intenses.

d'autres », ou « c'est normal d'être en colère contre ton petit frère qui a cassé ton jouet, mais tu ne dois pas le frapper pour autant ». Plus encore, c'est précisément par des mécanismes affectifs, en particulier *via* la honte et la fierté²⁰, que s'intègrent les normes émotionnelles : « tu devrais avoir honte d'avoir frappé ton petit frère » ou « je suis fier que n'aies pas tapé, et que tu sois venu nous en parler ».

Imitation, contrôle et socialisation des émotions produisent progressivement une « évidence » des émotions adaptées et inadaptées en fonction des circonstances et des objets en cause. Dans sa version la plus forte, la construction sociale des émotions relèverait donc d'un déterminisme social, où les modèles de sensibilité des groupes auxquels nous appartenons s'imposent, s'intériorisent, s'incorporent, de manière assez inconsciente, à moins qu'ils imposent un travail émotionnel conscient²¹. Nous n'aurions pas le choix : nous devons mettre en correspondance nos sentiments avec ceux qui sont valorisés dans nos groupes d'appartenance. Cette version forte a le mérite d'expliquer la formation des modèles de sensibilité stabilisés, qui se révèlent notamment par les statistiques.

Interactions et sentiments collectifs

La mise au jour de cette imposition « par le haut » ne doit cependant pas négliger les séries de *médiations* par lesquelles elle passe et qui se jouent au niveau interactionnel. D'abord, si le contrôle social des émotions peut certes être imposé par une discipline rigoureuse et par la peur, il est souvent plus efficace et pérenne lorsque ses raisons d'être sont verbalisées et justifiées. C'est en passant par la « raison » que les normes émotionnelles peuvent plus facilement être acceptées. Ainsi, pour suivre l'exemple des deux jeunes frères qui se disputent, il peut être utile de faire comprendre que se battre n'est pas la solution, car l'on institue sinon la loi du plus fort, et qu'on trouvera toujours plus fort que soi, et que le plus fort n'a pas forcément raison, etc. Convaincre des « bonnes raisons » d'avoir l'émotion, ou le contrôle émotionnel approprié, permet en outre de faire des socialisés de futurs socialisateurs.

Une autre médiation, qui suppose aussi un minimum de langage, concerne les réactions d'autrui à nos émotions. L'expression émotionnelle engage en effet des dynamiques particulières, du niveau le plus local (les situations) au plus global (les sociétés, lorsque, par exemple, des conflits sociaux, des catastrophes, ou la victoire de l'équipe nationale de football, occupent les espaces politiques et médiatiques). Entre les deux, la diffusion sociale des émotions dépasse souvent largement le premier cercle de la personne émue (« X m'a dit ce qui était arrivé à Y, et ce qu'il a fait, tu te rends compte ? »). Le partage social des émotions²² engage des formes de réflexivités collectives à leur sujet.

Ces réactions aux émotions se situent sur un gradient allant de l'assentiment à la réprobation. Lorsque nous recevons des réactions positives à notre émotion, nous sommes confirmés dans le bien fondé de notre ressenti et de notre comportement. Notre sentiment semble compris et partagé. Au contraire, lorsque nous recevons des réactions négatives, nous sommes obligés de nous justifier, d'exposer les raisons de nos émotions, quitte à quelque peu « rationaliser » notre action affective. Il s'agit alors d'adosser nos émotions à des arguments compréhensibles

²⁰ Scheff, T., « Socialization of Emotions : Pride and shame as causal agents » dans Kemper, T., (dir.), *Research Agendas in Sociology of Emotions*, State University of New-York, 1990

²¹ Hochschild, Arlie, *Le prix des sentiments. Au cœur du travail émotionnel*, La découverte, 2016 [1983]

²² Rimé, Bernard, *Le partage social des émotions*, PUF, 2005

pour le plus grand nombre, par exemple à la faisant entrer dans des « régimes de justice »²³, et à les exprimer assez adroitement ou assez modestement pour, au mieux, convaincre du bien-fondé de son sentiment, ou, au pire, ne pas subir une disqualification par le groupe.

Dans ces cas de « déviance émotionnelle »²⁴, nous ressentons un décalage entre ce que nous devrions ressentir et ce que nous ressentons réellement. Ce décalage est à la base de la notion de « travail émotionnel », qui désigne l'effort déployé pour adapter son comportement aux règles « d'affichage » de la situation, voire pour modifier son état émotionnel dans un « jeu en profondeur »²⁵ afin de le faire correspondre aux attentes. Le travail émotionnel suppose alors une cognition sur l'émotion, c'est-à-dire un jugement, dans le courant de l'émotion, sur l'émotion qui se déploie en nous, qui permet d'en réprimer l'expression. Cela nous arrive souvent, au travail ou en famille, quand nous sentons que les conséquences de notre émotion risquent d'être préjudiciables.

Cependant, le travail émotionnel, ou le travail de « révision » de nos désirs, valeurs, ou croyances à la base de notre émotion, ne sont pas toujours possibles. Nous sommes en effet fortement attachés – affectivement parlant – à nos jugements. Cette impossibilité à réviser signale que l'émotion touche à une part profonde de notre identité et/ou de notre « rationalité morale »²⁶. Comme dans la justification ou la rationalisation des actions affectives, émotion et cognition sont ici interpénétrées, et il serait illusoire de les distinguer purement et simplement²⁷.

La réprobation de notre groupe d'appartenance et l'impossibilité de réprimer l'émotion provoquent un puissant conflit cognitif, comme on peut l'imaginer, par exemple, pour un jeune homosexuel dans une famille homophobe, ou pour un militant environnementaliste dans une famille climato-sceptique. Ces conflits peuvent être d'intensité variable, et ils dépendent de la nature de nos réseaux sociaux et de la fréquence des relations sociales. Il est plus facile de supporter, pour un militant cosmopolitique, le racisme ordinaire d'un grand oncle que l'on ne voit qu'aux grandes fêtes de famille, que celui de la majorité de ses collègues de travail. Ces conflits peuvent aussi être relativisés par notre appartenance à plusieurs cercles sociaux. Toutefois, la réprobation de nos sentiments dans un groupe peut, plus ou moins brusquement, nous conduire à trouver d'autres groupes plus compréhensifs. Certaines expériences émotionnelles peuvent alors enclencher des bifurcations biographiques.

Ainsi, qu'il s'agisse d'approbation ou de réprobation des émotions, peut se dégager une tendance commune à se regrouper dans des communautés d'individus partageant les mêmes opinions et sentiments. Il s'agit là de trouver une « énergie émotionnelle »²⁸ commune, cette

²³ Boltanski, Luc, avec Schiltz, M.-A., et Darré, Y., « La dénonciation », *Actes de la recherche en sciences sociales*, vol.51, n°1, 1984

²⁴ Thoits, P., « Emotional Deviance : Research Agendas », dans Kemper, T., (dir.), *Research Agendas in Sociology of Emotions*, State University of New-York, 1990

²⁵ Hochschild, Arlie, *op.cit.*

²⁶ Livet, Pierre, *op.cit.*

²⁷ L'opposition raison / émotion, que nous avons évoquée *supra*, est une distinction formelle. Elle sert à organiser notre jugement des émotions. Certaines conduites sont plutôt émotionnelles, d'autres plutôt rationnelles. Il n'y a pas ici d'émotion ou de cognition à l'état pur. D'un côté, nos capacités d'interprétation, de réflexion ou d'anticipation produisent des jugements qui peuvent nous émouvoir. D'un autre, nos émotions mobilisent nos capacités cognitives, dans l'interprétation de la situation, la régulation émotionnelle, la compréhension actuelle et ultérieure de notre comportement, les jugements de valeur que l'on porte sur soi ou les autres, ou dans la verbalisation, la rationalisation ou la justification de notre conduite.

²⁸ Collins, Randall, « Stratification, Emotional Energy and the Transient Emotions », dans Kemper, T., (dir.), *Research Agendas in Sociology of Emotions*, State University of New-York, 1990

force de fusion, ciment des collectifs, dans laquelle l'estime sociale, la « validation » de soi par les autres, est prépondérante. Ce sont ici les jugements de normalité des émotions, et leurs formes, qui peuvent être au cœur d'une analyse ethnographique.

La concurrence des sentiments

« Chaque famille mène une bataille » disait Margaret Mead²⁹, au sujet de l'institution des sentiments familiaux et de la transmission de valeurs et donc de schèmes de sensibilités spécifiques. Il en va de même pour toute communauté ou groupe social. Églises, associations, groupements d'intérêts, partis politiques... œuvrent à définir ce qui est bien, beau ou juste, en vertu de quoi certains sentiments sont valorisés alors que d'autres sont dévalorisés. À l'intérieur de ces grandes catégories, des valeurs communes serviront de traits d'union – dans le sport, par exemple, les valeurs du corps ou du respect de l'autre –, mais chaque sous-catégorie développera ses spécificités – valorisation du lien avec la nature dans la randonnée, ou de l'adrénaline dans la course automobile.

La socialisation émotionnelle n'est jamais homogène, du fait que les individus participent à divers mondes sociaux. Les discours de la famille ne sont pas toujours ceux du groupe de pairs, de l'école, ou de l'église, et chacun se construit au carrefour d'influences sociales très diverses. Mais certains schémas peuvent être plus homogènes et certaines influences complémentaires. Nous sommes donc amenés à essayer de comprendre comment se forment, de proche en proche, des sensibilités collectives partagées, et en quoi nous sommes, en vertu de nos propriétés sociales, plus enclins à en éprouver certaines plus que d'autres.

Les données produites par les statistiques nous obligent en effet à constater des corrélations significatives entre certaines propriétés sociales et certaines sensibilités. Pour ne donner que quelques exemples, l'on sait que les croyants sont moins disposés à abrégier la vie de patients atteints de maladie incurable et douloureuse que les non-croyants ; que les jeunes trouvent plus facilement que les anciens des justifications au divorce quand un couple ne s'aime plus ; que les indépendants considèrent plus souvent que les autres catégories socioprofessionnelles qu'il n'y a pas beaucoup d'injustice dans la société ; que les électeurs de droite sont plus nombreux que la moyenne à considérer que la pauvreté provient de la paresse ou de la mauvaise volonté ; que ceux qui sont favorables à la peine de mort sont des personnes plus âgées et moins instruites que la moyenne, et plus souvent défiantes envers le système démocratique³⁰.

Cette hétérogénéité produit une concurrence des sentiments, tant au niveau individuel qu'au niveau des groupes sociaux³¹. Cette concurrence sentimentale se double souvent de divergences de valeurs ou d'intérêts. La conflictualité entre écologistes et industriels polluants, par exemple, se base sur une vision différente du « prix à payer » pour la croissance économique et l'emploi. En ce qui concerne le rôle des intérêts de classe, les luttes, négociations ou conflits ouverts entre patronats et syndicats sont un exemple classique. Dans ces luttes d'influence, les émotions ont un rôle majeur. C'est d'abord parce qu'une situation sociale me touche, qu'elle me choque moralement, ou qu'elle me fait craindre de perdre un avantage, que je peux me sentir poussé à m'engager. C'est ensuite parce que je rencontre d'autres personnes partageant mon émotion, déjà organisées en collectif ou non, qu'une

²⁹ Mead, Margaret, *Mœurs et sexualité en Océanie*, Plon, 1969 [1955]

³⁰ Pour tous les exemples, Brechon, Pierre et Tchernia, J.-F. (dir.), *La France à travers ses valeurs*, Armand Colin, 2009

³¹ Bernard, Julien, *La concurrence des sentiments*, Métailié, 2017

énergie émotionnelle peut porter un mouvement. C'est enfin en organisant l'expression émotionnelle et en la diffusant, par des tracts, des représentations ou dans les médias, que le collectif cherche à consolider l'émotion de ses membres et à en attirer de nouveaux³².

Dans cette dimension fondamentale de la vie sociale qu'est la conflictualité des rapports sociaux, les relations interindividuelles jouent là-encore un rôle indéniable. Non seulement nous sommes plus facilement sensibilisés à une cause quand nous la rencontrons portée par des connaissances (qui nous « rallient » à la cause), mais nous y trouvons aussi un sens dans le partage des expériences de lutte, quand ce ne sont pas des rétributions concrètes (salarié d'association, décharge syndicale), des bénéfices secondaires ou symboliques (intégration sociale, estime des autres), ou le simple plaisir du partage d'émotions similaires.

Structuration et changements sociaux

L'analyse sociologique des émotions nous amène donc à considérer en même temps deux lignes de force que nous avons esquissées dans ce développement. D'un côté, les émotions représentent un risque pour l'individu, le collectif ou la société. Elles traduisent un trouble, une perte de maîtrise de soi et des situations, tout en enclenchant une dynamique d'actions et de réactions assez imprévisible. L'ordre social suppose donc l'apprentissage d'un contrôle émotionnel et l'observance de règles de comportements. D'un autre, les émotions expriment des sentiments parfois fondamentaux pour notre identité individuelle et sociale. Elles sont l'objet d'un façonnage spécifique à nos groupes d'appartenance, et représentent à la fois un opérateur de lien social dans les groupes sociaux, et l'identité de ces groupes vis-à-vis des autres. L'hétérogénéité de la société et les socialisations différentielles des émotions produisent une société hétérogène affectivement et une concurrence de sentiments. Cette concurrence fonctionne comme carburant de la dynamique et parfois de la conflictualité sociale, les énergies émotionnelles étant alors force de fission.

Il faut alors envisager les sociétés comme structurées par une dialectique du contrôle et de l'expression. Autrement dit, les sociétés seraient traversées par deux systèmes de forces contradictoires, l'un tendant à la perpétuation d'un « ordre des choses », une reproduction des schèmes affectifs, un certain conservatisme, l'autre supposant le changement, le décalage, le désordre parfois. Dans ce système, structuration et changement sont comme les deux faces de la même pièce. Au niveau individuel comme à celui des groupes, faire avec la « concurrence des sentiments », c'est à la fois composer avec les sentiments des autres, et composer avec le décalage entre ce que nous ressentons et ce que nous pouvons exprimer. La dynamique du système social se situe donc dans le « jeu », au sens mécanique, entre exigence de contrôle et possibilité d'expression, ce jeu produisant d'ailleurs une énergie spécifique liée au refoulement émotionnel demandé par le maintien de l'ordre social. Si ce refoulement devient par trop insupportable, l'expression émotionnelle qui en découle – le « retour du refoulé » – peut n'en être que plus forte.

Traversées par des émotions et sentiments divergents ou contradictoires, les sociétés ne peuvent tenir qu'en se modifiant. Souvent, les sensibilités morales évoluent lentement. On peut penser par exemple à l'augmentation progressive de la tolérance envers l'homosexualité, ou à celle de la préoccupation environnementale. Les changements générationnels jouent probablement ici un grand rôle. Mais pour que ces changements soient possibles, il est aussi nécessaire que des différentes sensibilités en concurrence, certaines prennent le pas sur

³² Traïni, Christophe, (dir.), *Emotions... mobilisation !*, Presses de Sciences Po, 2009

d'autres. Comme le suggère Durkheim, « pour que ces transformations [du droit et de la morale] soient possibles, il faut que les sentiments collectifs qui sont à la base de la morale ne soient pas réfractaires au changement, par conséquent, n'aient qu'une énergie modérée. S'ils étaient trop forts, ils ne seraient plus plastiques. »³³ C'est dire ici que les forces de changement de sensibilités s'avèrent, à un moment donné, plus puissantes que les forces de reproduction. Les nouvelles sensibilités, ou le retour d'anciennes, deviennent alors plus légitimes que les sensibilités jusque là dominantes, et devenant plus légitimes, ceux qui les éprouvaient en silence peuvent plus facilement les exprimer, ce qui les renforce. De nombreux changements politiques peuvent probablement s'expliquer ainsi.

La théorie de la « construction sociale des émotions » doit donc intégrer ce caractère dynamique et historique des changements de régimes émotionnels, que William Reddy définit comme ce qui produit « les possibilités et les limites de l'expression »³⁴. On pourrait pour ce faire s'inspirer du modèle de James Coleman pour relier les niveaux micro et macrosociologiques³⁵ en y ajoutant une dimension itérative propre à un constructivisme prenant en compte le changement des régimes émotionnels. D'abord, du macro au micro, l'état du système social affecte les individus, à travers toute une série de médiations que nous avons exposée. Ces affects les font penser. Ils puisent pour cela dans un « stock de connaissance » disponible, leur perception des sensibilités sociales dominantes, et partagent, discutent de leurs émotions. Ensuite, toujours au niveau micro, les affects provoquent des prises de position, parfois une mise en action individuelle, et l'agrégation des émotions individuelles peuvent donner lieu à des actions collectives. Enfin, en passant du micro au macro, ces actions peuvent modifier l'état du système social, l'équilibre ou le rapport de force des sensibilités, éventuellement créer de nouveaux régimes émotionnels. De manière permanente, nous sommes ainsi affectés par un monde en changement, à propos duquel nous réévaluons nos positions en nous référant à l'évolution du rapport de force entre les régimes émotionnels.

La société émotionnelle et l'individu

En s'inspirant sur cette idée de dialectique expression / contrôle, et en s'interrogeant sur les tendances historiques générales qui reconfigurent le rapport individu – société, on peut essayer de poser les termes du débat concernant la condition affective de l'individu dans notre modernité. Marquée par l'individualisme et une solidarité plus organique que mécanique, la modernité serait marquée par une plus grande tolérance aux expressions émotionnelles, par opposition à une tradition plus soucieuse de contrôle social. Certains estiment qu'un tournant aurait eu lieu dans la seconde moitié du 20^e S., en réaction au modèle bourgeois de la « tenue » qui culmine dans la figure du *gentleman* de la société victorienne. A une « introdétermination » succéderait une « extrodétermination »³⁶, c'est-à-dire une construction identitaire moins basée sur des principes moraux rigides transmis par les parents et très tôt ancrés, que sur la recherche d'estime et de « popularité » dans le groupe de pairs. Cette façon de s'affirmer et de vouloir « être soi » parmi les siens supposerait à la fois une expression de soi plus spontanée, et le développement de nouvelles compétences relationnelles pour en

³³ Durkheim, E., *Les règles de la méthode sociologique*, op.cit. p.70.

³⁴ Reddy, W., « Emotions et histoire contemporaine : esquisse d'une chronologie », dans Ambroise-Rendu, A.-C., Demartini A.-E., Eck, H., Edelman, N. (dir), *Emotions contemporaines (19^e-21^e siècles)*, Paris, Armand Colin, 2014.

³⁵ Exposé dans Foundations of Social Theory. Pour une introduction, cf. Steiner, P., « Les Foundations de James Coleman, une introduction », *Revue française de sociologie*, 2003/2, vol.44.

³⁶ Riesman, David, *La foule solitaire*, Arthaud, 1964

maîtriser les effets. C'est l'idée d'une « informalisation » des conduites, proposée par Cas Wouters³⁷, qui désigne la tendance à valoriser des comportements plus « naturels », moins guidés, moins cadré par les convenances, tout en restant tolérant et ouvert aux critiques des autres. Cette tendance (ou injonction) à être soi-même, à exprimer ses émotions tout en étant « cool » se manifeste particulièrement dans l'espace médiatique. Le changement des codes de communication des hommes politiques est ici particulièrement probant.

Invité à être lui-même tout en devenant maître en relations humaines, l'individu contemporain ne se trouve pas pour autant libéré de ses chaînes sociales. Car la société individualiste est précisément une « société individualiste de masse » selon la belle formule de Dominique Wolton³⁸. « Etre soi-même » pèse comme une nouvelle injonction sociale, tout comme pèse l'injonction à l'autonomie dans le monde du travail³⁹. Les valorisations du développement personnel, de l'écoute et de la compréhension de ses émotions, de « l'intelligence émotionnelle », tout en situant l'individu au centre de son monde, l'exposent à une nouvelle contrainte sociale, celle précisément d'être singulier, original tout en étant parfaitement socialisé. De plus, si l'expression individuelle permise par les médias de masse, en particulier dans les talk shows et la télé-réalité, et par les réseaux sociaux, crée une profusion de modèles affectifs disponibles, ceux-ci sont soumis à délibération et à jugements⁴⁰. Les normes sociales reviennent ainsi précisément là où on prônait une plus grande tolérance. Enfin, un dernier avatar de la dialectique expression / contrôle concerne peut-être ce paradoxe typiquement contemporain de la marchandisation des émotions par le capitalisme⁴¹, qui conduit à acheter des services perçus comme personnalisés, en vue de ressentir des émotions en première personne, et que l'on imagine volontiers comme uniques, pures ou authentiques. Or, toutes personnelles que sont la joie d'un enfant qui se voit offrir un anniversaire au Mac Donald's, ou le bien-être que l'on ressent après son cours de yoga, ces émotions n'en semblent pas moins socialement produites par un état du système social à un moment donné, et par un rapport à soi et au monde tout aussi socialement construit.

³⁷ Wouters, C., « Comment les processus de civilisation se sont-ils prolongés. De la seconde à la troisième nature », *Vingtième siècle. Revue d'histoire*, 106, avril-juin 2010

³⁸ Wolton, Dominique, « Les contradictions de l'espace public médiatisé », *Hermès*, 1992/1

³⁹ Ehrenberg, Alain, *La société du malaise*, Odile Jacob, 2010

⁴⁰ Mehl, Dominique, « Le jeu avec le 'je' », *Communications*, vol.80, n°1, 2006

⁴¹ Illouz, Eva, *Les sentiments du capitalisme*, Seuil, 2006