

Perceptions, émotions, sentiments

Posted on 18 avril 2021 by Patrick Rouillier

J'ai déjà eu l'occasion d'expliciter le processus de l'acquisition des informations venues de notre environnement.

Perception : Par nos sens (vue, ouïe, goût, odorat, toucher) nous percevons les « messages » que nous adresse notre environnement. Nos récepteurs les reçoivent et les transforment en signaux électriques transmis à notre cerveau. C'est la perception des choses.

Émotion : Notre cerveau est activé, sous forme d'une émotion, et cherche à décrypter ces messages pour leur donner un sens. C'est l'émotion provoquée par les choses, une simple sensation informelle.

Sentiment : le message est comparé à notre acquis, notre culture, l'expression de notre vécu afin, par des relations logiques, de lui donner un sens. Ce sentiment premier donné à l'émotion est le sentiment des choses. C'est une sensation critique.

N.B. Dans le langage courant on appelle émotion le processus qui englobe la perception, l'émotion, le sentiment, auxquels on ajoute le comportement provoqué. On cite alors comme émotion : la peur, la colère, la joie, le défi ... qui sont en fait les comportements provoqués par notre perception de notre environnement.

Pour donner un exemple de ce phénomène je vais faire appel à deux expériences personnelles.

1. **Le Parmentier de canard :** J'ai eu l'occasion de manger un plat préparé de Parmentier de canard. J'ai été très gêné car il y avait à l'intérieur des morceaux caoutchouteux et gluants que j'attribuais à des bas morceaux du canard mis là pour des questions de coût. Je renonçais à le manger. J'ai eu l'occasion dans racheter une barquette, et j'ai pu lire sur la boîte : « Parmentier de canard aux champignons. ». Je l'ai goûté à nouveau et ce qui m'avait paru des morceaux élastiques et gluants a pris une tout autre tournure. Ils avaient maintenant la consistance d'un champignon (avec il faut le dire pas beaucoup de goût) et devenaient de ce fait très acceptables. La même perception analysée avec des informations différentes m'a donc conduite à deux sentiments différents et à deux comportements distincts.
2. **La dent cassée :** Je me suis cassé une incisive laissant dans ma dentition un interstice, genre dents du bonheur. Après avoir mangé j'ai constaté, en



passant ma langue, qu'un morceau un peu filamenteux était coincé dans mes dents de devant. C'est une sensation gênante. J'ai essayé de l'enlever avec ma langue, puis avec mes doigts, puis avec un brossage énergique. Rien n'y fait. C'est extrêmement désagréable. Après de multiples essais je me suis rendu compte qu'il ne s'agissait pas d'un résidu coincé entre mes dents mais tout simplement de la face interne de ma lèvre qui « pointait » dans l'interstice de ma dentition. Tout essai pour le retirer me faisait ouvrir la bouche éloignait ma lèvre de mes dents et il n'y avait plus rien à ôter ! Là encore la même perception analysée dans une autre perspective me donnait un sentiment différent. La gêne a cessé, mon comportement modifié,

Ces deux exemples montrent bien qu'une perception n'a aucun sens en soi et que c'est la confrontation de cette perception à nos acquis qui lui en donne un. Ce sens va alors déterminer nos comportements. Ces expériences confirment le mécanisme proposé pour la notion de perception.