



TRISCALE

BE YOURSELF

Les émotions

Une émotion est un état mental subjectif habituellement provoqué par un stimulus externe. Elle induit une expérience de plaisir ou de déplaisir, des comportements et des processus cognitifs. La joie, la tristesse, la peur, la colère, le dégoût et la surprise constituent les émotions de base. On peut ajouter les émotions sociales : sympathie, embarras, honte, culpabilité, orgueil, envie, gratitude, indignation et mépris. Pour en savoir plus...

Les circuits des émotions

La genèse d'une émotion suit différentes étapes. D'abord la transmission des stimuli par les grandes voies sensorielles, puis la reconnaissance par les aires corticales primaires et secondaires et le traitement par des réseaux centrés sur les régions suivantes :

- **L'amygdale (AMG)**

Très active dans la genèse de la peur et de l'anxiété, l'amygdale contribue à détecter les menaces environnementales et à fournir une réponse adaptée au danger. Connectée avec les cortex sensoriels (perception), l'hippocampe (mémoire des émotions), l'hypothalamus (expression somatique des émotions), elle permet aussi de focaliser l'attention sur la perception (orientation attentionnelle) en renforçant l'activité des régions sensorielles impliquées.

- **Le Striatum Ventral**

Cette région du cerveau comprend le Noyau Accumbens formé de la fusion ventrale de la tête du Noyau Caude avec le Putamen. Le Striatum Ventral (SV) reçoit les afférences dopaminergiques de l'Aire Tegmentale Ventrale. Ayant pour cible principale le cortex préfrontal, il forme la base du circuit plaisir et signale habituellement une récompense inattendue. Il est aussi impliqué dans les apprentissages aversifs et la colère.

- **Le Cortex OrbitoFrontal (COF)**

C'est à ce niveau que s'effectue la régulation émotionnelle. Le cortex orbitofrontal représente le plus haut degré de traitement du système. Il contribue à l'indexation affective des stimuli sensoriels et joue un rôle important dans la prise de conscience des états émotionnels initiés ailleurs de la valeur de la récompense. Connecté aux cortex sensoriels, au lobe temporal, à l'amygdale, au striatum et à l'hypothalamus, il régule les affects et les conduites sociales.

- **L'Insula (INS)**

Outre le traitement des informations olfactives et gustatives, l'insula antérieure possède une représentation corticale des informations intéroceptives sous forme de conscience viscérale. Elle est impliquée dans la perception de la douleur, de la douleur d'autrui, de l'empathie et du dégoût, et par son évaluation de la signification émotionnelle intéroceptive, à la protection de l'individu.