

L'INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE : FORTUNE D'UN CONCEPT OU CONCEPT DE FORTUNE ?

Jean THERER -  - juin 2006

"Le cœur a ses raisons que la raison ne connaît point."
Blaise PASCAL, *Pensées*, 1670.

Depuis quelques années, le concept *d'intelligence émotionnelle* suscite un engouement extraordinaire. Google propose pas moins de 448.000 pages (en français) relatives à cette expression de fraîche date ! On peut se demander ce qui suscite cette vogue médiatique et ce qui la justifie. La plupart de mes collègues psychologues se montrent plutôt réticents. Cet énorme succès les fait grincer des dents. Pourquoi ? En fait, depuis DESCARTES, la philosophie et plus tard la psychologie, opposent émotion et intelligence. La raison c'est l'intelligence, et l'intelligence c'est la négation de l'instinct, donc des émotions.

Alors pourquoi juxtaposer ces deux concepts réputés inconciliables ? Ne s'agirait-il pas d'une sorte d'*oxymoron* ? Encore un mot à mode ! L'*oxymoron* c'est simplement la réunion de deux notions apparemment incompatibles ou contradictoires. Exemples : *un silence éloquent*, *une sombre clarté* ou encore *un merveilleux malheur* (dixit Boris Cyrulnik, 1999). Pourquoi pas une intelligence émotionnelle ? Le but de ce bref exposé est justement de faire le point et de suggérer des éléments de réponse à 3 questions :

1. Qu'est ce que l'intelligence ?
2. Qu'est ce que l'intelligence émotionnelle ?
L'intelligence émotionnelle, mythe ou réalité ?

1. QU'EST-CE QUE L'INTELLIGENCE ?

Il existe des définitions multiples et très savantes de l'intelligence. Il en existe même une définition mathématique basée sur l'analyse factorielle; c'est le célèbre "facteur G" de Charles SPEARMAN, bien connu des psychologues. Je voudrais m'en tenir à une approche beaucoup plus simple, mais difficilement réfutable. Pour moi, l'intelligence c'est la capacité de s'adapter à des situations nouvelles et à résoudre des problèmes. Mais au-delà de cette approche très générale, plusieurs conceptions se dégagent.

- Les arpenteurs de l'intellect

Pourquoi les arpenteurs ? Parce que, très tôt, au début du 20^e siècle l'enjeu était de vouloir mesurer l'intelligence en tant que prédicteur de la réussite des individus. En 1905, à Paris, Alfred BINET et Théodore SIMON mettent au point une *Échelle métrique de l'intelligence*. Leurs intentions étaient certes louables. Ils voulaient repérer les enfants qui n'étaient pas adaptés à l'enseignement normal et qui devaient être dirigés vers l'enseignement spécial. Leur idée était de proposer aux enfants de petites épreuves très concrètes. Si un individu d'un âge donné ratait les épreuves réussies par la moyenne des individus de son âge, il se voyait attribuer un *âge mental* inférieur correspondant à sa performance effective.

Ainsi, un enfant de 4 ans qui ne réussissait pas les épreuves de son âge était réputé avoir un âge mental de 3 ans ou moins. En revanche, un enfant de 4 ans qui réussissait les épreuves maîtrisées par les enfants de 5 ans était réputé avoir un âge mental de 5 ans. Cette échelle métrique de l'intelligence a eu beaucoup de succès. Elle connaîtra une notoriété mondiale, mais engendrera aussi certaines dérives et illusions. Ainsi, quand on demandait à BINET ce qu'était finalement l'intelligence, il ne manquait pas de répondre : « *L'intelligence c'est ce que mesure mes tests !* »

En 1912, l'américain William STERN invente la

$$\text{notion de Q.I.,} \quad \text{quotient intellectuel :} \quad \text{Q.I.} = \frac{\text{AM} \times 100}{\text{AR}}$$

Pourquoi quotient ? Parce qu'en divisant l'âge mental, mesuré par l'échelle métrique, par l'âge réel (âge chronologique) et en multipliant le tout par 100, on obtient un chiffre qui peut fluctuer autour d'une moyenne de 100 (AM = AR). En pratique, un Q.I. compris entre 90 et 110 correspond à une intelligence dite normale. Au delà de 110, vous êtes considéré comme doué, super doué ou génie... En deçà de 90, vous êtes qualifié de débile, imbécile ou idiot (Q.I. inférieur à 20). Ce ne sont pas des injures ou des noms d'oiseaux, ce sont les termes techniques utilisés par les promoteurs de la psychométrie, les arpenteurs de l'intellect.

On peut certes critiquer cette vision de l'intelligence. Pour avoir fait passer des tests à beaucoup d'enfants au début de ma vie professionnelle, j'ai constaté qu'il y avait souvent confusion entre intelligence et érudition. Quand par exemple, conformément aux tests, je demandais à un enfant de 7 ans, " *qu'est ce qu'une espagnolette ?*", invariablement il répondait : " *petite espagnole*".

Et je devais, bien sûr, le pénaliser. Quand je demandais " *qui a écrit les misérables ?*", les enfants des milieux aisés répondaient facilement "Victor Hugo" ; par contre, les enfants de milieux défavorisés me regardaient avec une perplexité pénible. Cette confusion entre la culture et l'intelligence est inacceptable. Bien sûr les tests de quotient intellectuel ont été révisés et actualisés, il n'empêche que la plupart d'entre eux restent culturellement biaisés.

Autre critique : cette vision de l'intelligence est une vision innéiste. Au cours de mes études on m'a toujours appris que l'intelligence, mesurée par les tests, était à plus de 80% héréditaire et qu'elle ne variait pas au cours de la vie. Depuis lors j'ai appris à me montrer prudent face à de telles assertions.

Heureusement dès le début des années 60 - et surtout lors de la révolution de mai 68 - certains enseignants et chercheurs progressistes ont commencé à mettre en doute cet élitisme et cette vision figée de l'intelligence.

- Les styles cognitifs de David KOLB (1976)

Entre autres apports je voudrais citer David Kolb, qui dès 1976, a publié ses travaux sur ce qu'il appelle *l'apprentissage expérientiel* et où il suggère que l'intelligence serait plutôt une question de style. Il démontre qu'il n'y aurait pas une façon canonique de résoudre un problème mais que chaque individu aurait un mode préférentiel d'aborder et de résoudre un problème. Il baptise ce mode préférentiel « *style cognitif* » ou « *style d'apprentissage* ». En 1990, l'équipe interdisciplinaire du LEM-Ulg, en reprenant les travaux de David Kolb, mettra au point un outil d'autodiagnostic du style d'apprentissage (ISALEM). Cette approche débouchera non plus sur une version hiérarchique des individus mais sur une vision plus humaniste centrée sur la diversité et la complémentarité des dons. L'intelligence n'est plus unique et élitiste. Il y a plusieurs façon de s'adapter à une situation nouvelle donc il y a plusieurs façon d'être intelligent.

Où sont nos élites ?

Malgré ces débuts prometteurs la résistance s'organise chez les psychologues et tout le monde n'est pas d'accord bien sûr. Les adeptes de l'échelle métrique de l'intelligence continuent à vouloir désigner les élites. Je pense au pape du néo-behaviorisme, Burrhus Frederic Skinner, qui dans les années 70, dénie les notions de libre arbitre et de mérite personnel pour défendre une vision élitiste de la société.

Dans son ouvrage " Par delà la liberté et la dignité", il n'hésite pas à écrire : "*Le contrôle moral peut survivre dans les petits groupes, mais le contrôle de toute une population doit être confié à des spécialistes : les policiers, les prêtres, les propriétaires, les enseignants, les thérapeutes, etc.*" (B.F. SKINNER, 1972, p.189). Lors d'un colloque aux Facultés Notre-Dame de Namur, un jésuite outré s'est écrié : « ... *aux prêtres, passe encore, mais aux policiers et aux psychologues, pas question !* ».

En conséquence je crois qu'à coté des élites intellectuelles il faut reconnaître aussi des élites en matière d'affectivité, de création artistique et de bien d'autres domaines. Et maintenant quand on me dit de quelqu'un qu'il est intelligent je rétorque toujours : oui mais intelligent en quoi ?

QU'EST CE QUE L'INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE ?

Le concept d'intelligence émotionnelle est né au confluent de trois courants de recherches illustrés par trois psychologues contemporains : GARDNER, SALOVEY et GOLEMAN.

- L'intelligence multiple de Howard Gardner (1983)

Dans son livre paru en français sous le titre, *les formes de l'intelligence*, chez Odile Jacob et dans son ouvrage précédent, Gardner identifie 9 types d'intelligence : intelligence logique, spatiale, linguistique, musicale, intelligence du corps, intelligence des autres, intelligence de soi, intelligence de la nature et intelligence existentielle (voir encadré ci-joint).

Dans cet énoncé on trouve déjà la racine de ce qui deviendra plus tard l'intelligence émotionnelle sous forme d'intelligence des autres, intelligence de soi et intelligence existentielle. Toutefois les recherches de Gardner ne font certes pas l'unanimité et cet ouvrage restera relativement confidentiel.

Quelle est votre forme d'intelligence ?

D'après Howard GARDNER (Harvard)
Les formes d'intelligence, Paris, O. Jacob, 1997

- | | |
|-------------------------------|-----------------------------|
| 1. I. logique → EINSTEIN | 5. I. du corps → MARCEAU |
| 2. I. spatiale → PICASSO | 6. I. des autres → GANDHI |
| 3. I. linguistique → VOLTAIRE | 7. I. de soi → PROUST |
| 4. I. musicale → MOZART | 8. I. de la nature → DARWIN |

- *L'intelligence émotionnelle de Peter Salovey (1990)*

En 1990, Peter SALOVEY et son collègue John MAYER (Université de Yale) énoncent pour la première fois, le concept d'intelligence émotionnelle dans divers articles. Ils évoquent la nécessité de comprendre nos émotions et celles des autres pour être plus efficace dans la vie relationnelle quotidienne : gestion de conflits, gestion du changement... Mais ces articles n'eurent guère de retentissement sans doute par excès de discrétion ou par défaut de marketing adéquat...

- *L'intelligence du cœur de David Goleman (1995)*

Il a fallu attendre 1995 avec l'ouvrage du journaliste et psychologue David Goleman, intitulé « Emotional Intelligence : Why it can matter more than I.Q. », New-York, Bantam Books , pour déclencher l'engouement médiatique. Traduit en français, en 1997, sous le titre "L'intelligence émotionnelle - Comment transformer ses émotions en intelligence", cet ouvrage sera vendu à plus de 4 millions d'exemplaires.

Au-delà du talent de journaliste de GOLEMAN, on peut croire que cet ouvrage correspondait vraiment au besoin, dans nos sociétés occidentales, de réhabiliter le domaine des émotions dans un monde parfois trop rationaliste.

Pour faire bref, on pourrait définir comme suit l'intelligence émotionnelle :

D'après Daniel Goleman :
Emotional Intelligence , Bantam Books, 1995.

L'Intelligence Emotionnelle (I.E.), c'est la capacité d'identifier, d'interpréter et de gérer ses propres émotions et celles des autres.

Cette capacité générale fédère de nombreuses attitudes en constante interférence :

- Confiance en soi (auto perception lucide)
- Empathie (se mettre dans la peau de l'autre)
- Assertivité (s'exprimer sans passivité ni agressivité - ni hérisson, ni paillasson)
- Congruence (authenticité - être soi-même)
- Auto motivation (autonomie intellectuelle)

L'I.E. est la clé, trop souvent méconnue, de la réussite et peut-être du bonheur.

Quelles sont les hypothèses fondatrices de l'intelligence émotionnelle ?

- L'intelligence est multidimensionnelle.
L'I.E. regroupe plusieurs de ces dimensions. Cf. modèle de GARDNER
- L'I.E. est une capacité transversale qui affecte, positivement ou négativement, les autres capacités.
- L'I.E. peut s'évaluer soit par l'observation directe, soit par des tests de « quotient émotionnel » (Q.E.).
- Le Q.E. prédit la réussite sociale et professionnelle.
- Les déficiences de l'I.E. induisent l'instabilité, la violence, l'addiction, la dépression...
- L'I.E. peut être stimulée et développée (éducation émotionnelle).

GOLEMAN adhère donc partiellement aux modèles de GARDNER et de SALOVEY , mais il a tendance à amplifier exagérément le concept d'I.E., au point que ses épigones privilégient maintenant l'expression « *intelligence du cœur* » et que ses pourfendeurs l'accusent de tout mélanger.

L'INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE, MYTHE OU RÉALITÉ ?

- *L'expérience de Walter Mischel*

Dans son best seller, *l'intelligence émotionnelle*, Daniel Goleman (1997, p.109 à 112) décrit une bien curieuse expérience. Elle se déroule à l'université de Stanford et elle a été mise au point par un psychologue, Walter Mischel avec des enfants de 4 ans.

On installe un enfant de 4 ans dans une chambre isolée, équipée de caméras cachées. L'expérimentateur lui offre un bonbon mais il explique qu'il doit s'absenter quelques minutes et il prévient : tu peux le manger tout de suite mais si tu attends que je revienne tu en auras deux ! On imagine le dilemme dans la tête du bambin : va-t-il céder ou non à la tentation ? Certains enfants, dès la sortie de l'expérimentateur, se ruent sur le bonbon et avalent le tout sans plus attendre. D'autres enfants ferment les yeux, font semblant de dormir et résistent à la tentation. On note le choix et quelques années plus tard on observe ce que ce que sont devenus les bambins.

D'après Mischel, ceux qui ont résisté à l'âge de 4 ans à la tentation sont mieux intégrés que les gourmands. Ils supportent mieux la frustration, ils sont plus sûrs d'eux et sont des élèves plus performants.

On a revu ces enfants à l'âge adulte et même si socialement ils ne gagnaient pas mieux leur vie, on estime qu'ils avaient de meilleurs rapports avec leurs pairs et que leurs relations conjugales étaient plus harmonieuses que ceux qui n'avaient pas résisté à la frustration.

Dans une certaine mesure on peut donc dire que ce test du bonbon est plus précocement prédictif que les classiques tests de quotient intellectuel. Je cite Goleman : « Les résultats obtenus au test des bonbons prédisent deux fois mieux que le Q.I. quels enfants réussiront aux examens d'entrée dans l'enseignement supérieur... » (Goleman, 1997,p.111). Cela suggère que la capacité de différer une satisfaction est corrélée avec le potentiel intellectuel.

D'où une question, l'éducation émotionnelle est elle possible ? Pourquoi ? Comment ?

L'éducation émotionnelle

Certains pédagogues, bien intentionnés, voudraient « éradiquer la violence ». C'est évidemment illusoire. La violence est partout, même dans les cimetières ! Elle s'intensifie chaque jour, à l'école et dans la rue. Mais elle fait partie du développement de l'espèce. Nous devons apprendre à l'appivoiser, à la contrôler, à l'investir, à la gérer comme la colère et toutes les autres émotions : la peur, le dégoût, la joie , la tristesse... Faute de quoi, nous devenons des infirmes relationnels prêts à sombrer dans les pires addictions.

La famille est dépassée. Comment instaurer cette éducation émotionnelle ? Certainement pas sous forme d'un cours supplémentaire. Dès la maternelle, toutes les activités et toutes les disciplines doivent être l'occasion d'apprendre à identifier nos émotions et à y faire face. On est loin de compte ! L'apologie du Q.I. a rendu nos écoles élitistes, ce qui engendre un intellectualisme forcené vecteur d'angoisse, d'exclusion et de racisme.

Cela me rappelle une anecdote. Un adolescent rentre de l'école et raconte à son père qu'il y a eu une dispute pendant le cours de mathématiques. Le professeur a arrêté le cours pendant 10 minutes pour régler le conflit. Après il a déclaré que "*C'était bon pour une fois parce que c'était une sacrée perte de temps...*".

Cinq thèmes prioritaires à cette éducation : privilégier l'estime de soi, la capacité d'écoute, l'identification des émotions, la gestion de conflit et la résistance à la frustration... Il existe aux Etats-Unis différents programmes d'éducation émotionnelle, mais les résultats ne sont pas évidents ! En Europe il y a **PRODAS**, le **PRO**gramme en **Développement**

Affectif Social qui a fait ses preuves au Québec et qui commence à se développer en France et en Belgique via, notamment, l'initiative des centres P.M.S. (centres psycho médicosociaux).

- Le Q.E. : un concept galvaudé ?

Malgré tous ces efforts il reste des failles en matière d'éducation émotionnelle et d'intelligence émotionnelle ; je veux parler surtout des évaluations fantaisistes qu'elle suscite. Par curiosité, j'ai téléchargé sur Internet des soi-disant tests de Quotient Emotionnel. Ces tests, disons le tout net, sont indigents. On propose des situations diverses et on vous demande d'opter pour une réaction à l'aide d'un QCM ; Exemple : vous vous sentez mal dans l'avion que faites-vous ? Vous continuer à lire, vous lisez les formulaires en cas d'accident, vous avez très peur,... Il n'y a aucun étalonnage il n'y a aucune valeur scientifique à ces tests ludiques. Je vous les déconseille ; ils relèvent de l'impressionnisme psychologique qui ne qualifie pas pour orienter ou recruter des collaborateurs.

Par ailleurs l'expression Q.E. est purement métaphorique et hautement contestable à l'heure où le Q.I. est remis en cause. Dans l'état actuel des recherches, Le Q.E. reste un concept flou et extensif qui risque de passer de mode s'il n'est pas étayé par des recherches rigoureuses. S'il est bien établi que les émotions sont un langage interculturel, il reste à en établir la grammaire si nous ne voulons pas mourir analphabètes.

CONCLUSION

Le but de cet exposé était de faire le point sur les problèmes de l'intelligence émotionnelle qui a ses adeptes inconditionnels comme ses détracteurs acharnés. D'où la question : fortune d'un concept ou concept de fortune ? Je crois que nous devons dépasser cette alternative !

Fortune d'un concept ? Incontestablement. Même les grandes entreprises ont récupéré la notion d'intelligence émotionnelle. Elles utilisent des tests plus ou moins fantaisistes pour recruter leurs collaborateurs et proposent des formations discutables pour promouvoir une « efficacité émotionnelle », gage d'une rentabilité accrue.

Concept de fortune ? Oui et non. Dans l'état actuel des recherches, il subsiste certains points faibles, notamment l'approche impressionniste, l'effet de mode, la validation insuffisante des épreuves d'évaluation, l'argumentation passionnelle... Mais, malgré ces dérives, je reste résolument optimiste. Le concept demeure prometteur parce qu'il nous aide à transcender une vision étriquée et élitiste de l'intelligence et qu'il débouche sur une conception plus personnaliste et plus humaniste de la psychologie.

Pour ma part, je vois dans l'essor de ce concept novateur le prélude à un effort plus fondamental pour tenter de réconcilier la philosophie et la psychologie qui ont fait sécession dès le début du 20^e siècle.

Dans cette optique, je vous renvoie au dernier ouvrage de Daniel GOLEMAN relatif à l'identification et au contrôle des émotions destructrices.

Vous y découvrirez une rencontre étonnante et crédible entre une philosophie bouddhiste plurimillénaire et la psychologie scientifique contemporaine. Une réelle convergence heuristique et suggestive.



Un dernier vœu. Pour paraphraser MALRAUX je dirais : « Le XXI^e siècle sera le siècle de la sérénité émotionnelle ou ne sera pas ».

Repères bibliographiques

CYRULNIK, Boris,

Un merveilleux malheur, Paris, Ed. Odile Jacob, 1999

GARDNER, Howard,

Les intelligences multiples, Paris, Retz, 1996 (Ed. originale, 1993).

GOLEMAN, Daniel,

L'intelligence émotionnelle. Comment transformer ses émotions en intelligence, Paris, Laffont, 1997 (Ed. originale, 1990).

GOLEMAN, Daniel,

L'intelligence émotionnelle 2. Cultiver ses émotions pour s'épanouir dans son travail, Paris, Laffont, 1999 (Ed. originale 1998).

GOLEMAN, Daniel et le Dalaï-Lama,

Surmonter les émotions destructrices, Paris, Laffont, 2003 (Ed. originale 2003).

KOLB, David A.,

Experiential Learning. Experience as the source of learning and development, Englewood Cliffs, Prentice-Hall, 1984.

LEM, Laboratoire d'Enseignement Multimedia, Université de Liège

LA FACE CACHÉE DES PROFS ... regard sur les styles cognitifs.

Vidéogramme (13 minutes) + note de synthèse, 1992

LEM, Laboratoire d'Enseignement Multimedia, Université de Liège

Les élèves au laboratoire : styles préférentiels d'apprentissage, représentations, démarches et performances, Informations pédagogiques, 45, 17-32, 1998.

SKINNER, Burrhus, Frederic,

Par-delà la liberté et la dignité, Paris, Laffont, 1972. (Ed. originale, 1971).