

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL

LA PLEINE MESURE : ÉLABORATION D'UNE PRATIQUE D'ART PROCÉDURAL  
VISANT L'AUGMENTATION DE L'AGENTIVITÉ PAR LA CARTOGRAPHIE  
QUOTIDIENNE DES ÉTATS AFFECTIFS

MÉMOIRE  
PRÉSENTÉ  
COMME EXIGENCE PARTIELLE  
DE LA MAITRISE EN ARTS VISUELS ET MÉDIATIQUES

PAR  
DANIELLE ROBITAILLE

OCTOBRE 2023

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL  
Service des bibliothèques

Avertissement

La diffusion de ce mémoire se fait dans le respect des droits de son auteur, qui a signé le formulaire *Autorisation de reproduire et de diffuser un travail de recherche de cycles supérieurs* (SDU-522 – Rév.04-2020). Cette autorisation stipule que «conformément à l'article 11 du Règlement no 8 des études de cycles supérieurs, [l'auteur] concède à l'Université du Québec à Montréal une licence non exclusive d'utilisation et de publication de la totalité ou d'une partie importante de [son] travail de recherche pour des fins pédagogiques et non commerciales. Plus précisément, [l'auteur] autorise l'Université du Québec à Montréal à reproduire, diffuser, prêter, distribuer ou vendre des copies de [son] travail de recherche à des fins non commerciales sur quelque support que ce soit, y compris l'Internet. Cette licence et cette autorisation n'entraînent pas une renonciation de [la] part [de l'auteur] à [ses] droits moraux ni à [ses] droits de propriété intellectuelle. Sauf entente contraire, [l'auteur] conserve la liberté de diffuser et de commercialiser ou non ce travail dont [il] possède un exemplaire.»

## REMERCIEMENTS

J'ai eu l'immense privilège de réaliser ce parcours sous la direction de la professeure Anne-Marie Ninacs. Sa perspicacité, son intelligence et sa sensibilité ont fait d'elle une guide idéale pour m'accompagner dans ce cheminement. Sa rigueur et sa capacité à expliquer les concepts en peu de mots, de même que son ouverture autant aux idées qu'aux doutes, ont été une aide précieuse pour me permettre d'élaborer et de raffiner mon projet, afin d'arriver à une forme d'expression au plus près de qui je suis. Déjà en 2019, un des textes d'Anne-Marie (publié sur sa page de présentation des professeurs de l'école des arts visuels et médiatiques) avait capté mon attention, car il indiquait la direction que je voulais suivre : « la pratique artistique en tant qu'art de vivre au sens fort, la manière dont l'art travaille l'artiste qui le saisit comme un lieu d'exploration et de transformation de soi ». Tout le programme de mon cheminement était déjà inscrit dans cet extrait. C'est pourquoi je la remercie chaleureusement; je n'aurais pu trouver directrice plus adéquate pour m'accompagner.

Je remercie Michael Blum qui a accueilli favorablement la première version de la roue des sentiments, m'encourageant ainsi à explorer une toute nouvelle forme d'art. Je remercie Gwenaël Bélanger dont la remarque lors d'une présentation a été l'étincelle qui m'a permis de mener plus loin ma recherche d'un mode de présentation juste des données. Je remercie Claire Savoie pour ses commentaires pertinents durant l'élaboration de plusieurs projets. Je remercie aussi Marilou Lemmens pour la référence à l'artiste KP Brehmer.

Je remercie les techniciens de l'école des arts visuels et médiatiques dont la compétence et la disponibilité ont été essentielles à la réalisation de plusieurs de mes projets : Rémi Martel, du laboratoire d'image imprimée, a imprimé toutes les feuilles de l'exposition (et tous les essais préalables) et a su demeurer d'un calme olympien malgré la démesure de l'entreprise; Louis-Philippe Côté, de l'atelier de peinture, m'a aidée pour la conception du

système d'accrochage de l'exposition finale. Durant mon parcours, j'ai aussi bénéficié de l'aide de Danny Glaude, de l'atelier de résines et de matières plastiques, d'Alexis Lepage de l'atelier de moulage, d'Alexandre Bérubé de l'atelier de bois et de Natasha Rock et Jean-François Gauthier de l'atelier d'audio-visuel.

Je remercie Christian Ekemberg, Cusiccoyllor Espinoza et mon conjoint Louis qui m'ont grandement aidée à installer le système d'accrochage ainsi que les 20 très grandes feuilles aux murs de la Galerie Popop en vue de l'exposition finale.

Je remercie mes collègues à la maîtrise dont la présence, l'appui et les commentaires ont été bénéfiques : Geneviève, Caroline, Poli, Sarah, Andrea, Mélodie et tant d'autres.

Je remercie Louis, mon conjoint, pour son support émotif (et souvent logistique), sa patience et son ouverture d'esprit pendant toutes ces années. Je suis reconnaissante pour l'appui et l'intérêt manifesté par mes fils, Simon et Julien. Je remercie finalement mon père, René Robitaille, pour la curiosité intellectuelle qu'il m'a transmise, ainsi que sa foi inébranlable en la valeur de l'éducation.

## TABLE DES MATIÈRES

REMERCIEMENTS .....	ii
TABLE DES MATIÈRES .....	iv
LISTE DES FIGURES .....	vi
RÉSUMÉ .....	viii
ABSTRACT .....	ix
INTRODUCTION .....	1
CHAPITRE 1 THÉORIES DES ÉMOTIONS ET DE L'AGENTIVITÉ .....	5
1.1 Définitions de l'émotion.....	5
1.1.1 Paul Ekman : les émotions de base.....	6
1.1.2 Klaus R. Scherer : typologie des phénomènes affectifs .....	8
1.1.3 Vinciane Despret : versions de l'émotion .....	10
1.2 Entraînement de l'esprit.....	12
1.3 Agentivité .....	16
1.4 Systèmes de mesure .....	18
1.4.1 Valence des émotions.....	19
1.4.2 Kaitlin Robbs et Gloria Willcox : roues des sentiments .....	22
1.4.3 Robert Plutchik : modèle circomplexe combinatoire.....	23
1.4.4 James A. Russell : modèle bidimensionnel.....	25
1.4.5 Klaus R. Scherer : Geneva Emotion Wheel .....	27
1.4.6 David Watson et Lee Anna Clark : Positive and Negative Affect Schedule.....	30
CHAPITRE 2 CRÉATION, 1 <sup>RE</sup> PARTIE : LA GRILLE DE NOTATION .....	31
2.1 Étapes de développement de la charte personnelle des sentiments .....	31
2.1.1 Première version de la grille de notation, 2019 .....	31
2.1.2 Deuxième version de la grille de notation, 2021 .....	35
2.1.3 Réflexion sur les catégories .....	38
2.2 Association couleur-émotion.....	39
2.3 Quantification de soi .....	41
2.3.1 Définition .....	41
2.3.2 Le mouvement <i>Quantified Self</i> .....	42
2.3.3 Enjeux.....	43
CHAPITRE 3 FILIATIONS ARTISTIQUES .....	47
3.1 Art et émotions.....	47

3.1.1 Catherine Grenier : le retour du refoulé.....	47
3.1.2 Bill Viola : cataloguer les émotions.....	48
3.1.3 Douglas Gordon : regarder la peur en face.....	50
3.2 Perception de la couleur .....	52
3.2.1 Jacqueline Lichtenstein : le vieux débat dessin-couleur.....	52
3.2.2 Guy Pellerin : la mémoire des lieux.....	53
3.2.3 Josef Albers : l'interaction des couleurs .....	55
3.3 Abstraction formaliste et peinture abstraite .....	56
3.3.1 Piet Mondrian : l'équilibre dynamique .....	56
3.3.2 Guido Molinari : l'expressivité des couleurs .....	58
3.4 L'art du protocole .....	60
3.4.1 Roman Opalka : le décompte du temps .....	61
3.4.2 On Kawara : le recensement des jours .....	62
3.4.3 Claire Savoie : la poésie du quotidien .....	65
3.5 Traduction et art des données .....	68
3.5.1 KP Brehmer : la visualisation de données.....	68
3.5.2 Laurie Frick : l'art des données .....	71
CHAPITRE 4 CRÉATION, 2 <sup>E</sup> PARTIE : <i>LA PLEINE MESURE</i> .....	73
4.1 Pratique de la peinture abstraite .....	73
4.2 Développement du projet.....	74
4.3 Art et visualisation de données .....	81
4.4 Au sujet des oublis.....	82
4.5 Bilan du suivi émotif .....	85
4.6 Projet d'exposition .....	86
4.6.1 Images .....	86
4.6.2 Textes .....	89
CONCLUSION.....	91
RÉFÉRENCES .....	93
BIBLIOGRAPHIE .....	99

## LISTE DES FIGURES

Figure 1.1 – MacCormack, J. K. et al., (2017), Schéma du <i>Conceptual act theory</i> .....	15
Figure 1.2 – Kaitlin Robbs, (2015), <i>The feeling wheel</i> .....	23
Figure 1.3 – Gloria Willcox, (1981), <i>The feeling wheel</i> .....	23
Figure 1.4 – Robert Plutchik, (2001), <i>Three-dimensional circumplex model</i> .....	25
Figure 1.5 – James A. Russell, (1980), <i>Circumplex model of affect</i> .....	26
Figure 1.6 – James A. Russell, (1980), <i>Multidimensional scaling solution for 28 affect words</i> .....	27
Figure 1.7 – Klaus R. Scherer, (2005), <i>Geneva Affect Label Coder (GALC)</i> .....	28
Figure 1.8 – Klaus R. Scherer, (2005), <i>Geneva emotion wheel</i> .....	29
Figure 2.1 – Danielle Robitaille, (2019), <i>Charte des sentiments initiale</i> , visualisation graphique .....	32
Figure 2.2 – Danielle Robitaille, (2019), <i>Charte des sentiments initiale</i> , instrument numérique .....	34
Figure 2.3 – Danielle Robitaille, (2021), <i>Charte des sentiments finale</i> , instrument numérique .....	36
Figure 2.4 – Schéma <i>Colours in culture</i> de David McCandless.....	40
Figure 2.5 – Exemple de la tenue d'un registre d'automesure.....	43
Figure 2.6 – Giorgia Lupi et Stefanie Posavec, (2016), <i>Dear Data</i> (détail).....	45
Figure 3.1 – Bill Viola, (2002), <i>Observance</i> (détail) .....	49
Figure 3.2 – Guy Pellerin, (2004), <i>no 356 – cathédrale Saint-Charles-Borromée, Joliette</i> (détail) .....	54
Figure 3.3 – Josef Albers, (1963), <i>VI. Fonds inversés</i> .....	56
Figure 3.4 – Piet Mondrian, (1942-1943), <i>Broadway Boogie Woogie</i> .....	57
Figure 3.5 – Guido Molinari, (1968), <i>Bi-sériel violet-gris</i> .....	59
Figure 3.6 – Photographie montrant l'ensemble des éléments constituant l'œuvre de Roman Opalka (tableau en cours, matériel de photographie et d'enregistrement audio) .....	61

Figure 3.7 – On Kawara, (1977), <i>Date Paintings</i> (détail) .....	64
Figure 3.8 – Claire Savoie, (2006-2011), <i>Aujourd'hui (dates-vidéo)</i> , (détail) .....	66
Figure 3.9 – Claire Savoie, Exposition <i>Aujourd'hui (dates-vidéos)</i> .....	67
Figure 3.10 – KP Brehmer, (1978-1980), <i>Soul and feelings of a worker</i> .....	69
Figure 3.11 – Laurie Frick, (2013), <i>Chat metadata</i> .....	71
Figure 4.1 – Danielle Robitaille, (2019), <i>Octobre 2019</i> , 31 disques de carton mousse, 152 x 213 cm.....	75
Figure 4.2 – Danielle Robitaille, (2020), <i>91 jours</i> , Toile de coton tissée, peinture acrylique, fil de polyester, agrafes en métal et ruban adhésif de polypropylène, 250 x 300 cm .....	76
Figure 4.3 – Danielle Robitaille, (2021), <i>Février à avril 2021</i> (détail), images numériques .....	78
Figure 4.4 – Danielle Robitaille, (2021), <i>17 janvier 2021</i> .....	79
Figure 4.5 – Danielle Robitaille, (2021), <i>23 avril 2021</i> .....	79
Figure 4.6 – Danielle Robitaille, (2021), <i>10 semaines</i> , Impression papier, 213 x 305 cm .....	81
Figure 4.7 – Danielle Robitaille, (2023), Maquette virtuelle de l'exposition.....	87
Figure 4.8 – Danielle Robitaille, (2023), Maquette virtuelle de l'exposition.....	87



## RÉSUMÉ

Ce mémoire constitue la partie théorique d'une recherche dont le but est l'augmentation de mon sentiment d'agentivité. Pour ce faire, j'ai développé une pratique procédurale consistant à dresser une cartographie quotidienne de mon état affectif. L'outil développé pour réaliser la cartographie est une grille de notation dont la structure et le contenu seront comparés à celles d'autres grilles. Le travail artistique se manifeste, entre autres, lors de l'étape de traduction, alors que les données colligées à partir de la grille de notation sont transformées en œuvre visuelle. Lors de cette étape, les chiffres deviennent des formes géométriques colorées.

Le mémoire est l'occasion d'examiner, plus en détail, le sujet des émotions, de la conscience et de l'agentivité à partir de lectures d'articles scientifiques et de livres portant sur les sujets évoqués.

Par la suite, des appuis sont recherchés auprès d'artistes qui utilisent une approche procédurale ou qui produisent des œuvres présentant des similitudes avec le projet développé. En effet, le projet final se trouve à l'intersection de nombreuses pratiques qui doivent toutes être examinées afin de cerner complètement les différents aspects du projet.

Les conclusions sont à l'effet que l'outil développé est efficace et que son utilisation quotidienne est avantageuse afin d'obtenir une appréciation juste de mon état affectif. Le résultat artistique de la traduction des états affectifs en images permet de visualiser les variations quotidiennes et parfois subtiles de ces états.

Mots clés :

art procédural, art des données, émotions, agentivité, présence attentive, couleur, abstraction, cartographie, émancipation

## ABSTRACT

*La pleine mesure* : developing a procedural art practice to increase agency through daily mapping of emotional states

This memoir constitutes the theoretical part of a research whose goal is to increase my sense of agency. To do this, I developed a procedural practice consisting in drawing up a daily map of my affective state. The tool developed to carry out the mapping is a scoring grid, the development of which will be explained, and which will be compared to other grids. The artistic work manifests itself, among other things, during the translation stage, when the collected data is transformed into a visual work.

The memoir is an opportunity to examine, in more detail, the subject of emotions, consciousness and agency, based on reading scientific articles and books on the topics discussed.

Subsequently, support is sought from artists who use a procedural approach or who produce works that have similarities with the project developed. Indeed, the final project is at the intersection of many practices that must all be examined in order to fully understand the different aspects of the project.

The conclusions are that the tool developed is effective and that its daily use is advantageous in order to obtain an accurate assessment of my affective state. The artistic result of the translation of emotional states into images makes it possible to visualize the subtle and daily variations of these states.

Keywords :

procedural art, data art, emotions, agency, attentive presence, color, abstraction, cartography, emancipation

## INTRODUCTION

J'ai une première formation en architecture (Université de Montréal, 1983) et j'ai travaillé dans ce domaine pendant toute ma vie professionnelle. En parallèle, je pratiquais pour moi-même la peinture. Je suis donc arrivée tardivement à la maîtrise en arts visuels et médiatiques, après avoir complété un certificat en arts plastiques (UQAM, 2017). Mon objectif était de développer une pratique personnelle. Au moment de ma demande d'admission à la maîtrise, j'avais commencé à introduire des personnages dans mes tableaux, autrefois strictement abstraits. Je pensais pouvoir utiliser la posture de figures de danseurs et danseuses pour traduire des émotions ou des états d'être en peinture.

Je n'avais pas encore découvert l'art des données et j'ignorais tout de la traduction intersémiotique et de l'art procédural. Cependant, durant la réalisation du certificat déjà, j'avais constaté mon intérêt pour le champ théorique et conceptuel de l'art actuel – une découverte et une surprise fascinantes pour moi. Cela n'a fait qu'attiser ma volonté de poursuivre sur cette voie. Mon parcours à la maîtrise m'a donc permis d'élargir énormément mes connaissances en art actuel. N'ayant pas fait d'études de baccalauréat dans ce champ, j'ai souvent eu l'impression que je manquais de fondements en théorie de l'art et j'avoue que les pratiques de l'art actuel continuent régulièrement de me dérouter. Il m'a donc fallu lire de très nombreux livres et articles pour mieux comprendre ce que j'étais en train de faire, sur quelles bases théoriques mon projet de recherche-crédation pouvait s'appuyer et dans quel contexte historique artistique il se situait.

Cette recherche documentaire a aussi été l'occasion d'en apprendre plus sur les émotions, qui sont au cœur de ma réflexion, c'est-à-dire sur ce qu'elles sont et ne sont pas. Au fur et à mesure de mon cheminement, la découverte de textes, de définitions, de listes de mots et d'outils d'analyse toujours plus intéressants les uns que les autres a amplement élargi mon champ de connaissances et de compréhension de ces manifestations qui, elles aussi, peuvent s'avérer déroutantes. Je considère donc ce texte comme la portion théorique de mon mémoire-crédation. Il est en majeure partie composé de comptes rendus de lectures et de recherches théoriques, accompagnés d'une réflexion quant à la

pertinence de ces textes pour le fondement de mon projet de création. Il suit en cela une forme académique moins courante en arts visuels. Si j'ai bien produit des textes de nature littéraire, poétique et créative dans le cadre du programme, ceux-ci sont plutôt intégrés au projet d'exposition final. Toute cette littérature théorique vise à éclairer la question qui a guidé ma recherche-crédation : que sont les émotions, est-il possible de les mesurer et si oui comment? Et finalement, que produit cet exercice quotidien autant en termes de résultat visuel qu'en termes d'effet sur mon sentiment d'agentivité? C'est pour répondre à ces questions que je procède, depuis l'automne 2019, à un examen quotidien de mon état affectif, selon une grille que j'ai préparée et dont je traduis ensuite les résultats de façon graphique. Au-delà des notions théoriques qui ont été assimilées durant mon parcours, l'un des défis a été de trouver une forme visuelle de traduction des données collectées qui relève du domaine de l'art visuel et non pas de celui de la visualisation de données.

Au contraire du texte d'accompagnement, la portion création du mémoire est entièrement tournée vers le sensible. Même si les images produites proviennent de la traduction d'un chiffrier, leur origine est la complexité du ressenti. Les images quotidiennes émanent d'un examen le plus précis possible de mon état affectif. Le rendu visuel, qui se présente sous forme de damiers aux couleurs variées, joue avec les effets combinés de l'addition de couleurs et de transparence. Les deux parties de la recherche-crédation doivent ainsi être additionnées pour constituer un tout.

Dans le premier chapitre de ce mémoire, sont décrites les assises théoriques du sujet des émotions. Des définitions des termes de base sont d'abord tirées des travaux de recherche de deux psychologues. Puis, la réflexion d'une philosophe concernant l'approche récente en psychologie est examinée. La collecte des données concernant les états affectifs quotidiens se fonde sur une pratique de présence attentive, similaire à la méditation. Ce sujet fait l'objet d'une recherche spécifique. Puis, le sujet de l'agentivité est aussi examiné, puisqu'il est l'objectif avoué du projet. La dernière partie du premier chapitre examine différents modèles ayant inspiré l'élaboration de la grille qui me permet de produire la cartographie de mes émotions, soit le matériau de base de ma recherche-crédation.

Le deuxième chapitre relate la construction de ma propre grille de notation. Il s'agit de la première partie de mon projet de création. Le projet final est une traduction visuelle de cette grille. La question des associations entre les mots d'émotion et les couleurs y est aussi abordée, de même que le sujet de la quantification de soi qui sous-tend cette recherche.

Le troisième chapitre examine la pratique de différents artistes, chacun révélant un des aspects du projet. Différentes approches sont en effet requises afin de cerner tous les enjeux du projet proposé. La question de la place des émotions dans l'art actuel est aussi abordée. Le résultat visuel, par sa construction géométrique colorée, s'apparente au langage visuel des peintres de l'abstraction formaliste. Pour cette raison, la pratique de certains de ces peintres et le sujet de la couleur sont étudiés. J'ai aussi étudié la pratique de plusieurs artistes qui ont adopté une approche procédurale. Finalement, la réalisation de mon projet de création, qui résulte de la transformation des données recueillies en forme visuelle, se fait par le biais d'une traduction intersémiotique. Cette pratique de traduction à partir de données est adoptée par plusieurs artistes, dont les œuvres font ici l'objet d'une description.

Le quatrième et dernier chapitre décrit le développement du projet de création. Les différentes étapes ayant mené à l'élaboration de l'œuvre sont décrites, de même que les décisions liées au projet final d'exposition, lequel s'appuie sur la création d'images accompagnées d'un texte. Ce chapitre aborde la différence entre l'art des données et la visualisation de données et se penche sur les oublis inhérents à toute pratique procédurale. C'est aussi l'occasion d'examiner les effets de cet exercice d'automesure sur mon ressenti.

Le sujet des émotions est vaste. Vinciane Despret (2001) écrit que, lorsqu'elle a confié à ses amis scientifiques son intention d'écrire sur les émotions, ils lui ont répondu « Tu ne sais pas dans quoi tu te lances! » Sur ce sujet épineux, elle ajoute : « Personne n'est parvenu à se mettre d'accord. Il y a autant de théories que de théoriciens, finalement personne ne sait ce que c'est. » (p. 16) Ce mémoire dans tout ce qu'il est – recherches, images, couleurs et poésies – représente ma modeste contribution à la compréhension

de ce sujet fuyant et pourtant vital pour la vie des individus et des sociétés, tel que j'ai pu le traduire en formes et en mots.

# CHAPITRE 1

## THÉORIES DES ÉMOTIONS ET DE L'AGENTIVITÉ

Mon projet est basé sur la cartographie quotidienne de mon état affectif, cet exercice visant l'augmentation de mon sentiment d'agentivité. Les résultats de la cartographie quotidienne font ensuite l'objet d'une traduction intersémiotique, qui fait passer un ressenti d'abord à des chiffres, puis à des formes géométriques en couleur. Le résultat visuel donne à voir la succession des états affectifs, mettant en évidence les constantes comme les variations.

Étant donné le sujet de mon projet, j'ai procédé à l'étude de textes sur les émotions afin d'en éclaircir le vocabulaire et les concepts. Ce chapitre examinera aussi la question du rôle de la conscience dans ce type de démarche, de même que les bases théoriques de l'agentivité. Quant à l'étude de différents modèles proposés par des psychologues, elle vise à alimenter l'élaboration de ma propre grille d'annotation quotidienne, dont il sera question dans le chapitre deux.

### 1.1 Définitions de l'émotion

L'objectif de cette partie est de donner un aperçu de lectures effectuées sur le thème des émotions. Ces lectures constituent la base théorique de mon projet qui est de cartographier quotidiennement mon état affectif et de trouver un système de codification ou de traduction pour le rendre visible. Cette recherche me semblait d'autant plus nécessaire que j'avais tiré des réseaux sociaux la « roue des sentiments » de Kaitlin Robbs, qui est le point de départ de mon projet. Il s'agissait donc de vérifier la validité de cet élément issu de la culture grand public, s'apparentant à de la psychologie populaire.

Les émotions font l'objet de théories et de recherches depuis des siècles, voire des millénaires, puisque Platon et Aristote sont parfois cités comme ayant proposé des théories ou des définitions à ce sujet. Les recherches récentes permettent toutefois de préciser certaines notions et apportent des nuances que le langage commun ignore ou court-circuite. Dans l'ensemble de la documentation disponible, j'ai choisi les textes en fonction des préoccupations de base qui me sont apparues incontournables depuis le début de mon projet, à savoir le vocabulaire à utiliser, les critères qui qualifient l'émotion et la manière de nommer les manifestations apparentées qui n'entrent pas dans sa définition.

### 1.1.1 Paul Ekman : les émotions de base

C'est Darwin qui, le premier, a utilisé l'expression *basic emotions* dans *The expression of the emotions in man and animals*, publié en 1872. Il y démontrait, en effet, « the evolutionary continuity of a set of “basic emotions” », puis il identifiait un certain nombre d'« observable physiological and expressive symptoms that accompany them. » (Scherer 2005, p. 717)

Depuis les années 1950, le psychologue américain Paul Ekman poursuit la recherche entreprise par Darwin. Dans l'article « What is meant by calling emotions basic » (Ekman et Cordaro, 2011), il indique ce qui est requis pour qu'une émotion soit considérée comme étant « de base ». Elle doit démontrer la majorité des treize caractéristiques listées dans l'article, notamment faire l'objet d'une manifestation physique distincte, être présente chez d'autres primates, être de courte durée, être générée rapidement et être issue de mécanismes d'adaptation à notre environnement. « An emotion is either basic, or it is another affective phenomenon saturated with but different from the emotions, such as a mood, an emotional trait, and emotional disorder, etcetera. » (p. 365) Cette précision m'a amenée à modifier le titre de mon mémoire. J'ai en effet remplacé le mot *émotion*, du titre initial, par *états affectifs* afin de considérer l'ensemble des états vécus dans mon expérience quotidienne, incluant les sentiments, les humeurs, etc.



Ekman reconnaît l'universalité des sept émotions suivantes : colère, peur, surprise, tristesse, dégoût, mépris et bonheur. Le nombre a varié dans le temps (d'abord cinq, puis six et maintenant sept) et, selon les résultats des recherches en cours, il dit que ce nombre pourrait encore augmenter. Ces émotions dites « de base » se distinguent des autres « états mentaux » par leur statut d'universaux et leurs signaux spécifiques. « Each emotion is not a single affective or psychological state but rather a family of related states. » (p. 364) Ces « familles d'émotions » basiques provoquent en effet des changements physiologiques auxquels les êtres humains ne peuvent pas se soustraire. Bien qu'elles puissent présenter des différences en fonction de la culture et des individus, elles sont, soutient Ekman, universelles, c'est-à-dire suffisamment semblables pour ne pas nécessiter de traduction d'une culture à l'autre, contrairement à la langue qui est une construction sociale, par exemple. Ces émotions étant de courte durée – d'une fraction de seconde à quinze secondes dans certains cas – elles peuvent néanmoins être gérées différemment selon la personnalité des individus ou leurs habitudes culturelles. En effet, bien que les émotions de base soient universelles, la culture affecte la représentation et l'attitude que nous avons à l'égard de ces émotions.

Après des études qui ont commencé en 1965 par le recensement des manifestations non-verbales des émotions dans différentes cultures, surtout sous leur forme de micro-expressions faciales, Ekman a cartographié en détail l'expression faciale des émotions. En collaboration avec son collègue Friesen, il a dressé un catalogue de 527 pages intitulé *FACS (facial action coding system)*, qui décortique les micro-expressions faciales correspondant à diverses émotions et états affectifs.

Ce travail d'investigation et de recension de longue haleine entrepris par Ekman s'inscrit dans une longue lignée de recherches, autant dans en art qu'en sciences, visant à recenser et cataloguer les émotions (qu'on appelait autrefois les passions) et leur expression par le corps, dont principalement le visage. On peut, à ce sujet, évoquer le peintre Charles Le Brun, qui, dès 1668, a produit deux séries de dessins que Aboudrar (2006) qualifie de « taxonomie cartésienne des passions » et qui précise que ces portraits « sont soumis à la rigueur d'un dispositif en grille – en façon de « portée musicale » » (Aboudrar, 2006).

Les recherches et la théorie d'Ekman ont soulevé de nombreuses critiques au fil des années. Certaines questionnent les termes utilisés ou proposent des variations. La critique de Vinciane Despret (2001) est sûrement la plus fondamentale parce qu'elle réfute l'universalité même des émotions énumérées par Ekman. Despret justifie son objection par le fait que les recherches d'Ekman n'ont, dit-elle,

... effectué cette dimension d'universalité qu'au prix d'une sélection et d'une redéfinition radicales des informations « pertinentes ». Elles ont effacé, par exemple, le fait que les Néo-Mélanésien n'ont pas de terme pour désigner le « dégoût-mépris » (universelle) ni la surprise (universelle), et qu'en Chine, le même terme désigne l'anxiété, le souci et la tension. (p. 115)

Bien que les classifications proposées par Ekman puissent aujourd'hui être considérées comme simplificatrices et que la critique de Despret me permette de relativiser les affirmations d'Ekman, ce sont néanmoins ses catégories que j'ai découvertes en premier lieu lors de ma recherche. Elles m'ont permis de comprendre certains phénomènes et de structurer mon projet, entre autres en créant des « familles d'émotions ». Pour cette raison, j'ai choisi de conserver cette notion pour la poursuite de mon projet, sans nécessairement m'en tenir au nombre indiqué par Ekman.

### 1.1.2 Klaus R. Scherer : typologie des phénomènes affectifs

Dans l'article « What are emotions? And how can they be measured? », qu'il publie en 2005, le chercheur en psychologie Klaus R. Scherer a pour objectif de définir les émotions dans leur complexité et de les éloigner des a priori hâtifs que nous avons sur chacune. Il met en évidence les différences culturelles, linguistiques et individuelles qui rendent toute tentative de définition des émotions difficile, en particulier pour la recherche scientifique disciplinaire dont le but serait de trouver des concepts universaux et constants. S'appuyant sur une étude de Kleinginna et Kleinginna (1981) qui recense plus de cent définitions des émotions, il privilégie plutôt une approche multidisciplinaire ayant pour objectif de « generate a minimal consensus about the defining features of the different types of affective phenomena. » (Scherer, p. 697)

Scherer propose la définition suivante du mot *émotion* : « an episode of interrelated, synchronized changes in the states of all or most of the five organismic subsystems in response to the evaluation of an external or internal stimulus event as relevant to major concerns of the organism. » (p. 697) Il constate que les émotions sont suscitées par des événements, c'est-à-dire qu'il arrive quelque chose de ponctuel à l'organisme, que ce soit d'une source externe ou interne – par opposition à une humeur qui flotte, par exemple. De plus, explique-t-il, les émotions étant des processus plutôt que des états, elles sont dynamiques et subissent de constants changements et ajustements en fonction des circonstances. Elles ont aussi la particularité d'être plus intenses que les autres états affectifs évoqués; leur durée est aussi plus courte étant donné les ressources et l'énergie que leur intensité mobilise.

Scherer réagit enfin à la très faible quantité des émotions de base ou modales (entre 6 et 14 selon les théories). Ce nombre, affirme-t-il, ne reflète en rien l'étendue des émotions humaines, car « there are as many different emotions as there are distinguishably different profiles of appraisal with corresponding response patterning. » (p. 707) Qui plus est, les émotions logent au sein d'un ensemble de phénomènes affectifs, que Scherer prend soin de bien définir :

- les sentiments sont « a subjective cognitive representation, reflecting a unique experience of mental and bodily changes in the context of being confronted with a particular event » (p. 712);
- les attitudes sont des croyances assez persistantes qui ne sont pas générées par des événements spécifiques et qui sont de faible intensité (p.703);
- les humeurs sont diffuses et « characterized by a relative enduring predominance of certain types of subjective feelings that affect the experience and behavior of a person. » (p. 705) Les humeurs ne sont pas toujours causées par un événement, leur intensité est plutôt faible et leur durée peut varier de quelques heures à quelques jours;

- les dispositions affectives sont des traits de personnalité qui affectent le comportement des gens, par exemple le fait d'être nerveux, anxieux, irritable, morose, hostile, envieux ou jaloux (p. 705);
- la posture interpersonnelle est un style affectif qui caractérise le comportement d'une personne dans une situation donnée. Elle est souvent générée par des situations, mais toujours liée aux dispositions affectives, aux attitudes interpersonnelles et à des intentions stratégiques. Les exemples incluent le fait d'être poli, méprisant, chaleureux, etc. (p. 705).

L'approche de Scherer se détache de la notion d'émotion de base d'Ekman et élargit la définition du mot émotion. L'intérêt de cet article est surtout d'offrir des définitions claires de diverses manifestations émotives. Ses définitions donnent un bon aperçu de l'ampleur des différents types de phénomènes affectifs qui existent et qui teintent notre expérience.

### 1.1.3 Vinciane Despret : versions de l'émotion

Dans *Ces émotions qui nous fabriquent* (2001), la philosophe des sciences Vinciane Despret remet en question le fait que les émotions soient universelles. Elle critique ouvertement la science des émotions des dernières décennies, qui tire principalement ses conclusions d'expériences menées dans des laboratoires. Elle va même jusqu'à proposer que l'émotion serait un savoir qui résiste à la science (p. 16).

Plutôt que de chercher une définition unique de l'émotion, son projet est donc de considérer un ensemble d'approches, de modes opératoires et de principes, qu'elle présente comme offrant autant de *versions* de l'émotion. Elle examine tantôt la « définition culturelle et sociale de l'émotion », tantôt sa « conception somatique et naturaliste » (p. 48), cela tout en montrant que chacune de ces versions est constructiviste dans le sens où elle « est aussi "contreversion", et garde en mémoire ce contre quoi elle se définit et se constitue » (p. 38).

L'étude de Despret est elle-même une construction appuyée sur les recherches, théories et travaux d'autres chercheurs, qui lui permettent de démonter le concept d'universalité

des émotions – le premier thème qu'elle réfute. Les travaux des anthropologues Gregory Bateson, Margaret Mead et Ruth Benedict concluent, par exemple, que certaines émotions ne sont pas connues de certains peuples, alors que ceux-ci en connaissent certaines que les occidentaux ignorent. Cette observation suffit à nier l'universalité des émotions.

Le deuxième thème qu'aborde Despret concerne l'approche des émotions par les psychologues, dont les protocoles, explique-t-elle, font en sorte que « les sujets interrogés réalisent les prédictions » des chercheurs (p. 34). Mis en œuvre dans des laboratoires de psychologie, ces protocoles de recherche visent en effet à éliminer toute trace de subjectivité; y sont conviés des individus qui sont dès lors traités comme des « sujets », « assis et maintenu[s] dans une chaise de dentiste, des électrodes captant la moindre modification » (p. 88), puis soumis à des expériences ayant pour but de mesurer les variations de leur rythme cardiaque, de leur taux de cortisone [sic] ou de la conductivité de leur peau en réaction à des situations ou stimuli divers, par exemple. Des liens de causalité sont ensuite établis entre les réactions physiques mesurées et les émotions ressenties, les émotions étant par conséquent définies comme des « réactions ». Despret remarque que « l'homme ému dans le laboratoire est un homme qui, pour s'émouvoir, doit être seul » (p. 88) et que « le sujet isolé dans le laboratoire [...] doit produire des jugements "passionnels" dans un univers "dépassionnalisé" » (p. 224). Elle regrette que ces expériences retirées de la vie courante tiennent à tort pour acquis que le corps des sujets ainsi manipulés ne peut pas mentir et que ce qui est mesuré est donc réel : « si l'introspection est en contradiction flagrante avec ce que le corps indique, on supposera l'erreur ou la dissimulation », indique-t-elle (p. 87).

La lecture du livre de Despret, que j'ai faite après les articles des psychologues, m'a aidée à reconsidérer l'approche scientifique des émotions. Le regard critique qu'elle pose sur le domaine de la psychologie et sa proposition d'approcher la question des émotions par versions qui s'additionnent et se complètent enrichissent ma réflexion à la fois d'une plus grande vigilance et d'une plus grande souplesse. Je n'ai toutefois pas voulu complètement rejeter les idées précédentes. Si j'ai aiguisé ma conscience du fait que l'approche scientifique, qui tend à séparer le monde en catégories claires et distinctes,

est une abstraction par rapport à la fluidité des continuums de la réalité, j'observe que cette approche comporte tout de même deux avantages importants pour mon projet : elle est pratique pour saisir certains phénomènes concernant le sujet complexe des émotions et utile lorsqu'il s'agit de mesurer des éléments, qui doivent ainsi être relativement circonscrits les uns par rapport aux autres.

## 1.2 Entraînement de l'esprit

L'examen quotidien de mon état affectif, exercice que j'ai débuté à l'automne 2019, nécessite un temps d'arrêt et de présence à soi que j'associe à de la méditation.

Matthieu Ricard (2008), dans *L'art de la méditation*, explique que méditer permet de se familiariser avec notre esprit et ses mécanismes : « L'entraînement de l'esprit permet [...] d'acquérir une meilleure connaissance de la façon dont l'esprit fonctionne et une perception plus juste de la réalité », écrit-il (p. 23). Mon intuition est que l'examen quotidien de son état affectif grâce à un instrument de mesure finement calibré peut semblablement conduire à cette « perception plus juste de la réalité ». Car, ce que l'observation objectivée des émotions produit, à la longue, est un certain détachement face au ressenti émotif subjectif. Ricard écrit que de « ne plus s'identifier aux émotions constitue un antidote fondamental [à la souffrance] applicable en toutes circonstances » (p. 118). Pour cela, il faut, ajoute-t-il, nous habituer « à regarder les pensées au moment même où elles surgissent, et à les laisser se dissiper avant qu'elles ne prennent possession de nous » (p. 121).

Dans le catalogue *Lucidité : Vues de l'intérieur*, Anne-Marie Ninacs (2011) se propose elle aussi, par les œuvres qu'elle retient, « d'exposer [...] la complexité infinie de l'expérience physique et psychique mitigée, paradoxale et fuyante qu'est notre réalité afin que nous cessions éventuellement de la redouter » (p. 9). Puis elle pose la question suivante : « Se pourrait-il que l'art soit un instrument pour nous y entraîner? Qu'il soit non seulement un mode de connaissance, mais un mode de conscience? » (p. 9) Je dirais que c'est exactement à cet endroit que m'a amenée le processus de recherche-crédation

que j'ai amorcé en septembre 2019. Ne plus s'identifier, ne plus être possédée; cultiver la conscience est devenu l'objectif de ma démarche.

Ces expériences, constats et intuitions sont confirmés par les études de la psychologue et neurologue Lisa Feldman Barrett. Le résultat de ses recherches sur le fonctionnement du cerveau et des divers systèmes et réseaux physiologiques du corps humain confirment l'importance que prennent les affects<sup>1</sup> autant dans la perception que dans les processus cognitifs. Elle en précise le fonctionnement, notamment dans l'article qu'elle signe avec Seth Duncan, « Affect is a form of cognition: A neurobiological analysis » (2007).

Cet article réfute le dualisme cognition-émotion. Ce dualisme, soulignent les auteurs, remonte à Platon et Aristote et, bien que le domaine de la psychologie n'oppose plus aussi fermement ces deux aspects de notre vie mentale, il maintient une distinction entre les fonctions de « "thinking" (e.g., sensing and categorising an object, or deliberating on an object) » et celle de « "affecting" (i.e., constructing a state to represent how the object affects you). » (Barrett et Duncan 2007, p. 1184).

Cependant, s'appuyant sur une recension d'articles récents<sup>2</sup> issus de la recherche sur l'anatomie et l'imagerie du cerveau, Barrett et Duncan cherchent des correspondances neurobiologiques au dualisme cognition-émotion et en viennent à la conclusion qu'un tel dualisme n'est nulle part détectable dans les structures cérébrales : aucune partie du cerveau ne peut être associée exclusivement à une seule activité, qu'elle soit affective ou cognitive. Les recherches recensées démontrent au contraire que les différentes parties du cerveau sont multimodales et qu'elles intègrent des informations en provenance de différentes sources.

Cet article se fonde sur le concept d'affect de base (*core affect*) qui a été proposé par James A. Russell. Ce dernier définit l'affect de base ainsi: « At the heart of emotion, mood,

---

<sup>1</sup> Barrett utilise le mot « affect » comme terme générique. Elle dit qu'il désigne « anything emotional » (Barrett, 2011, p. 364). Dans Barrett et Duncan (2007), elle ajoute « 'affect' is generally used to refer to any state that represents how an object or situation impacts a person. » (p. 1185)

<sup>2</sup> Leur article, qui compte 28 pages, inclut 8 pages de références.

and any other emotionally charged event are states experienced as simply feeling good or bad, energized or enervated. » (Russell, 2003, p. 145) En 1999 déjà, Russell et Barrett considèrent cet affect de base comme ce qui correspond à notre état habituel, en dehors de tout événement particulier, à savoir « the most elementary consciously accessible affective feelings that need not be directed at anything. » p. 806) Ces affects de base vont et viennent et peuvent être influencés par divers éléments, incluant certains dont nous n'avons même pas conscience.

Selon les recherches de Barrett et Duncan (2007), les affects de base servent à filtrer les informations sensorielles du monde extérieur; ils créent ainsi des représentations du monde nous permettant de nous orienter. Barrett et Duncan en déduisent que ce que l'individu perçoit du monde proviendrait en partie de son état affectif de base. En effet, malgré que nous percevions les affects comme étant différents de nos pensées et souvenirs, ils ont néanmoins un effet sur nos processus cognitifs, ils influencent ce dont nous sommes conscients, et participent ainsi à notre utilisation et à notre compréhension du langage, de même qu'à la formation des souvenirs. « Because core affect modulates sensory processing, any psychological process that draws on sensory information will have an affective quality to it », expliquent-ils (p. 1196). Leur conclusion est par conséquent très claire et saisissante : « There is no such thing as a “non affective thought”. Affect plays a role in perception and cognition, even when people cannot feel its influence. » (p. 1185) L'ensemble de nos processus cognitifs (conscience, langage, mémoire, apprentissage, etc.) est donc intimement lié aux affects de base et teintés par ceux-ci. Cette conclusion est corroborée par les nombreuses recherches qui ont démontré le rôle de l'affect dans la prise de décision. Les recherches du psychologue et économiste Daniel Kahneman (2011), entre autres, montrent les innombrables biais cognitifs qui affectent nos raisonnements et nos prises de décision, alors même que nous avons l'impression d'agir de façon rationnelle.

L'illustration que proposent MacCormack et Lindquist (2017) de la « Conceptual Act Theory » développée par Barrett (2006) (figure 1.1) montre de quelle façon l'ensemble des éléments, dont l'affect de base, participent à créer une expérience émotionnelle.



Barrett et Duncan précisent enfin que les affects de base jouent leur rôle, qu'ils soient situés en avant-plan ou en arrière-plan de la cognition. Lorsqu'ils sont à l'avant-plan, nous les ressentons; mais lorsqu'ils sont placés en arrière-plan, ils influencent tout de même notre raisonnement, mais sans que nous en ayons conscience. (p. 1202) Pire encore, nous les percevons alors comme une « property of the external world, rather than as the person's reaction to it. » (p. 1202).

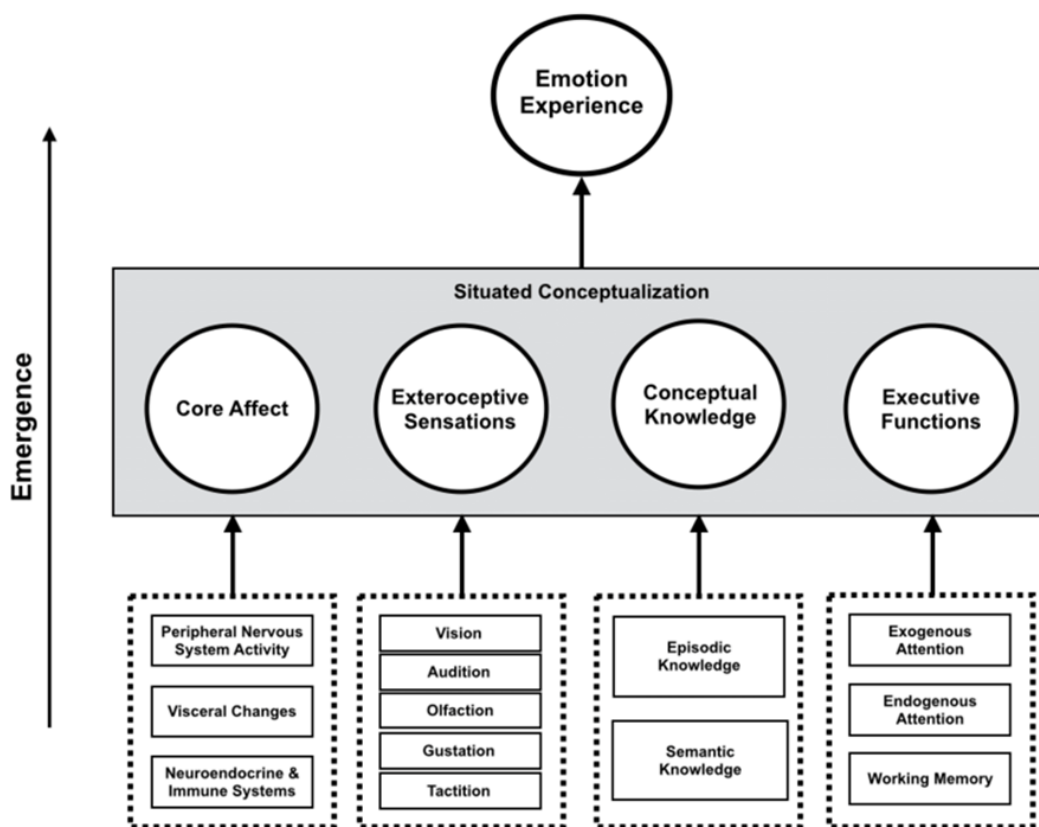


Figure 1.1 – MacCormack, J. K. et al., (2017), Schéma du *Conceptual act theory*  
 Tiré de MacCormack, J. K., Lindquist, K. A. (2017). Bodily contributions to emotion : Schachter's legacy for a psychological constructivist view of emotion. *Emotion Review*, 9(1), 36-45. (p. 38)

La lecture de cet article m'a remplie d'enthousiasme, car il confirme, par des études et des observations approfondies, le rôle primordial que jouent nos affects (qu'ils soient de base ou non) dans le développement de nos processus cognitifs, dans la formation de nos croyances, postures et opinions, comme dans l'orientation de nos perceptions. Alors que Barrett et Duncan concluent que « conscious percepts of the external world are intrinsically infused with affective content » (p. 1195), les philosophes épris d'attention comme Pierre Bertrand détectent en effet déjà que « la pensée est transie de sensations et d'émotions » (dans Ninacs 2011, p. 168). Qui plus est, les constats de Barrett et Duncan soutiennent l'intuition de fond de ma recherche-crédation, à savoir qu'il importe de porter attention à ses états affectifs si l'on veut vivre une vie en plus grande conscience. La prémisse de mon projet a été de placer les émotions à l'avant-plan de la pensée afin d'en augmenter le niveau de prise de conscience. La poursuite du projet permettra de vérifier s'il s'agit là d'une façon déterminante de se donner une certaine emprise sur son expérience.

### 1.3 Agentivité

À la lecture de la définition du mot *agentivité*, il y a quelques années, j'avais tout de suite voulu intégrer cette notion à ma recherche. L'intégration du concept de reprise de pouvoir dans ma recherche me semblait nécessaire afin d'améliorer mon expérience. Dans deux textes intitulés « Toward a psychology of human agency » (2006 et 2018), Albert Bandura décrit les humains comme étant d'emblée des agents, c'est-à-dire non pas des êtres passifs qui subissent leur environnement, mais qui peuvent, au contraire, l'influencer et le modifier, qu'il s'agisse d'un environnement personnel, professionnel ou social. Cette capacité que nous avons à agir sur notre environnement provient entre autres, dit-il, de notre structure langagière qui qualifie notre expérience et forge en retour notre conception de nous-mêmes comme étant capable ou incapable. Selon lui, cette confiance en nos propres capacités ou « auto-efficacité », est primordiale :

Among the mechanisms of human agency, none is more central or pervasive than belief of personal efficacy. This core belief is the foundation of human agency. Unless people believe

they can produce desired effects by their actions, they have little incentive to act, or to persevere in the face of difficulties. (2006, p. 170)

Ce sentiment d'auto-efficacité est néanmoins variable selon nos croyances, nos expériences, nos circonstances, etc. Les recherches de Bandura (2018) montrent qu'il y a quatre dimensions susceptibles de l'augmenter : l'intentionnalité, la prévoyance, l'auto-réactivité et l'introspection. Cette dernière dimension est la composante qui permet d'examiner le mode de fonctionnement de notre univers émotif, que j'associe d'emblée à la pratique de la présence attentive et consciente de Ricard et Ninacs, et que je veux particulièrement mettre en œuvre dans mon travail de création.

Le concept d'agentivité a également été travaillé par les chercheuses féministes. Inspirée par la philosophie de Judith Butler, la spécialiste de la littérature Barbara Havercroft (2017) relie l'agentivité à une reprise de pouvoir de la part des femmes dans une société qui demeure très patriarcale. La définition qu'en donne Maréchal (dans Gibeau, 2012) va dans le même sens : l'agentivité, écrit-elle, est « la capacité à agir de façon autonome et à transformer les discours normatifs », car « l'agentivité dénote une liberté de choix tant sur le plan individuel que social » (p. 56). Susan Hekman (1995, Maréchal dans Gibeau, 2012) associe pour cette raison l'agentivité à la création : « Agents are subjects that create, that construct unique combinations of elements in expressive ways ». Maréchal propose toutefois que ce cheminement est graduel parce que la « quête de la protagoniste se manifeste à travers la création d'un récit de son passé lui permettant de rejeter le regard des autres sur sa vie, de développer le sien, puis d'affirmer son refus de l'oppression et enfin d'agir contre elle. » (p. 63)

Ce qui ressemble le plus à une reprise de pouvoir, dans mon cas, c'est le fait de débiter une maîtrise en arts visuels et médiatiques au moment où j'en suis dans ma vie. En effet, laisser derrière moi un travail actif et entreprendre un processus long et nécessitant un engagement et une concentration sur plusieurs années ne correspond pas à ce qu'on attend des personnes à la fin de la cinquantaine. C'est cet aspect qui produit un effet de remise en question des normes et qui me donne l'impression d'une reprise de pouvoir, dans le sens qu'aucune contrainte de travail ou financière ne m'impose plus un chemin :

je choisis le mien. Il s'agit d'un choix personnel, fait pour développer une pratique artistique, ce qui permet de concrétiser une attirance de longue date et, ce faisant, de chercher une augmentation de mon sentiment de bien-être.

Je veux donc distinguer les dimensions déterminantes de mon projet de recherche-crédation par lesquelles je gagne en agentivité. D'abord, la décision d'entreprendre un cheminement académique et de le mener à terme; les nombreux apprentissages intégrés grâce à ce parcours participent considérablement à l'augmentation de mon sentiment d'auto-efficacité. Par ailleurs, l'orientation précise qu'a prise mon projet de création, et qui m'a menée à augmenter l'attention que je porte à mon état affectif. Cet aspect introspectif de mon projet, complètement imprévu au départ, contribue directement à l'un des quatre aspects du sentiment d'auto-efficacité selon Bandura. La portion littéraire de mon projet répond quant à elle davantage à la définition de l'agentivité de Maréchal (dans Gibeau, 2012), en ce sens qu'il s'agit d'une « mise en récit [qui] permet de poser un regard subjectif sur sa vie » (p. 56). Enfin, l'objectif d'augmenter l'agentivité énoncé dès le titre de ce mémoire-crédation n'est pas lié uniquement à une place à prendre en tant que femme, mais d'abord et avant tout à un droit de parole à conquérir en tant que personne. Dans le cadre de la maîtrise, cette prise de parole se concrétise principalement par les projets de création. L'exposition finale étant la manifestation ultime, il importe maintenant de bien articuler tous les éléments de son vocabulaire.

#### 1.4 Systèmes de mesure

Un des outils que j'ai voulu développer, afin d'entreprendre ma recherche, était une carte des émotions humaines, et ce, afin de vérifier où je me situais sur cette carte. Afin d'établir mon projet sur des bases solides, il m'importait que cette carte soit la plus juste et la plus complète possible. Afin de constituer cette carte, j'ai examiné plusieurs grilles de notation<sup>3</sup>,

---

<sup>3</sup> Par exemple la modélisation issue de la collaboration du Dalaï-Lama avec Paul Ekman et Eve Ekman (<https://stamen.com/work/atlas-of-emotions/>), la classification des émotions humaines de Gerrod Parrot ([https://www.reddit.com/r/coolguides/comments/ak2vvd/parrotts\\_classification\\_of\\_human\\_emotions/](https://www.reddit.com/r/coolguides/comments/ak2vvd/parrotts_classification_of_human_emotions/)) et le *Conceptual act model* de Lisa Feldman Barrett (2009, DOI: 10.1080/02699930902985894)

puis étudié plus attentivement celles développées par les chercheurs que je présente ici parce qu'elles me semblaient mieux structurées, mieux documentées ou plus susceptibles d'être traduites graphiquement. Les différents modèles sont basés sur une combinaison de caractéristiques, dont la valence est la plus fréquente et mérite les précisions qui suivent.

#### 1.4.1 Valence des émotions

Parmi les diverses caractéristiques associées aux émotions, celle de la *valence* (ou polarité) est sans doute la plus fréquente, tant pour le grand public que chez les spécialistes. On désigne par ce mot l'évaluation qui peut être faite de chaque émotion quant à son aspect agréable ou désagréable. L'origine de la valence remonterait à l'église du Moyen-Âge, voire à Aristote qui évoquait l'opposition de certaines émotions et qui jumelait les vices à leurs vertus correspondantes (Solomon et Stone, 2002, p.418).

Cette notion est particulièrement pertinente pour ma recherche-crédation, parce que celle-ci s'est appuyée à l'origine sur une grille d'évaluation des émotions héritée de la nomenclature de la thérapeute Gloria Willcox (figure 1.3) qui plaçait les émotions dans des catégories positives ou négatives puisqu'elle proposait à ses patients une démarche vers le mieux-être. De plus, au cours du programme de maîtrise, mon travail a parfois soulevé des discussions au sujet de cette opposition positif-négatif, je trouvais donc pertinent de vérifier ce qu'en disent les experts.

La plupart des chercheurs s'entendent pour confirmer que cet aspect est accordé d'emblée aux mots. Grutschus, Kern et Tutin (dans Baider et Cislaru, 2013), sont trois linguistes qui ont examiné plus particulièrement la question de la polarité de cinq mots d'émotion. Leur texte « La polarité du lexique de l'affect » conclut à l'existence de cette polarité, et ce en français, en anglais et en allemand, pour les mots d'émotion suivants : joie, déception, surprise, nostalgie, admiration et mépris. Leur analyse ayant porté plus globalement sur des millions de mots dans chaque langue, confirme que les mots utilisés pour nommer les émotions sont en général positionnés sur un axe positif-négatif ou bien-mal.

Solomon et Stone, dans leur article « On " positive " and " negative " émotions » (2002), ont examiné cette question de façon détaillée. Ils ont d'ailleurs dénombré plus de 600 articles publiés à ce sujet depuis 1961. Malgré cette quantité de données, ils remettent en question les notions de valence et de polarité dans le cadre de l'étude des émotions. La conclusion des auteurs n'est pas que ces variabilités n'existent pas, mais plutôt qu'elles sont trop nombreuses, ce qui mène à la relativité de toute affirmation. Ils remarquent que, dans la littérature scientifique, l'attribution d'une polarité s'applique à la fois à l'événement qui a suscité l'émotion et à l'émotion elle-même, alors qu'il peut arriver qu'une circonstance dite négative provoque des émotions qui ne soient pas négatives. Contre Frijda (1986), qui fait du plaisir et de la douleur une polarité, ils font semblablement valoir que le contexte, le sens et l'interprétation d'une douleur peut modifier sa perception et qu'il peut donc y avoir, à l'intérieur d'une même émotion, différentes valences en termes de plaisir et de douleur. Le mot valence lui-même, soutiennent-ils, « is a term borrowed from physics and chemistry, perhaps to disguise the unscientific origins of the idea » (Solomon et Stone, 2002, p. 418).

À titre de confirmation à l'effet que la valence peut être très relative, notons le travail de recherche de la psychologue June Gruber (2016). Elle dirige le *Positive Emotion and Psychopathology Laboratory* de l'Université du Colorado, qui a pour mission de vérifier l'idée reçue que les émotions positives sont toujours bénéfiques. Le Laboratoire se penche sur l'ampleur et la durée des émotions dites positives et il examine les effets contreproductifs des émotions positives sur l'expérience des patients qui ont un diagnostic de bipolarité. Il observe aussi que les gens qui éprouvent de telles émotions positives fortes ont plus tendance à prendre des risques et à avoir des comportements abusifs. Il constate encore que certaines situations peuvent être inappropriées à l'expression ou simplement au ressenti positif, voire entraîner des effets négatifs dans certaines situations pour les personnes qui les éprouvent. De façon générale, les chercheurs concluent que la santé mentale est liée à un certain équilibre des émotions positives et négatives et à une habileté de l'individu à réguler ses propres émotions (ajustement de l'intensité, modulation de la forme d'expression); l'incapacité de régulation peut, au contraire, avoir des effets sociaux négatifs et ainsi annuler l'effet positif de l'émotion dite positive.

La proposition de l'historien de l'art Georges Didi-Huberman, dans *Quelle émotion! Quelle émotion?* (2013), travaille en contrepoint de Gruber, et pourtant de manière complémentaire. Convaincu que « les émotions ont une puissance – ou *sont* une puissance – de transformation » (p. 54), il montre en effet qu'une émotion comme la colère, habituellement considérée comme ayant une valence négative, peut dans les faits avoir un effet positif. Il en veut pour exemple, dans *Le Cuirassé Potemkine*, l'affect de tristesse qui « se transforme en colère sourde [...] qui se transforme elle-même en discours politiques et en chants révolutionnaires [...] qui se transforment eux-mêmes en colère exaltée [...] qui se transforme elle-même en acte révolutionnaire » (p. 49 et 53). Ainsi, l'émotion de départ, qu'on qualifie d'emblée de négative, en vient à générer une force révolutionnaire dont les résultats s'avéreront possiblement positifs, comme cela s'est vérifié plusieurs fois dans l'histoire. « C'est même à travers les émotions que l'on peut, éventuellement, transformer notre monde, à condition bien sûr qu'elles se transforment elles-mêmes en pensées et en actions », résume-t-il (p. 49).

Enfin, dans l'article « The case for mixed emotions » (2014), Larsen et McGraw cherchent à déterminer si des émotions considérées comme opposées peuvent être ressenties simultanément. Alors qu'un tel ressenti avait été considéré impossible par les chercheurs du XIX<sup>e</sup> siècle (Bain, 1859, et Wundt, 1896), qui concevaient la charge émotionnelle d'une émotion comme annulant l'autre, leur recension de la littérature récente montre qu'il existe deux approches soutenant leur interrogation, une première (Russell et Carroll, 1999), qui prétend que différentes émotions peuvent être ressenties en même temps, sauf les émotions opposées situées aux extrémités du continuum de la valence et la deuxième approche, basée sur le modèle de Watson et Tellegen (1985), qui présente des catégories d'activation positives et négatives et considère qu'elles sont suffisamment indépendantes pour qu'on puisse les ressentir concurremment.

À leur suite, Larsen et McGraw qualifient d'émotions *mixtes* la présence simultanée d'émotions positives et négatives. Ces mélanges d'émotions, disent-ils, peuvent contenir des émotions de même valence ou de valence opposée. Pour le démontrer, ils invalident d'abord les tests menés antérieurement, qui reposaient soit sur le compte-rendu subjectif des participant-e-s, soit sur l'hypothèse erronée que la sensation de simultanéité

provenait d'une rapide succession des émotions. Ils procèdent ensuite à diverses expériences dont la conclusion principale est que le bonheur et la tristesse peuvent être ressentis en même temps; cette situation ne saurait être fréquente, mais le fait qu'elle existe permet d'invalidier la théorie qui l'excluait.

Parmi les modèles qui suivent, la plupart incluent la composante de la valence. Pour ma part, je considère, avec Solomon et Stone, que même si la structure du modèle utilisé reflète la répartition des mots selon la valence, la réalité du ressenti et de son effet ou de son interprétation dans le quotidien, peut être tout autre.

#### 1.4.2 Kaitlin Robbs et Gloria Willcox : roues des sentiments

Le premier repère de mon projet a été *The feeling wheel*, élaborée par Kaitlin Robbs, que j'ai simplement trouvée sur les réseaux sociaux (figure 1.2). Robbs est une professeure d'anglais qui, dans les années 2010, voulait offrir à ses étudiant.e.s un éventail plus large de vocabulaire pour qu'ils puissent mieux décrire les émotions de leurs personnages. Son schéma est composé de trois cercles concentriques : le cercle central est subdivisé en 6 familles d'émotions de base (quatre négatives, une positive et une neutre), le cercle intermédiaire en 36 manifestations plus précises des 6 familles centrales, et chacun des 36 mots se subdivisent ensuite en deux nuances distinctes dans le cercle extérieur, celui-ci comptant donc un total de 72 mots.

Une recherche plus poussée m'a conduite à la source très probable de ce schéma, le livre *Feelings: Converting negatives to positives* de la psychologue américaine Gloria Willcox (2001), qui fait suite à son article de 1982, « The feeling wheel: A tool for expanding awareness of emotions and increasing spontaneity and intimacy ». L'objectif de Willcox est de proposer au patient une démarche de transformation de son émotion négative ressentie en l'émotion positive contraire, soit celle placée diamétralement opposée sur le cercle (figure 1.3). Contrairement à la roue de Robbs, le centre du schéma est en effet composé très symétriquement de trois familles d'émotions à valence négative et de trois à valence positive, l'ensemble produisant trois dyades d'opposés. Le cercle intermédiaire et le cercle extérieur sont chacun composé de 36 mots supplémentaires qui permettent



de distinguer et de qualifier les ressentis. La croyance en la valence et l'opposition des émotions est forte chez cette autrice, et même d'ordre moral puisqu'elle qualifie son approche de *Christian counseling* et émaille ses textes de très nombreuses citations tirées de la Bible.

Si ces deux représentations des états affectifs ne sont pas fiables en raison de leur manque de scientificité – le livre de Willcox a d'ailleurs été publié à compte d'auteur –, il importe de les connaître parce qu'elles ont été reprises sous diverses formes et abondamment diffusées sur internet et les réseaux sociaux, et qu'elles pénètrent ainsi la culture populaire au sujet des émotions.

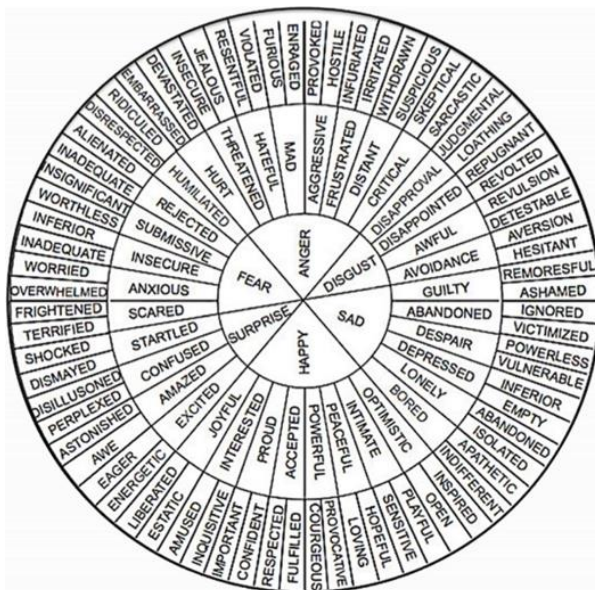


Figure 1.2 – Kaitlin Robbs, (2015), *The feeling wheel*

Tiré de : <https://becomingreason.com/expanding-emotional-vocabulary>

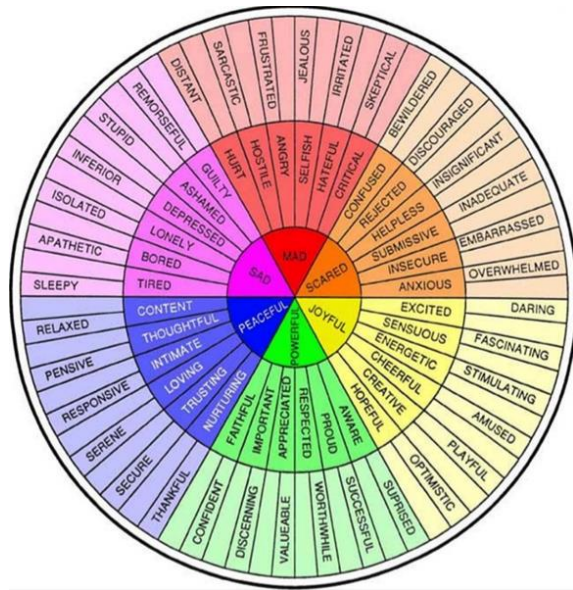


Figure 1.3 – Gloria Willcox, (1981), *The feeling wheel*

Tiré de : <https://www.thebodyandmindcoach.com/the-feeling-wheel/>

### 1.4.3 Robert Plutchik : modèle circomplexe combinatoire

Willcox (2001) indique avoir été inspirée par le modèle du psychologue américain Robert Plutchik, qu'elle a vu dans un article en 1980 et qui l'a amenée à rédiger elle-même un article (Willcox, 1982), puis son livre (2001). La forme des deux modèles est basée sur

une structure circulaire. Dans le cas de Plutchik, cette structure calque celle du cercle chromatique dans lequel des éléments de base se combinent pour élaborer des éléments de plus en plus nuancés.

C'est en 1958 que Plutchik a créé son premier schéma circulaire pour illustrer sa compréhension de la complexité des émotions. La structure est qualifiée de « circomplexe », mot que l'American Psychological Association décrit comme « a circular depiction of the similarities among multiple variables »<sup>4</sup>. Ce mode de représentation implique que les éléments placés les uns à côté des autres ont plus de ressemblances entre eux que ceux qui sont placés en vis-à-vis, ces derniers étant des opposés.

Par ailleurs, dans le modèle de Plutchik (figure 1.4), composé de 8 branches sur lesquelles sont placées les familles d'émotion en dyades de valence opposée (joie-tristesse, colère-peur, confiance-dégoût, surprise-anticipation), on retrouve aussi une gradation d'intensité émotive. En effet, chacune des branches est subdivisée en trois intensités différentes de la même famille d'émotion. Le nom de la famille d'émotion se trouve sur le cercle intermédiaire, parce qu'il marque un état affectif moyen qui s'intensifie vers le centre et se pacifie vers l'extérieur.

La particularité de ce modèle est qu'il place certains mots sur les branches, mais propose que la combinaison des mots issus de deux branches distinctes puisse créer des mélanges, comme dans une roue chromatique. C'est ainsi que le mot « amour » est le résultat de la combinaison des branches « joie » et « confiance ». La combinaison des émotions selon leur divers degrés d'intensité suffirait, selon lui, à placer tous les mots connus qui qualifient des émotions (quelques centaines selon lui), et à les classer en familles basées sur des ressemblances. Ce modèle prête donc plus à interprétation que le précédent dans lequel les mots disponibles se limitent à ceux inscrits dans le modèle.

---

<sup>4</sup> <https://dictionary.apa.org/circumplex>

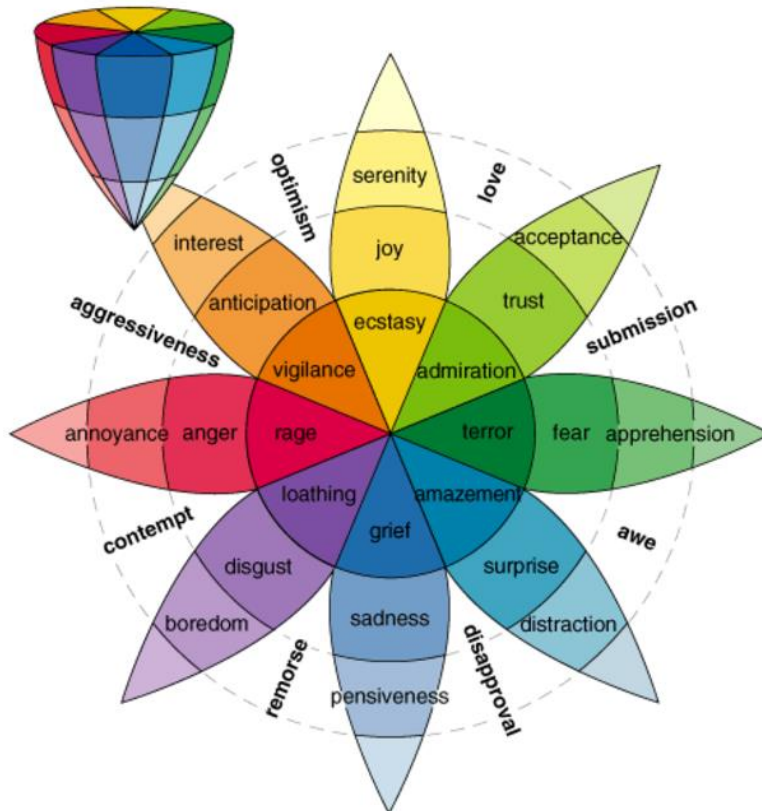


Figure 1.4 – Robert Plutchik, (2001), *Three-dimensional circumplex model*  
 Tirée de « The nature of emotions », par R. Plutchik, 2001, *American Scientist*, 89(4).  
<https://doi.org/10.1511/2001.28.739>

#### 1.4.4 James A. Russell : modèle bidimensionnel

En 1980, James A. Russell a présenté un schéma circomplexe (figure 1.5) basé sur deux axes, soit la valence et le niveau d'éveil.

Il propose cette répartition des états affectifs en réponse aux autres modèles prévalant à ce moment-là, qui montraient plutôt de 6 à 12 facteurs indépendants les uns des autres « such as degree of sadness, anxiety, anger, elation, tension, and the like » (Russell, 1980, p. 1161). L'axe horizontal du schéma qu'il propose représente la valence, la dimension du plaisir (valence positive) étant à droite et déplaisir (valence négative) à gauche. Quant à l'axe vertical, il répartit les dimensions de l'éveil en haut et de sommeil en bas. (p. 1163)

Cette approche lui permet de distribuer, sur ce modèle, des mots reliés à différents états affectifs, en fonction de leur degré de correspondance aux deux axes (figure 1.5). L'intérêt de cette structure est de rationaliser l'emplacement des mots sur le cercle. Malgré tout, Russell (1980) souligne que « each emotion word can thus be considered a label for a fuzzy set, defined as a class without sharp boundaries, in which there is a gradual but specifiable transition from membership to nonmembership. » (p. 1165)

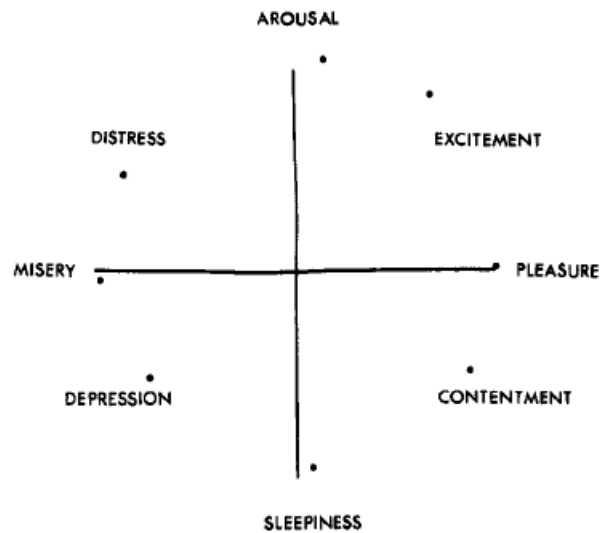


Figure 1.5 – James A. Russell, (1980), *Circumplex model of affect*  
Tiré de « A circumplex model of affect », par J. A. Russell, 1980, *Journal of personality and social psychology*, 39(6), 1161-1178. (p. 1164)

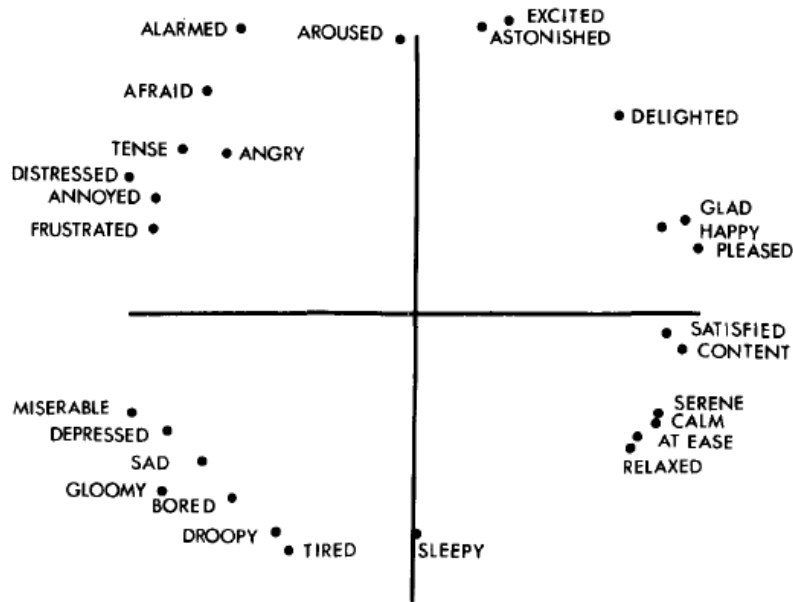


Figure 1.6 – James A. Russell, (1980), *Multidimensional scaling solution for 28 affect words*  
 Tiré de « A circumplex model of affect », par J. A. Russell, 1980, *Journal of personality and social psychology*, 39(6), 1161-1178. (p. 1168)

#### 1.4.5 Klaus R. Scherer : Geneva Emotion Wheel

Scherer (2005), dont nous avons vu déjà la typologie des phénomènes affectifs, avance que la science gagnerait à mieux examiner les mots utilisés par le langage courant pour parler des émotions. Il argue que si des mots distincts ont été retenus dans l'usage, c'est qu'ils correspondent à des variations émotives dignes d'être considérées. Ce type d'étude, très ouverte à l'interprétation des participants, comporte toutefois des difficultés lorsque vient le temps de traiter, de compiler et de comparer les résultats. Son projet étant de faire équivaloir les champs sémantiques recueillis à ceux utilisés par les scientifiques et d'examiner les différences subtiles entre les différents mots, Scherer a donc développé deux outils pour mieux encadrer ces tests : une liste de mots et un modèle visuel. La liste de mots, appelée *Geneva Affect Label Coder* (figure 1.7), est un index affectif composé de 36 catégories; chacune d'elles est constituée d'une série de synonymes ouvrant l'accès à des catégories sémantiques qui incluent à la fois « emotions, moods, and other types of transitory affect states ». (p. 713). Il indique que le choix des 36 catégories est

fait « on the basis of both empirical grounds [...] and published surveys of emotion terms in different languages ». (p. 713)

TABLE 4  
Affect categories and word stems of pertinent labels for category members

Affect categories	Pertinent words or word stems
Admiration/Awe	admir*, ador*, awe*, dazed, dazzl*, enrapt*, enthrall*, fascina*, marveli*, rapt*, reveren*, spellbound, wonder*, worship*
Amusement	amus*, fun*, humor*, laugh*, play*, rollick*, smil*
Anger	anger, angr*, cross*, enrag*, furious, fury, incens*, infuriat*, irate, ire*, mad*, rag*, resent*, temper, wrath*, wrought*
Anxiety	anguish*, anx*, apprehens*, diffiden*, jitter*, nervous*, trepida*, wari*, wary, worried*, worry*
Being touched	affect*, mov*, touch*
Boredom	bor*, ennui, indifferen*, languor*, tedi*, wear*
Compassion	commiser*, compass*, empath*, pit*
Contempt	contempt*, denigr*, deprec*, deris*, despi*, disdain*, scom*
Contentment	comfortabl*, content*, satisf*
Desperation	deject*, desolat*, despair*, desperat*, despond*, disconsolat*, hopeless*, inconsol*
Disappointment	comedown, disappoint*, discontent*, disenchant*, disgruntl*, disillusion*, frustrat*, jilt*, letdown, resign*, sour*, thwart*
Disgust	abhor*, avers*, detest*, disgust*, dislik*, disrelish, distast*, loath*, nause*, queas*, repugn*, repuls*, revolt*, sicken*
Dissatisfaction	dissatis*, unhapp*
Envy	envious*, envy*
Fear	afraid*, aghast*, alarm*, dread*, fear*, fright*, horr*, panic*, scare*, terror*
Feeling	love, affection*, fond*, love*, friend*, tender*
Gratitude	grat*, thank*
Guilt	blame*, contriti*, guilt*, remorse*, repent*
Happiness	cheer*, bliss*, delect*, delight*, enchant*, enjoy*, felicit*, happ*, merr*
Hatred	acrimon*, hat*, rancor*
Hope	buoyan*, confident*, faith*, hop*, optim*
Humility	devout*, humility
Interest/Enthusiasm	absor*, alert, animat*, ardor*, attenti*, curi*, eager*, enrapt*, engross*, enthusias*, ferv*, interes*, zeal*
Irritation	annoy*, exasperat*, grump*, indign*, irrita*, sullen*, vex*
Jealousy	covetous*, jealous*
Joy	ecstat*, elat*, euphor*, exalt*, exhilar*, exult*, flush*, glee*, joy*, jubil*, overjoyed, ravish*, rejoic*
Longing	crav*, daydream*, desir*, fanta*, hanker*, hark*, homesick*, long*, nostalg*, pin*, regret*, wish*, wist*, yearn*
Lust	carnal, lust*, climax, ecsta*, orgas*, sensu*, sexual*
Pleasure/Enjoyment	enjoy*, delight*, glow*, pleas*, thrill*, zest*
Pride	pride*, proud*
Relaxation/Serenity	ease*, calm*, carefree, casual, detach*, dispassion*, equanim*, eventemper*, laid-back, peace*, placid*, poise*, relax*, seren*, tranquil*, unruffl*
Relief	relie*
Sadness	chagrin*, deject*, dole*, gloom*, glum*, grie*, hopeles*, melancho*, mourn*, sad*, sorrow*, tear*, weep*
Shame	abash*, asham*, crush*, disgrace*, embarras*, humili*, shame*
Surprise	amaze*, astonish*, dumbfound*, startl*, stunn*, surpris*, aback, thunderstruck, wonder*
Tension/Stress	activ*, agit*, discomfort*, distress*, strain*, stress*, tense*
Positive	agree*, excellent, fair, fine, good, nice, positiv*
Negative	bad, disagree*, lousy, negativ*, unpleas*

Figure 1.7 – Klaus R. Scherer, (2005), *Geneva Affect Label Coder (GALC)*  
Tiré de « What are emotions? And how can they be measured? », par K. R. Scherer, 2005, *Social Science Information*, 44(4), 695–729. (p. 714, 715)

Il a aussi développé le modèle visuel intitulé *Geneva Emotion Wheel* (figure 1.8), qui reflète la superposition de sa liste de mots sur la structure bidimensionnelle développée par Russell (1.4.4). Par ailleurs, Scheer considère que l'intensité des émotions est une autre dimension à considérer. Il donne l'exemple de la famille de la colère, à l'intérieur de laquelle se retrouvent la gradation de « irritation–anger–rage » (p. 722). Il fait valoir que cette dimension ne correspond pas à celle de l'activation. Le modèle illustre donc cette dimension de façon radiale, en plaçant des cercles dont les dimensions croissent vers l'extérieur, la dimension du cercle représentant ainsi l'intensité de l'émotion. Malgré sa tentative de proposer un modèle qui soit à la fois soit rationnel et tienne compte du langage courant, le résultat n'est pas convaincant, d'autant plus que le schéma n'inclut que 20 des 36 mots placés en tête de la liste du *Geneva Affect Label Coder (GALC)* qu'il a produite (qui compte au total 280 mots). Ce modèle graphique n'est pas suffisamment large pour représenter l'ensemble des émotions humaines. J'ai par contre utilisé le concept de la liste de synonymes pour construire mon propre modèle.

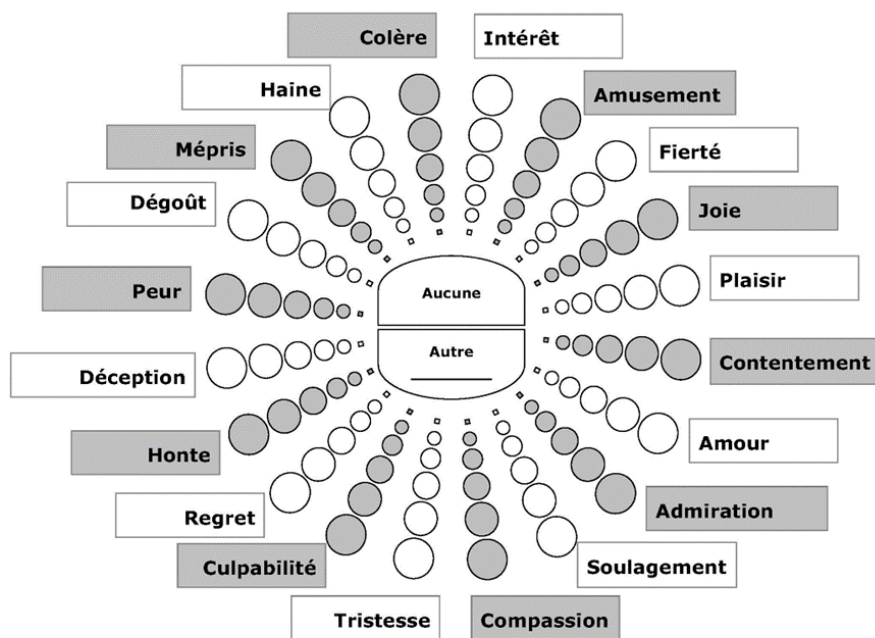


Figure 1.8 – Klaus R. Scherer, (2005), *Geneva emotion wheel*  
Tirée du site web du Swiss Center for Affective Sciences de l'Université de Genève :  
<https://www.unige.ch/cisa/gew/>

#### 1.4.6 David Watson et Lee Anna Clark : Positive and Negative Affect Schedule

Le protocole d'évaluation émotionnelle intitulé PANAS (Positive and Negative Affect Schedule) a été publié en 1988 par les chercheurs Watson, Clark et Tellegen et est basé sur la valence. Cette première version comporte une liste de 10 mots d'affects positifs et 10 mots d'affects négatifs permettant de procéder à une évaluation de l'état affectif d'une personne à un moment précis.

La version PANAS-X, mise à jour par Watson et Clark en 1994, comporte soixante mots d'émotion. L'objectif des chercheurs était de créer une grille d'évaluation qui permette d'obtenir des données valides, mais dont l'utilisation demeurerait conviviale. Sa structure repose sur deux éléments : 1) les éléments de niveau supérieur qui reprennent les 20 mots répartis selon la valence positives et négatives de la version initiale, et 2) l'ordre inférieur composé de 40 mots plus détaillés associés à 11 états affectifs particuliers (peur, tristesse, culpabilité, hostilité, timidité, fatigue, surprise, jovialité, assurance, attention et sérénité), soit 4 mots à valence négative, 3 à valence positive et 4 autres états). L'intérêt de cet article est aussi qu'il présente le résultat de différents protocoles d'expérimentation : une évaluation effectuée le soir (pour englober l'état affectif de l'ensemble de la journée), des évaluations durant des semaines, mois ou années (pour observer les fluctuations émotionnelles sur des périodes plus longues), ou encore la mise en parallèle de différents facteurs comme les activités physiques, les interactions sociales ou les examens permettant d'établir des corrélations entre l'état affectif et les circonstances.



## CHAPITRE 2

### CRÉATION, 1<sup>RE</sup> PARTIE : LA GRILLE DE NOTATION

#### 2.1 Étapes de développement de la charte personnelle des sentiments

##### 2.1.1 Première version de la grille de notation, 2019

Afin de construire la charte des sentiments qui servirait de cadre pour l'annotation quotidienne de mes ressentis et ainsi la cueillette des données de mon projet visuel, j'ai combiné à l'automne 2019 la roue des sentiments de Robbs, celle de Willcox (1.4.2) et le modèle de Plutchik (1.4.3). L'objectif de cet exercice de construction d'une charte graphique ou grille de notation était de dresser une carte de l'ensemble des sentiments humains afin de vérifier quelles zones de cette carte je fréquentais.

J'ai d'abord adopté la structure circulaire de Robbs et de Willcox, c'est-à-dire la répartition des familles principales d'émotions dans le cercle du centre, puis la déclinaison de ces familles en mots plus précis dans les cercles intermédiaire et extérieur (figure 2.1). J'ai retenu les trois dyades de valences opposées de Willcox (joie-tristesse, colère-puissance, peur-paix), auxquelles j'ai ajouté la dyade confiance-dégoût de Plutchik, mais en la nommant originalement amour-haine. J'ai toutefois remplacé récemment cette dernière dénomination par attirance-répulsion, puisque ces mots représentent un état moins extrême de chacune des familles. Le modèle de Willcox était le seul à inclure la puissance comme opposé à la colère; j'ai adopté volontiers cette dyade, car je sentais que le sentiment de puissance était lié au sentiment d'agentivité qui est le but de ma recherche. Les modèles de Robbs et Willcox comptent tous deux 36 mots dans le cercle intermédiaire. Chez Robbs, chacun de ces mots est ensuite décliné en deux autres mots placés dans le cercle extérieur, pour un total de 72. Dans la roue de Willcox, le cercle extérieur ne compte que 36 mots, car il laisse des cases vides afin que les utilisateurs personnalisent la grille en y intercalant leurs propres mots.

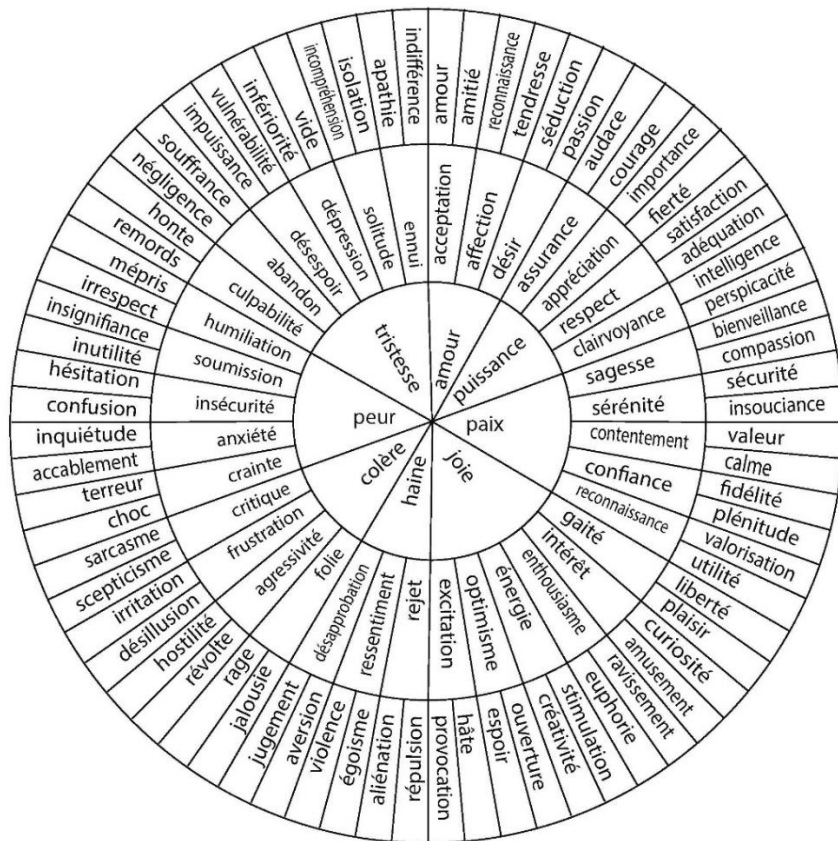


Figure 2.1 – Danielle Robitaille, (2019), *Charte des sentiments initiale*, visualisation graphique

Pour ma part, j'ai choisi d'inclure 72 mots sur le cercle extérieur. J'ai utilisé le vocabulaire des deux modèles, parfois en déplaçant certains des mots dans une autre famille et en modifiant certaines déclinaisons d'un mot du cercle intermédiaire vers ceux du cercle extérieur. Si j'ai adhéré aux modèles de Willcox et Robbs, c'est qu'ils calquent le système de la taxonomie : on donne un nom à une famille, qui se décline ensuite en sous-familles, puis en divers types plus particuliers. Cette hiérarchie qui rattache chaque mot à un niveau supérieur revêtait un aspect scientifique qui me semblait rationnel. J'ai adopté la subdivision en nombre variable du modèle de Robbs, qui ramifie chaque famille en sous-familles de 4 à 8 mots (alors que Willcox subdivise chaque famille en 6 termes). Par ailleurs, et même si je les ai remis en question par la suite, le cercle intermédiaire et ses sous-familles se révélaient intéressants sur le plan graphique, car ils introduisaient une

plus grande variation dans les disques produits par mes annotations quotidiennes (figure 4.1). Au début, j'utilisais des versions imprimées des cercles pour annoter mon état affectif quotidien, mais rapidement, j'ai trouvé qu'une grille Excel serait plus efficace en terme matériel. Je suis donc passée à une annotation sur une grille orthogonale numérique (figure 2.2), que je transposais en cercle par la suite.

Cette version de la grille permet de montrer l'évaluation de 72 états affectifs différents de façon simultanée. Ce que l'on ressent, à un moment précis, constitue la plupart du temps un amalgame d'émotions, de sentiments, peu importe leur valence. Le tout s'additionne pour former l'état affectif du moment. Malgré cela, lorsque j'ai utilisé cette roue pour offrir un atelier à des collègues étudiant.e.s, le commentaire principal que j'ai reçu concernait les oppositions trop évidentes, toutes les émotions dites « positives » étant placées d'un côté du cercle et les émotions « négatives » de l'autre. Dans leur perception, cette répartition selon la valence comportait un jugement de valeur. Or, comme l'indiquent les études de Larsen et McGraw (1.4.1), on peut être à la fois triste et joyeux, sans parler de toutes les autres émotions qui peuvent cohabiter simultanément avec ces états. De plus, bien que les mots des émotions soient connotés comme étant positifs ou négatifs, non seulement il faut considérer chaque émotion pour elle-même, peu importe sa valence, mais aussi se souvenir que l'effet d'une émotion négative n'est pas nécessairement négatif, de même que l'effet d'une émotion positive n'est pas toujours positif. Cela, nous l'avons vu, est confirmé par les études de Solomon et Stone (2002), du laboratoire dirigé par Jude Gruber et de Didi-Huberman.

Famille d'émotion	Subdivision en nombre variable de sous-familles	Mots qui font l'objet d'une évaluation quotidienne	Famille d'émotion	Subdivision en nombre variable de sous-familles	Mots qui font l'objet d'une évaluation quotidienne
<b>amour</b>	acceptation	amour	<b>haine</b>	désapprobation	jugement
		amitié			aversion
	affection	gratitude		ressentiment	violence
		tendresse			égoïsme
	désir	séduction		rejet	aliénation
	passion		répulsion		
<b>puissance</b>	assurance	audace	<b>colère</b>	critique	sarcasme
		courage			scepticisme
	appréciation	importance		frustration	irritation
		fierté			désillusion
	respect	satisfaction		agressivité	hostilité
		adéquation			révolte
	clairvoyance	intelligence		folie	rage
	perspicacité		jalousie		
<b>paix</b>	sagesse	bienveillance	<b>peur</b>	humiliation	mépris
		compassion			irrespect
	sérénité	insouciance		soumission	insignifiance
		sécurité			inutilité
	contentement	valeur		insécurité	hésitation
		calme			confusion
	confiance	fidélité		anxiété	inquiétude
		plénitude			accablement
	reconnaissance	valorisation		crainte	terreur
	utilité		choc		
<b>joie</b>	gaité	liberté	<b>tristesse</b>	ennui	indifférence
		plaisir			apathie
	intérêt	amusement		solitude	isolation
		curiosité			incompréhension
	enthousiasme	ravisement		dépression	vide
		euphorie			infériorité
	énergie	stimulation		désespoir	vulnérabilité
		créativité			impuissance
	optimisme	ouverture		abandon	souffrance
		espoir			négligence
	excitation	hâte		culpabilité	honte
	provocation		remords		

Figure 2.2 – Danielle Robitaille, (2019), *Charte des sentiments initiale*, instrument numérique

### 2.1.2 Deuxième version de la grille de notation, 2021

En décembre 2020, après plus d'un an d'utilisation de ma grille de notation initiale, j'ai décidé de la réviser afin de débiter l'année 2021 avec une grille améliorée. Il arrivait en effet, lors de mon évaluation quotidienne, que je ne trouve pas dans la grille initiale de mot juste correspondant à l'état affectif ressenti. Lorsque cela arrivait, je notais le terme afin de pouvoir éventuellement l'ajouter à mon outil. L'objectif de ma révision était donc d'abord et avant tout d'inclure un plus grand nombre de mots dans la nouvelle version de ma grille afin de couvrir la plus large gamme possible d'émotions humaines. Pour ce faire, j'ai consulté plusieurs listes de mots d'états affectifs disponibles sur internet, puis j'ai parcouru les listes de mots du *Geneva Affect Label Coder* de Scherer (2005) (1.4.5) et du modèle PANAS-X de Watson et Clark (1994) (1.4.6). J'ai ainsi colligé 420 mots différents.

L'utilisation répétée de la grille circulaire initiale avait également démontré l'inutilité du cercle intermédiaire, étant donné que seuls les mots du cercle extérieur faisaient l'objet de mon évaluation. Par ailleurs, le lien entre les mots des cercles intermédiaire et extérieur n'était pas aussi logique que je l'aurais souhaité. Il ne s'agissait pas réellement d'une déclinaison de termes, mais plutôt d'un assemblage de différents mots se rattachant tous à une même famille. Puisque l'intérêt du cercle intermédiaire ne tenait plus qu'à son impact visuel lors du traitement graphique, il avait perdu sa raison d'être. Je l'ai donc éliminé dans le processus de modification de la grille.

La subdivision initiale du cercle intérieur en 8 familles me convenait, mais j'ai trouvé assez rapidement que la subdivision en nombre variable de sous-familles pour les cercles intermédiaires et extérieurs était non justifiée : la variation donnait jusqu'à 12 mots par famille à évaluer quotidiennement. Après plusieurs tentatives, il m'a semblé que 8 subdivisions pour chacune des 8 familles étaient suffisantes pour inclure une gamme d'états affectifs distincts. La conséquence de cette répartition est l'obtention d'une structure carrée (8 familles x 8 subdivisions). Le nombre total de mots à évaluer quotidiennement passait ainsi de 72 à 64.

sentiment spirituel, béatitude, adoration, ferveur	attrance	communion
engouement pour une personne ou une activité, dévotion		passion
amitié, sentiment amoureux et familial, admiration		amour
affection, sympathie, fraternité, attendrissement		tendresse
générosité, reconnaissance		gratitude
affinité, se sentir reliée aux autres, à une communauté, empathie		connexion
attrait pour une activité, un domaine, désir, séduction		attrance
consentement, approbation, flexibilité, résilience	acceptation	
interne: utilité, accomplissement	puissance	fierté
externe: honneur, hommage, estime, importance, appréciation, succès, triomphe		valorisation
tolérance, considération par rapport à moi-même, de la part des autres et de moi-même, courtoisie		respect
aplomb, solidité, affirmation, autorité, maîtrise, autonomie		assurance
hardiesse, ténacité, fermeté, force, vaillance, motivation, courage, audace, persévérance, intrépidité		détermination
effort, vigilance, attention, efficacité		concentration
épanouissement, satisfaction, cohérence		adéquation
adresse, discernement, perspicacité, clairvoyance, acuité, compréhension, ingéniosité	intelligence	
harmonie, contentement, plénitude, sagesse, confort, équilibre	paix	bien-être
douceur, gentillesse, compassion, indulgence, bonté, altruisme, amabilité, prudence		bienveillance
fiabilité, certitude, ouverture		confiance
honnêteté, impartialité, vertu, franchise, loyauté, fidélité, pudeur, authenticité, humilité, modestie, discrétion		intégrité
absence de crainte ou d'inquiétude		sécurité
quiétude, stabilité, tranquillité, sérénité, patience, relaxation, contemplation, détente, décontraction		calme
détachement, impassibilité, légèreté		insouciance
assouplissement, consolation, réconfort, conciliation, réconciliation, apaisement, délivrance	soulagement	
jubilation, exultation, ivresse, exaltation, éblouissement, bonheur, enchantement, euphorie, extase	joie	ravisement
divertissement, délice, agrément, entrain, amusement, joie, gaité, jouissance, réjouissance, hilarité, exubérance		plaisir
originalité, énergie, animation, enthousiasme, créativité, inspiration, dynamisme		stimulation
étonnement, émerveillement, découverte		surprise (+)
émancipation, indépendance, sans-gêne, désinvolture, affranchissement, disponibilité		liberté
biais positif, encouragement		optimisme
anticipation, hâte, excitation		espoir
intérêt, envie de découvertes, de connaissances	curiosité	
vide, dépression, douleur, chagrin, blessure, malheur, deuil, pitié, peine, désespoir, détresse, misère, déséquilibre	tristesse	souffrance
insignifiance, découragement, abattement, déroute, résignation, infériorité, faiblesse, insuffisance, impuissance		pessimisme
abandon, retrait, incompréhension, solitude, exclusion		isolement
échec, amertume, déconvenue, désenchantement, désillusion, dépit, inadéquation, insatisfaction		déception
remords, honte, regret		culpabilité
fragilité, sensibilité		vulnérabilité
physique: abattement, prostration, lassitude, apathie, détachement, manque d'énergie, torpeur, léthargie		fatigue
psychol.: indifférence, langueur, inutilité, monotonie, cafard, songerie, nostalgie, mélancolie	ennui	
phobie, vertige, épouvante, affolement, hystérie, horreur, choc, panique, obsession, bouleversement	peur	terreur
frayeur, intimidation, effroi, suspicion, peur, soupçon, susceptibilité		crainte
consternation, stupéfaction, ahurissement, abasourdissement, ébahissement		surprise (-)
alerte, oppression, trac, tension, nervosité		stress
préoccupation, insécurité, appréhension, désarroi, malaise, angoisse, tourment, anxiété		inquiétude
soumission, lâcheté, fuite, timidité, gêne, procrastination, attente, flottement		évitement
désordre, précipitation, confusion, étourderie, frénésie, distraction, fébrilité		agitation
instabilité, oscillation, perplexité, indécision, manque d'assurance, incertitude, réticence, doute, inconstance	hésitation	
colère, fureur, folie, violence	colère	rage
dissidence, soulèvement, désobéissance, affront, indignation, protestation, contestation, provocation		révolte
malveillance, désaccord, agressivité, opposition, adversité		hostilité
rancœur, vengeance		rancune
compétition, convoitise, envie, rivalité, possessivité		jalousie
critique, dérision, raillerie, ridiculisation		sarcasme
vexation, agacement, contrariété, impatience, exaspération, mécontentement, frustration		irritation
incrédulité, défiance, méfiance	scepticisme	
malice, férocité, persécution, acharnement, humiliation, abaissement, aliénation, cruauté, haine	répulsion	méchanceté
ressentiment, fiel, détestation, aigreur		antagonisme
répugnance, écoeurément, antipathie, aversion, dégoût		répulsion
mésance, insolence, impertinence, impolitesse		irrespect
condescendance, suffisance, arrogance, hargne, dédain		mépris
intransigeance, intolérance, rejet, condamnation, désapprobation, critique (non nécessairement formulée)		jugement
prétention, complaisance, orgueil, narcissisme, mesquinerie		égoïsme
inattention, insensibilité, inconscience, négligence, paresse, imprévoyance, indolence	désintéret	

Figure 2.3 – Danielle Robitaille, (2021), *Charte des sentiments finale*, instrument numérique

Pour couvrir l'ensemble des états affectifs possibles à l'aide de ces 64 mots, j'ai opté pour une *gradation* de chacune des 8 subdivisions, c'est-à-dire que j'ai placé les mots en ordre décroissant de la plus forte manifestation à la plus faible (figure 2.3). Par exemple, les états affectifs inclus dans la famille de la tristesse vont de l'ennui (niveau le plus bas) à la souffrance (niveau le plus élevé). Cette progression d'intensité à l'intérieur d'une même famille d'émotions est tirée du modèle de Plutchik (1.4.3). Pour distribuer les 420 mots dans la grille de 64 cases, j'ai ensuite adopté la stratégie de la liste de synonymes de Scherer (*Geneva Affect Label Coder*, 2005, figure 1.7), qui permet de couvrir un très large éventail d'états affectifs. Ainsi, à chacun des 64 mots placés en tête de liste sont associés des quasi-synonymes qui correspondent environ au même niveau d'intensité. Ce que j'évalue quotidiennement, ce ne sont donc pas 64 mots, mais 64 *groupes de mots*, représentant au total 420 mots. À titre d'exemple, au mot *jalousie*, j'ai associé les quasi-synonymes *compétition, convoitise, envie, rivalité, possessivité*. Ces mots se situant au même niveau dans la famille de la colère, ils se ressemblent suffisamment pour être considérés comme des états affectifs semblables. L'intérêt de cette approche demeure que si de nouveaux mots se présentaient, je pourrai toujours les insérer au « bon niveau » d'intensité, comme quasi-synonymes, sans devoir modifier de nouveau ma grille.

Cette nouvelle version de ma grille de notation m'a permis de mieux refléter les dimensions de l'émotion que sont la valence et l'intensité, et de me rapprocher ainsi davantage de l'aspect scientifique que je souhaitais donner à mon outil. C'est sur elle que s'appuie la construction de mon projet final, *La pleine mesure*. Sans que je ne l'anticipe toutefois, ce changement de grille a eu pour conséquence majeure que les données récoltées avant janvier 2021 – une année entière de notations – ne pourraient pas être intégrées à l'œuvre finale, puisque la structure de ma première grille ne se prêterait pas au mode de codification visuelle que j'allais adopter.

### 2.1.3 Réflexion sur les catégories

Dans l'établissement de ma grille de notation finale, lorsque certains mots d'émotions pouvaient relever de deux ou de plusieurs familles différentes, j'ai dû trancher et les placer dans la catégorie qui semblait la plus appropriée. Tout relatif qu'il soit, ce rattachement de chaque terme à une famille d'émotion m'a été très instructif. Il m'est précieux d'apprendre, par exemple, que le sarcasme ressenti dans une situation donnée appartient à la famille de la colère : cela m'indique qu'une colère gronde sans que j'en aie eu conscience. Le sarcasme devient, dans mon expérience, un drapeau qui se lève pour m'avertir qu'il y a de la colère retenue, non traitée, qui pourrait croître et même dégénérer si je ne lui accorde pas un peu de mon attention et de ma bienveillance.

Bien qu'il puisse sembler étrange de recourir à un système pour catégoriser et mesurer mes états affectifs, plutôt que de simplement les ressentir, Barrett (2009) explique que notre cerveau procède sans arrêt à des catégorisations, que nous en soyons conscients ou non : « It happens as a natural consequence of the way the brain works. Human brains categorise – continuously, effortlessly, relentlessly. » (p. 1291) Mieux vaut, dès lors, observer les critères qui régissent ces catégories et gagner en agentivité, que d'être inconsciemment agi-e par elle. Il importe toutefois, précise Barrett (2012), d'avoir conscience que la création d'une telle grille de notation sera toujours une activité subjective :

The categories that we use to create mental facts from physical ones (whether they are universal or culturally unique) are those that people find convenient and useful for various functions. As a result, mental categories will never be value neutral – they will always have a certain philosophy of mind and cultural worldview in which they are embedded that is relative to the needs and values of a specific group (i.e., culture) of humans. (p. 424)

Comme il s'agit d'un projet personnel en arts visuels, et non d'un protocole à utiliser dans le cadre d'évaluations de groupes à réaliser en psychologie, je suis très à l'aise avec la grille finale que j'ai composée. Par ailleurs, la lecture des nombreux textes de spécialistes a bien démontré l'absence de consensus sur la nature des émotions. Aucun modèle ne peut encore prétendre être définitif et scientifiquement exact.



## 2.2 Association couleur-émotion

Rapidement au cours de l'élaboration de mon projet, j'ai voulu représenter les émotions par des couleurs. Avant de m'attarder à la structure du modèle de traduction que j'allais créer, j'ai donc tenu à vérifier si ce type d'association émotion-couleur avait déjà fait l'objet de recherches récentes. L'article de Fugate et Franco (2019), « What color is your anger? Assessing color-emotion pairings in English speakers », m'a été très utile parce qu'il vise à vérifier s'il existe des associations couleurs-émotions qui soient bien établies dans la culture occidentale anglophone. Les deux chercheuses montrent d'abord que la psychologie populaire tend à créer spontanément des associations émotion-couleur, comme en témoigne de manière exemplaire le film *Inside Out* des studios Disney et Pixar<sup>5</sup>, où une fillette vivant une situation difficile est aux prises avec ses émotions. Cinq émotions principales (joie, peur, colère, dégoût et tristesse) sont représentées par des personnages ayant chacun une couleur (respectivement jaune, mauve, rouge, vert et bleu).

Les recherches plus approfondies de Fugate et Franco (2019) démontrent similairement qu'en Occident la couleur rouge est la plupart du temps associée à la colère, la couleur bleue, sous différentes teintes, au calme, et les différences teintes de vert à l'envie. Les autres couleurs ont des connotations moins évidentes, les résultats étant souvent partagés. Quatre des dix émotions ayant fait l'objet de tests ont démontré une certaine constance, mais la colère est celle qui a recueilli le consensus le plus élevé. Les chercheuses concluent donc que des associations existent, mais qu'elles sont très variables et qu'elles peuvent être influencées par de nombreux facteurs. Au vu de ces nombreuses variations, il est possible d'affirmer qu'il n'y a ni spécificité ni constance dans les associations émotions-couleurs. Lorsque des tendances se manifestent au cours des expériences, elles sont niées par des expériences subséquentes si seulement quelques paramètres ont été modifiés.

---

<sup>5</sup> Il est intéressant de noter que le psychologue Paul Ekman (voir 1.1.1) a été conseiller scientifique pour la réalisation de ce film.

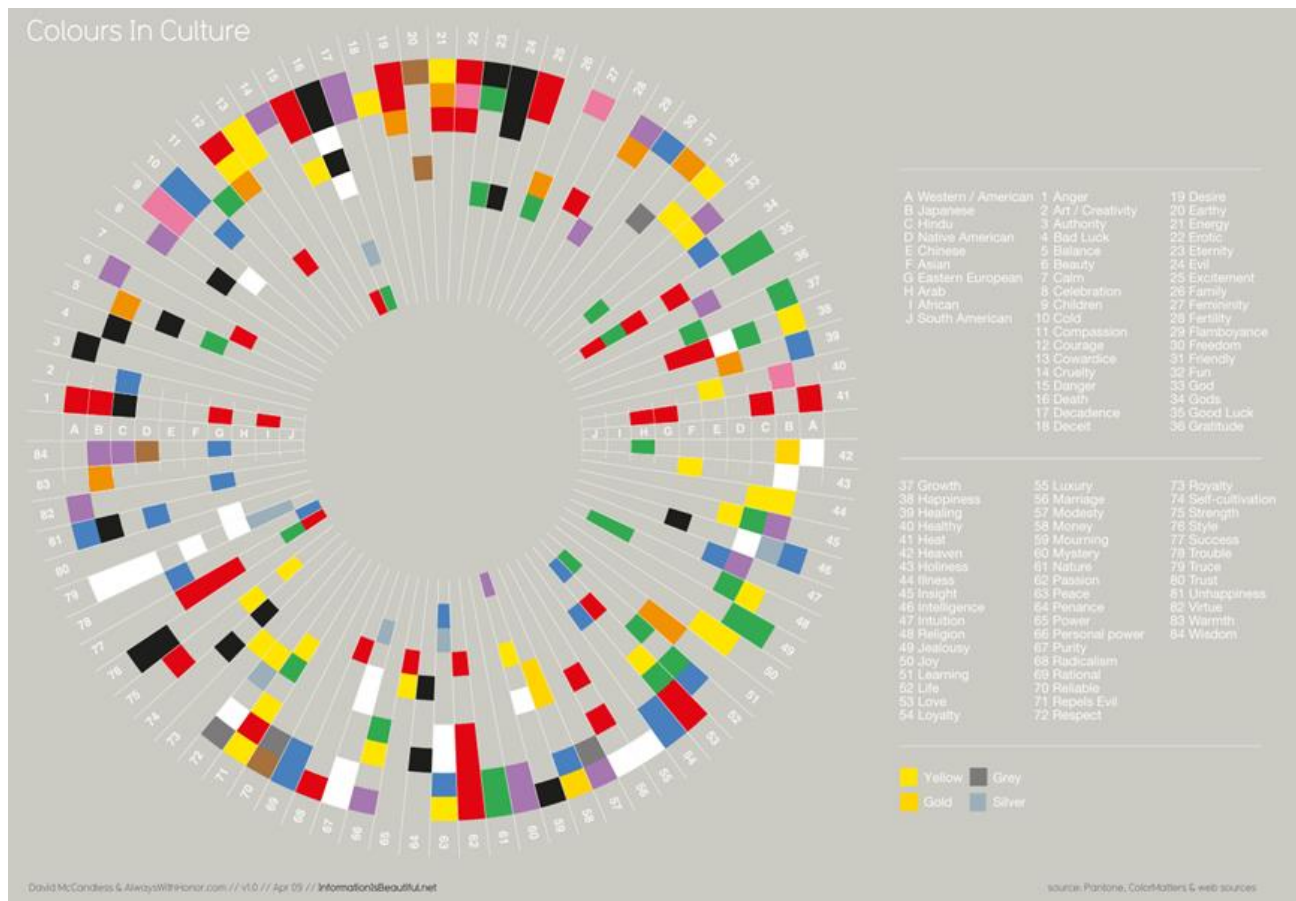


Figure 2.4 – Schéma *Colours in culture* de David McCandless  
Tirée du site <https://informationisbeautiful.net/visualizations/colours-in-cultures/>

Dans *Le petit livre des couleurs*, Michel Pastoureau (2005) relate l'évolution de la perception des couleurs. Ce parcours historique démontre à quel point les couleurs sont associées à des significations différentes selon les époques. Le vert, pour ne donner qu'un exemple, était autrefois une couleur instable à cause des processus de teinture utilisés. Il a donc été associé à ce qui est changeant – le hasard, le destin, la chance ou la malchance. La dimension négative de cette couleur ne s'est démentie que très récemment, depuis qu'elle est associée à la nature et à l'écologie.

Cette variabilité des associations est explicitement illustrée par le graphique du journaliste David McCandless (figure 2.4), qui expose les associations émotions-couleurs faites en tenant compte du lieu d'origine des répondants. Le graphique représente les mots de 84

émotions ou sentiments, chacun étant placé sur un rayon du cercle; les couleurs qui leur sont associées par des personnes de dix groupes ethniques ou géographiques différents sont réparties l'une au-dessus de l'autre le long de chaque rayon. À titre d'exemple, le rayon 38 (à environ deux heures sur le cercle) correspond au bonheur : il est représenté par le rouge en Chine et en Asie, par le blanc chez les Autochtones américains, en vert par les Hindous et en jaune par les Occidentaux et les Américains.

L'étude de Patricia Valdez and Albert Mehrabian résumée dans « Effects of color on emotions » (1994) cherche aussi à établir s'il existe de telles associations et arrive à la conclusion que ce sont moins les couleurs qui importent, que la luminosité et la saturation de ces couleurs : « darker colors are likely to elicit feelings that are similar to (or weaker variants of) anger, hostility, or aggression. Darker colors are also expected to elicit feelings that constitute components of aggression, anger, or hostility », expliquent-ils (p. 408). Cette conclusion s'avérerait très pertinente pour l'établissement de mon modèle : si la recherche sur la variabilité historique et culturelle des associations couleur-émotion me laissait très libre d'établir les paires les plus significatives pour moi, l'élaboration de ma gamme chromatique s'appuierait néanmoins sur ce lien entre les couleurs foncées et les émotions à valence négative.

## 2.3 Quantification de soi

### 2.3.1 Définition

La quantification de soi ou automesure est l'action de mesurer des éléments tangibles à propos de soi-même, qu'il s'agisse des variations de son taux de sucre, de sa consommation de temps d'écran, de kilomètres parcourus dans la journée, etc. Cette approche, qui était autrefois restreinte à des cas particuliers habituellement liés à des questions de santé (compter les calories ingérées par jour, suivre un cycle d'ovulation comme méthode de contrôle des naissances), sont devenues plus fréquentes ces dernières années, en bonne partie à cause de la prolifération de dispositifs électroniques permettant de colliger facilement des données personnelles au sein de sociétés visant

l'amélioration individuelle. Bien que mon projet mesure les manifestations intangibles que sont les émotions, sa grille de notation s'inscrit tout de même dans cette approche de la quantification de soi. Cet aspect d'automesure mérite qu'on s'y attarde, car il comporte des enjeux à considérer.

### 2.3.2 Le mouvement *Quantified Self*

La création, en 2007, du mouvement *Quantified Self* (QS) par Gary Wolf et Kevin Kelly, deux éditeurs du magazine *Wired*, témoigne de l'engouement croissant pour cette pratique. L'organisme, dont la devise est « Self-knowledge through numbers », est maintenant présent dans plus de cent villes et compte environ vingt-cinq mille membres à travers le monde. Sur le site web de QS, on retrouve divers outils d'aide aux utilisateurs. Le site met de l'avant l'article 27 de la Déclaration universelle des droits de l'Homme (*sic*), dont le premier alinéa stipule que « Toute personne a le droit de prendre part librement à la vie culturelle de la communauté, de jouir des arts et de participer au progrès scientifique et aux bienfaits qui en résultent. » Les exemples offerts par QS ont donc trait à la santé et sont une proposition de participation à la portion scientifique de la déclaration : mesurer son taux de cholestérol, son cycle menstruel, ses heures de sommeil, etc. L'organisme prend l'engagement suivant : « Quantified Self supports every person's right and ability to learn from their own data. » ([quantifiedself.com](http://quantifiedself.com))

Une des caractéristiques importantes de ce mouvement est celle de la technologie. Le mouvement est associé à l'accumulation et parfois à la transmission de données numériques, la plupart du temps par le biais de dispositifs électroniques, bien que le site montre aussi qu'il est possible de procéder à une enquête sans l'aide de tels dispositifs (figure 2.5). L'artiste Laurie Frick (2014) affirme qu'elle a tout appris ce qu'elle sait sur l'automesure grâce au mouvement QS. Durant ses conférences, elle dit souvent que la meilleure façon d'étudier ou de comprendre quelque chose est de le mesurer.

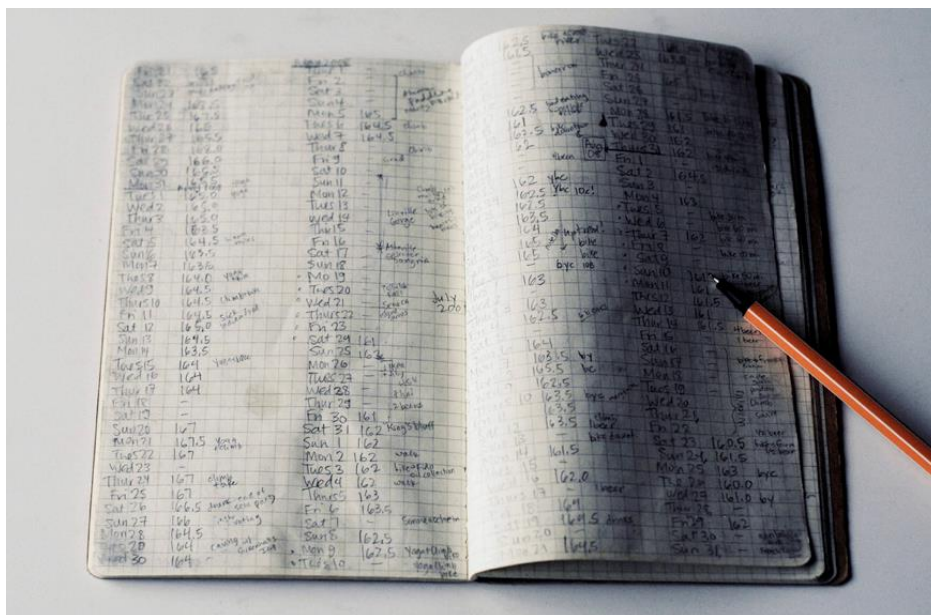


Figure 2.5 – Exemple de la tenue d'un registre d'automesure  
Tirée du site <https://quantifiedself.com/get-started/>

### 2.3.3 Enjeux

De nombreux chercheurs mettent en garde contre l'approche de la quantification de soi. Dagiral, Licoppe, Martin et Pharabod (2019) dans « Le Quantified Self en question(s) – Un état des lieux des travaux de sciences sociales consacrés à l'automesure des individus », dénoncent l'utopie que représente ce type de processus, comme « l'illusion du gouvernement par les nombres ou l'illusion de l'harmonie par le calcul » (Alain Supiot cité p. 45). Certes, comme le soulignent Dagiral *et al.*, « nous vivons dans une "ère de la mesure" » (p. 41), mais l'« idée d'une optimisation de soi [...] résonne également avec le développement des dispositifs gestionnaires qui sont le bras armé et concret du néolibéralisme » (p. 30). Non seulement faut-il bien choisir quel dispositif on utilise, mais encore faut-il décider si on accepte que les données soient transmises ou partagées avec des tiers. Car, Dagiral *et al.* nous rappellent que « les données produites par le *self-tracking* deviennent des biens avec une valeur économique » (p. 33). Selon les auteurs, on reconnaît là la crainte de « l'administration des corps et la gestion calculatrice de la vie » (p. 31) pressentie par Michel Foucault (1976). En effet, « en rendant accessible aux individus et à d'autres une représentation d'eux-mêmes extérieure à leur propre

expérience, ils rendent les personnes vulnérables à des normativités comportementales » (p. 31). Il évoque enfin un risque réel : « La surveillance digitale dans un univers de données nourrit et facilite des évaluations et des catégorisations comme individus à risque, permettant de regrouper ceux-ci pour les soumettre à des politiques de contrôle particulières. » (p. 32) Nous sommes alors en plein dans le monde du contrôle décrit par Foucault.

Dans l'article « A new quantified self: embodied pedagogy and artistic practice », les chercheuses Berdugo et Nicely (2019) avancent pour leur part que lorsque nous nous soumettons à la collecte de données sur soi à l'aide de dispositifs qui nous sont extérieurs, ces dispositifs ont pour effet de nous éloigner de nos sensations physiques et nous retirent graduellement notre confiance dans nos sensations, comme si leur légitimité ne pouvait exister sans la confirmation d'un appareil.

Nelesi Rodriguez nuance ces conclusions dans « The Question of the Subject in Times of the Quantified Self » (2018). Elle souligne que selon l'orientation que nous donnons à un projet et les valeurs qui le sous-tendent, l'automesure peut tout autant nous soumettre aux intentions de productivité et d'efficacité du marché, que nous offrir des outils pour mieux se connaître de façon créative. Elle donne à titre d'exemple d'un tel impact positif de l'automesure le projet *Dear Data* (2016) (figure 2.6), qui est le résultat d'une correspondance entre deux conceptrices en design visuel, Giorgia Lupi et Sefanie Posavec. Pendant un an, sous forme de cartes postales, elles se sont envoyées un bilan mensuel faisant état d'informations personnelles prélevées de leur quotidien (odeurs senties, personnes rencontrées, sons entendus, objets encombrant la surface de leur bureau, liste de souhaits, etc.). La particularité de ces cartes était d'être entièrement dessinées à la main; chacune est donc une exploration de la facture artisanale ou ludique que peut prendre la visualisation de données :

*Dear Data* is an example of how might we recuperate agency, resistance, and subjectivities in digital self-tracking [...] They engage with the process of monitoring in several ways simultaneously [...] and sometimes designing the tracking instruments themselves. By creating analogue visualizations of their data, they re-appropriate personal information that has become foreign to them as result of digital mediation. Finally, self-tracking in these

postcards loses its instrumental or productive value: data is gathered for the purpose of exploring [...] alternative ways of understanding the self. (Rodriguez, p. 48)

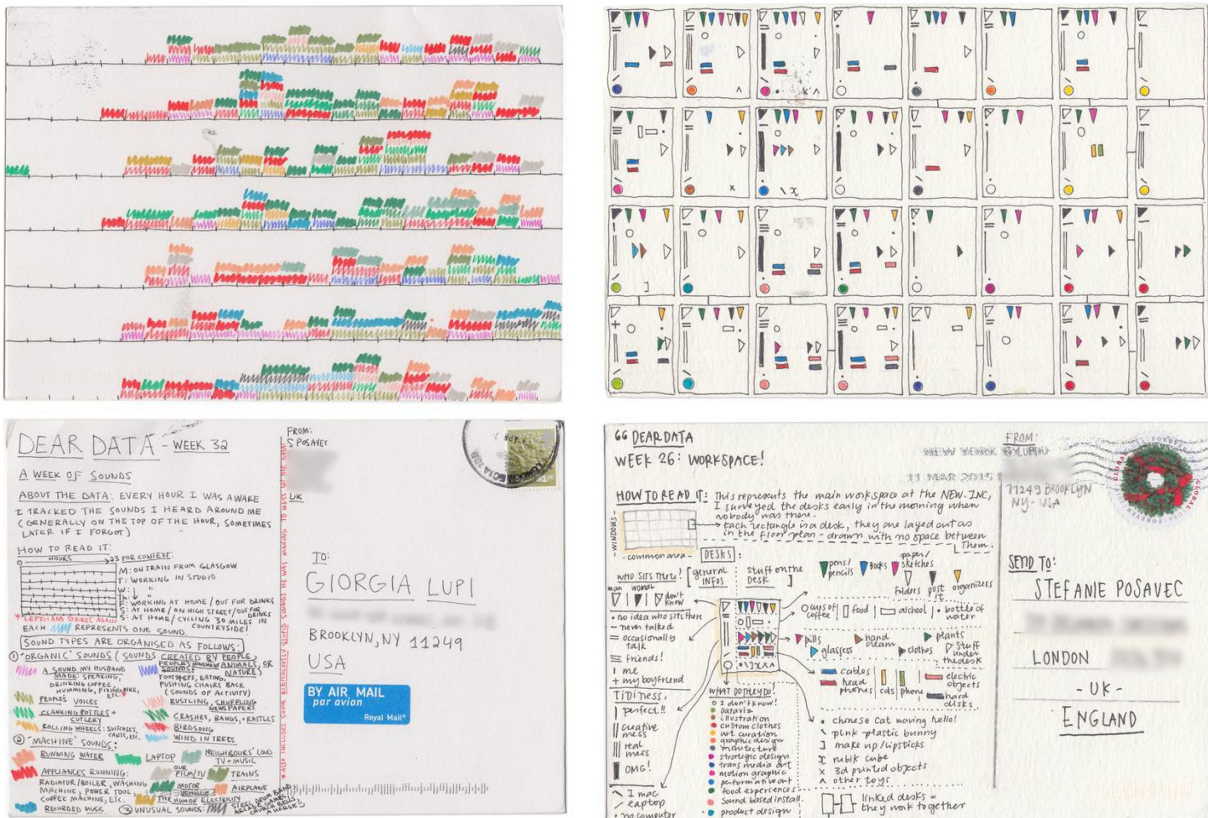


Figure 2.6 – Giorgia Lupi et Stefanie Posavec, (2016), *Dear Data* (détail)  
Tirée du site <http://www.dear-data.com/theproject>

Les enjeux soulevés dans les paragraphes précédents sont pertinents et doivent être considérés dans tout projet qui inclut une composante d'automesure. La façon dont j'ai élaboré mon projet me protège toutefois de la plupart des risques évoqués. Il met en effet de l'avant le caractère subjectif de l'exercice, même s'il s'agit d'automesure. Le fait que j'ai produit moi-même le modèle de notation spécifiquement pour mon projet et qu'il ne comporte pas de transmission des données de base recueillies (chiffres de la grille Excel) accentue l'indépendance de mon processus par rapport à tout dispositif ou protocole externe. Comme c'est le cas dans le projet des cartes postales évoqué ci-haut, le but de

mon projet est l'augmentation de la connaissance de soi par l'entremise d'une approche créative et de la matérialisation des données.



## CHAPITRE 3

### FILIACTIONS ARTISTIQUES

Ce chapitre est consacré à l'établissement des inspirations et filiations artistiques de mon projet de création. Les approches artistiques suivantes seront examinées : le sujet des émotions dans l'art, la perception de la couleur, l'abstraction formaliste, l'art du protocole et l'art des données. Chaque approche correspond à un aspect particulier de mon œuvre et sera étudiée par l'analyse de quelques œuvres spécifiques.

#### 3.1 Art et émotions

##### 3.1.1 Catherine Grenier : le retour du refoulé

Parce que les émotions constituent le sujet principal de mon projet de recherche, j'ai d'abord voulu examiner comment ce sujet était abordé du point de vue de l'art. Dans *La revanche des émotions* (2008), l'historienne de l'art, Catherine Grenier situe très particulièrement le rôle de l'émotion dans l'évolution des pratiques artistiques récentes. Elle déclare d'emblée que « le pathos et l'empathie règnent aujourd'hui sur l'art contemporain » (p. 7). Retraçant le parcours de l'art actuel, elle démontre en effet de quelle façon le retour de l'émotion rompt avec l'art de l'époque précédente, où la plus grande distanciation était de mise. Alors que l'art au 20<sup>e</sup> siècle a tenté d'informer, d'initier, de questionner le spectateur, Grenier dit qu'aujourd'hui, les artistes veulent tout d'abord le *toucher*.

Les avant-gardes, en succédant à l'impressionnisme, ont nié tout romantisme. Très rapidement, les émotions se sont donc trouvées rejetées au profit d'un art autoréférentiel et donc éminemment conceptuel. Grenier explique que « la primauté de l'idée, du concept contribue à l'établissement d'une coupure entre la personnalité de l'artiste, son geste et la signification de l'œuvre. » (p. 22) Or, pense-t-elle, les bouleversements de société au

tournant du 21<sup>e</sup> siècle – la chute du mur de Berlin, le choc du sida, les attentats terroristes, etc. – ont transformé l'art, qui a cheminé vers « une contamination de l'œuvre par les données sensibles et l'apparition d'une dimension psychologique et affective auparavant déniée. » (p. 23) Grenier indique que ce mouvement était encore impensable à la fin des années 1990, alors que le pathos, qu'elle définit comme « toutes les catégories des émotions et du sensible, depuis le rire jusqu'aux pleurs » (p. 7), est devenu en dix ans l'outil principal que les artistes utilisent pour interpeller les spectateurs.

Parmi les exemples qu'elle donne, on note la présence des artistes Robert Morris, Annette Messager, Christian Boltanski, Peter Doig, Pierre Huyghe et Maurizio Cattelan. Tous ces artistes, selon son analyse, ont placé l'émotion au centre de leur travail, en la rendant manifeste dans leurs œuvres. Certains précurseurs, comme Boltanski ou Messager, ont d'ailleurs été l'objet de vives critiques lorsque leurs œuvres ont commencé, avant l'heure, à intégrer des signes de pathos. « Ce n'est que tout récemment, [...] que l'art contemporain accorde droit de cité au pathos hors de toute référence ou distance critique. » (p. 22)

Étant donné le titre du livre, j'avais espéré que j'y trouverais des artistes dont les œuvres examinent directement leurs propres émotions, comme je tente de le faire, mais tel ne fut pas le cas. Contrairement aux artistes retenus par Grenier, bien que les émotions soient le sujet central de mon projet, elles ne sont pas pour autant manifestes. L'approche que j'utilise me place en observatrice par rapport à mon sujet, soit à mi-chemin entre les artistes contemporains qui maintenaient volontairement une certaine distanciation, et ceux de l'art actuel dont parle Catherine Grenier, qui intègrent la force du pathos dans leurs œuvres.

### 3.1.2 Bill Viola : cataloguer les émotions

Bien que très différente de mon projet dans sa manifestation matérielle, la série d'œuvres *The Passions* (2003), de Bill Viola, est incontournable pour mon projet, puisque les émotions humaines en sont le sujet.



Figure 3.1 – Bill Viola, (2002), *Observance* (détail)  
Tirée de « Bill Viola reimagines the Renaissance with a retrospective in Florence », par H. Stoilas, 2017,  
*The art newspaper*.

Dans la lignée des œuvres évoquées par Grenier (2008), qui rendent les émotions manifestes, Viola nous montre en effet des sujets en proie à de violentes émotions. Bosséno (2004) dit même de l'œuvre *The Passions* (2003) qu'elle représente une « variation sur les “couleurs primaires” de l'âme humaine (la joie, la tristesse, la colère et la peur) » (p. 55), car l'artiste réussit à « décomposer l'histoire physique d'un rire, d'un mouvement de peur ou de désespoir, d'une colère, capter l'origine et l'aboutissement d'une expression » (p. 56).

*Six Heads* (2000), une œuvre de la série *The Passions*, montre six visages affichant chacun une expression différente. On peut comme Meyer (2008) y voir une évocation d'œuvres anciennes, telles les *Expressions des passions de l'âme* de Charles Le Brun

(1668); j'y vois aussi un rapprochement avec le catalogue de Paul Ekman (1.1.1) décodant les manifestations faciales de différentes émotions.

*Observance* (2002), porte plus spécifiquement sur le deuil ou la tristesse. Dans cette œuvre, on voit des gens défiler en rangs serrés et regarder quelque chose qui nous demeure invisible, mais qui les affecte grandement. Ils démontrent de la tristesse, de l'affliction, voire un choc émotif. Les personnes sont habillées de façon contemporaine, mais la composition du tableau, de même que les couleurs de leurs vêtements, sont inspirées du tableau *Les quatre Apôtres* (1526) de Dürer. *Observance* est en effet issue du séjour de recherche de Viola, en 1998, au Getty Research Institute, durant lequel il a étudié la représentation des passions dans les œuvres anciennes. Il s'agit, comme pour les autres œuvres de la série, d'une vidéo jouée au ralenti sur un écran plat placé au mur. Non seulement l'œuvre nous montre-t-elle des émotions, mais elle nous les fait ressentir. J'ai réellement été saisie par la vue de ce défilé ralenti et silencieux, telle une procession funéraire. Cette vidéo stimule ainsi un sentiment humain important : l'empathie.

### 3.1.3 Douglas Gordon : regarder la peur en face

L'œuvre *From God to Nothing* (1997) de Douglas Gordon est composée d'une série d'énonciations portant sur la peur. Anne-Marie Ninacs (2011) explique que l'artiste a produit la longue énumération de ses peurs pendant une performance. Il affiche la liste des 150 énoncés sur une ligne horizontale, dans une salle où les mots, en lettres blanches, sont appliqués sur des murs peints en bleu nuit. La pièce n'est éclairée que par trois ampoules; le fait qu'elles soient placées à des hauteurs différentes, représentant les trois étages « de la tête, du cœur et du sexe stimulés par la frayeur » (p. 202) est une évocation très puissante. Selon Latreille (2016), ces trois aspects invitent « le visiteur à une réflexion sur ses pulsions, ses émotions, ses pensées. »

L'ensemble de l'être est en effet convoqué et potentiellement affecté par les différentes peurs qui font l'objet de l'énumération. La liste des peurs énoncées va de la « peur de Dieu », placée en début de liste, jusqu'au dernier élément de cette liste, soit la « peur de rien ». Entre ces deux extrêmes, se trouve une gamme de peurs d'importance variées :

« ... peur des amis... peur des ennemis... peur de l'échec... peur du succès... peur de la nourriture... peur de l'eau... peur du sang... ». (Ninacs, 2011, p. 202) La variété de l'ampleur des peurs évoquées est un indice de l'acuité du regard qui s'est penché sur ce sujet. On perçoit bien, dans cet exercice, la posture de l'artiste qui explore frontalement, sans esquive, l'une de ses émotions et en recherche toutes les manifestations.

Cette tactique d'affrontement de ses peurs, explique Ninacs, Picasso l'évoque lorsqu'il propose que si « nous donnons une forme aux esprits, nous devenons indépendants, [... les] esprits, l'inconscient [...], l'émotion, c'est la même chose » (p. 201). La commissaire reprend cette proposition pour son compte en affirmant qu'en ce qui concerne « les peurs qui nous hantent – leur donner une forme est la meilleure façon de nous affranchir un tant soit peu de leur pouvoir et d'arriver à les infléchir. » (p. 208) La forme qu'a choisie Gordon, à savoir une liste d'énoncés, correspond à son regard frontal. Il propose aux visiteurs cette liste dans une présentation dépouillée, sans détournement ni opacification. On ne peut se méprendre sur le sens des mots.

Latreille (2016) suggère que cet exercice puisse être le « levier d'une libération complète », puisque pour les visiteurs, l'exercice de la lecture des quelques 150 éléments de la liste pourrait constituer une « méditation, faisant de l'intériorisation elle-même un processus d'éclaircissement ». En nous livrant le résultat de son examen, l'artiste nous invite en effet à examiner nos propres peurs, chaque personne pouvant chercher à évaluer intérieurement chacun des énoncés. Cette interpellation du spectateur fait partie de la démarche de Gordon; Ninacs (2011) décrit ce procédé comme le « revirement de l'autobiographie de l'artiste à l'autodiagnostic du spectateur » (p. 202).

Il y a, dans cette œuvre, une ressemblance avec le regard neutre mais intègre et curieux que je pose sur les émotions que je ressens lors de mon exercice quotidien de cartographie. La différence loge dans le fait que Gordon traduit ses impressions en mots le plus précis possible, alors que j'emploie les couleurs. N'ayant pas fait l'expérience de l'œuvre, je me demande si la peur des émotions fait partie de la liste des énoncés de Gordon. Quoi qu'il en soit, la mise en examen puis le transfert en images colorées de mon

ressenti émotif constitue très certainement une façon d'affronter, en lui donnant une forme, ma peur de l'ampleur de certaines émotions.

## 3.2 Perception de la couleur

### 3.2.1 Jacqueline Lichtenstein : le vieux débat dessin-couleur

Puisque la traduction de mes notations quotidiennes passe principalement par la couleur, il est incontournable d'examiner plus en détail ce sujet. Le livre *La couleur éloquente*, de Jacqueline Lichtenstein (2013), examine l'opposition entre le dessin et la couleur, en retraçant ses sources dans le domaine de la philosophie, puis en comparant ensuite ce débat avec celui concernant la rhétorique pendant l'Antiquité. Le parcours que trace ce livre est intéressant, car il convoque certains philosophes et courants de pensée dont le raisonnement continue encore aujourd'hui d'influencer notre perception de l'art et du rôle qu'y joue la couleur.

Lichtenstein rappelle que Platon est un des premiers à établir ces préceptes. En effet, il « condamne comme “laides” toutes les pratiques qui “visent à l'agréable sans souci du meilleur” et qu'il désigne du terme générique de “flatteries”. » (p. 63) Le point de départ de cette hiérarchie beau/laid est le dualisme entre les mots et les images, dont il n'est pas étonnant que les mots sortent gagnants, puisque les règles ont été établies par les philosophes... (p. 15) En associant la couleur à ce qui relève du sensible, par opposition à la réflexion, on lui accole ainsi une connotation négative. La couleur devient inférieure au discours, aspect qui est accentué quand on la qualifie de « séductrice » puisque la couleur prend alors une connotation de faiblesse morale.

La lecture du livre de Lichtenstein m'a permis de mieux comprendre d'où viennent les réticences parfois perçues au sujet de la couleur. Il m'apparaît que mon projet porte toujours la trace de cette ancienne dualité émotion-raison. En effet, il cherche à examiner un objet non rationnel, mon propre état affectif, grâce à un processus rationnel, l'utilisation d'une grille d'évaluation et d'une traduction codifiée. La méthode de notation dans un

chiffrier et la traduction en mode visuel sont faites de façon structurée, répétitive, selon un protocole préétabli. Pourtant l'établissement du protocole et de la grille de notation a été mené de manière intuitive et itérative jusqu'à atteindre un résultat que seule l'appréciation subjective a permis de dire qu'il était au point. Comme j'utilise principalement la couleur pour traduire les résultats et comme je suis arrivée en art par le chemin de la peinture principalement parce que la couleur est l'élément qui m'attirait le plus, mon processus artistique s'appuie fermement sur le sensible. Pour cette raison, il était exclu pour moi de poursuivre un projet de longue haleine en noir et blanc.

### 3.2.2 Guy Pellerin : la mémoire des lieux

Les couleurs proposées par les tableaux monochromes de Guy Pellerin évoquent des lieux ou d'autres œuvres. Dans son mémoire de maîtrise intitulé *Les desseins de la couleur seule : peinture et monochromie chez Guy Pellerin, Stéphane Larue et Francine Savard*, Marie-Ève Beaupré (2009) affirme que Pellerin pratique « la citation chromatique » et que sa pratique est « parfois autobiographique [...] et d'autres fois référentielle » (p. 4). Elle définit la couleur « référentielle » comme « une couleur construite, puisque prélevée depuis des fragments d'architecture » (p. 33). L'exemple qu'elle donne est celui de couleurs prélevées dans un commerce du boulevard Saint-Laurent, à Montréal, où des portions de murs montrent des variations de couleur du fait d'avoir été masquées pendant de nombreuses années, voire des décennies, et d'être à présent dénudées. Selon Beaupré, Pellerin « nomme ce procédé le *chronochromatisme*. Il le définit comme la mémoire de la couleur, soit l'inscription du temps par et dans la couleur. » (p. 37)

Pour l'œuvre n° 356 – *cathédrale Saint-Charles-Borromée, Joliette*, (2004), les monochromes de Pellerin reconstituent certaines des couleurs des vingt-trois tableaux d'Ozias Leduc ornant la cathédrale Saint-Charles-Borromée. Son processus de création commence par le choix de deux ou trois couleurs sur chacun des tableaux de Leduc dont il a pris une photo, pour un total de 48 couleurs. Sur des pages tirées d'un carnet relié par une spirale dont il a conservé les perforations, il commence par apposer des couleurs préparatoires sur les deux faces de chaque feuille. Dans *Guy Pellerin : La couleur d'Ozias*

*Leduc*, Lacroix (2004) explique que Pellerin utilise, pour ce faire, des couleurs qui proviennent d'anciens projets, intégrant ainsi son projet ponctuel à sa démarche d'artiste dans le temps. Il poursuit le recouvrement des feuilles jusqu'à atteindre la couleur qu'il cherche à reproduire. Près des trous de l'ancienne reliure spiralée, la limite de la surface peinte laisse apparaître les débordements de certaines des couleurs sous-jacentes (figure 3.2).

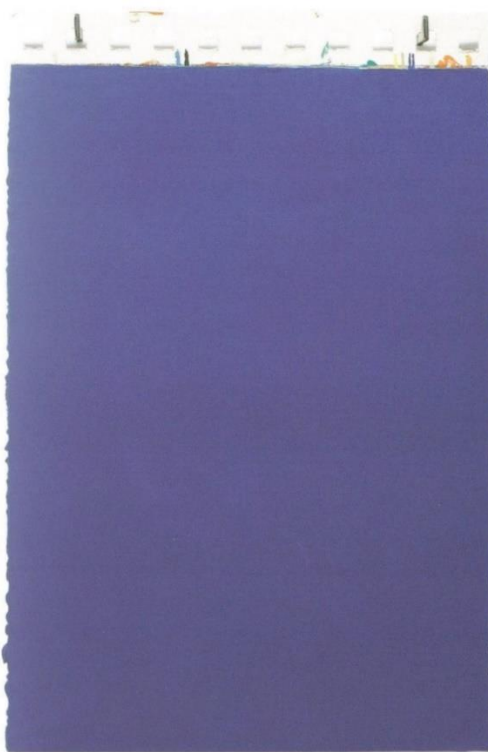


Figure 3.2 – Guy Pellerin, (2004), *no 356 – cathédrale Saint-Charles-Borromée, Joliette* (détail)  
Tirée de « Guy Pellerin : La couleur d'Ozias Leduc » par L. Lacroix, 2004, Musée d'art de Joliette. (pl. 2B)



Dans « Guy Pellerin : Peindre loin (et construire) », Murphy (2012) explique pour sa part que « la couleur chez Pellerin est le vecteur d'une émotion liée à une expérience intime. On pourrait penser au travail de Pellerin comme à une sorte de topographie de la mémoire, de ses lieux, ses sensations, ses vibrations », écrit-il (p. 17). L'œuvre de cet artiste fait appel à la couleur des lieux et des souvenirs qu'on en garde ou qu'ils évoquent. De manière similaire, je cherche à associer des sentiments ou des états d'être à des couleurs, et ce en combinant autant différentes tonalités que différentes saturations de celles-ci.

### 3.2.3 Josef Albers : l'interaction des couleurs

Dans le livre *L'interaction des couleurs*, le peintre Josef Albers (2013) démontre de quelle façon la juxtaposition de couleurs peut modifier nos perceptions. Une couleur est toujours perçue en fonction de ce qui l'entoure. Il affirme que la couleur est avant tout psychologique. L'œuvre *Fonds inversés* (1963) (figure 3.3) montre bien en effet à quel point notre cerveau peut nous tromper. Il suffit de suivre la ligne pour constater à quel point la couleur apparente du grand X change en fonction du fond coloré duquel elle se détache : elle paraît jaune sur le fond lilas, et lilas sur le fond jaune.

Dans le protocole que j'ai établi pour la traduction de mes données, ce sont aussi les interactions entre les couleurs qui créent l'intérêt du collage numérique, mais cette interaction s'effectue par la superposition de couleurs dont la transparence varie. C'est ce procédé qui produit des carrés aux coloris nuancés et différents les uns des autres. Ces couleurs sont souvent rompues, au point où il peut devenir parfois difficile de trouver un nom juste pour les qualifier. À ce sujet, Lacroix (2004) dit que les couleurs des tableaux de Pellerin (3.2.2) sont toutes des teintes rompues, dont le nom, jamais simple, reflète la complexité de la couleur. Lacroix les énumère ainsi : « [...] gris vert, au brun rouge, au bleu mauve à l'or brun [...] vert ardoise ou le vert olive [...] rose pourpré, l'ocre jaune [...] la pervenche, le bourgogne, la garance et la prune. » (p. 73) Il évoque aussi les « nuances physiques que l'œil perçoit et que la langue reste incapable de nommer sinon par des périphrases approximatives. » (p. 73). Sur le plan de la perception, ce serait donc la couleur-émotion qui sortirait gagnante de sa lutte avec les mots.

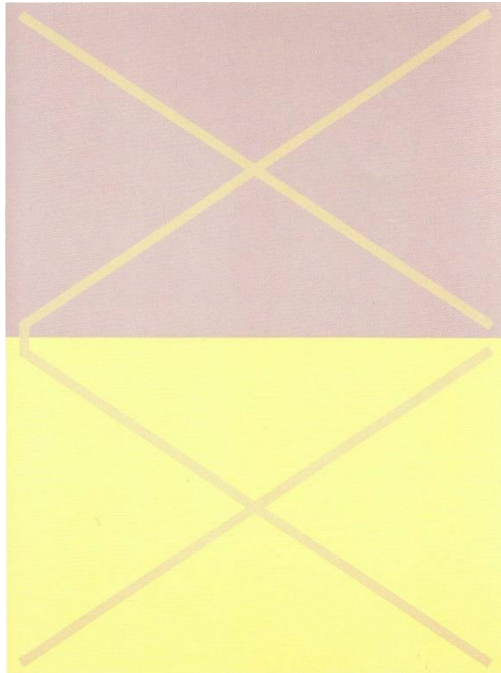


Figure 3.3 – Josef Albers, (1963), *VI. Fonds inversés*  
Tirée de « L'interaction des couleurs » de J. Albers, 2013, Éditions Hazan. (p. 91)

### 3.3 Abstraction formaliste et peinture abstraite

La dernière phase de développement de mon projet a mené à des images composées de formes géométriques colorées rappelant celles de la peinture abstraite formaliste, dans laquelle la couleur joue un rôle prédominant. Il m'a donc semblé pertinent d'examiner la pratique de deux artistes majeurs associés à ces approches plasticiennes, soit Mondrian et Molinari.

#### 3.3.1 Piet Mondrian : l'équilibre dynamique

À partir de 1917, les tableaux abstraits de Mondrian sont axés sur la recherche des relations plastiques, c'est-à-dire uniquement celles qui sont internes aux tableaux. Les recherches de Mondrian visaient la résolution du problème suivant : comment relier, d'une

façon plastique, les plans colorés, la grille et la forme du tableau. Les grilles sont en général créées par des lignes noires et les couleurs qu'il utilise sont les couleurs primaires.

J'examinerai principalement le tableau *Broadway Boogie Woogie* (1942-1943), puisque c'est ce tableau de Mondrian qui est venu à l'esprit de ma directrice Anne-Marie Ninacs lors de la présentation de l'assemblage de mes couleurs quotidiennes. Ce tableau diffère de ceux que Mondrian a peints précédemment, entre autres parce qu'il ne comporte aucune ligne noire. De plus, il est réalisé à l'aide de ruban de tissu coloré, ce qui a permis à Mondrian de combiner les lignes et la couleur en un seul élément.

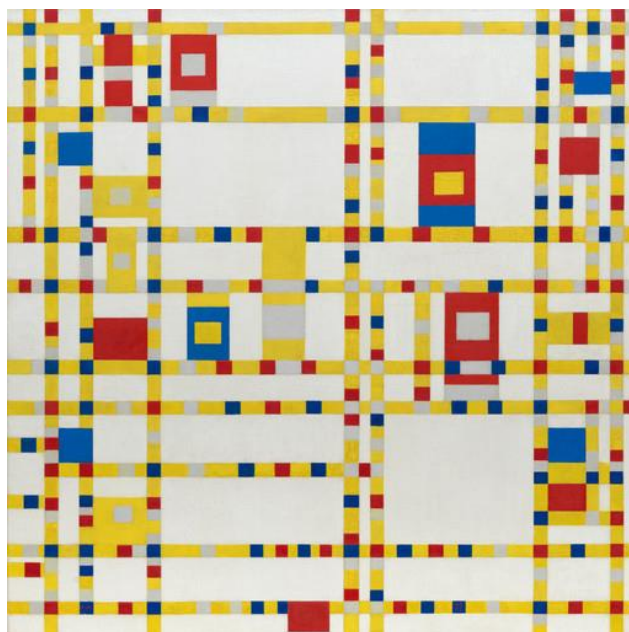


Figure 3.4 – Piet Mondrian, (1942-1943), *Broadway Boogie Woogie*  
Tirée du site <https://www.moma.org/collection/works/78682>

*Broadway Boogie-Woogie* (1942-43), combine deux éléments qui se retrouvent séparément dans des tableaux antérieurs : des lignes doubles insérées dans certaines de ses trames (entre 1932 et 1936) et des lignes colorées telles qu'on en trouve dans le tableau *Composition with yellow lines* (1933) composé que de quatre lignes jaunes d'épaisseurs variables. Ici, non seulement les lignes sont colorées, mais elles se décomposent en de multiples couleurs placées en alternance. Cette alternance crée un effet d'échelle, comme si certaines portions de lignes se transformaient en d'autres plus petits carrés, colorés eux aussi. En plus de la structure, très rythmée, c'est aussi cette abondance de petits carrés colorés qui crée le dynamisme du tableau.

Le type de composition développé par Mondrian en est un de grande maîtrise des différents éléments et de leurs effets combinés. Ce qu'il nomme « l'équilibre dynamique » a fait l'objet d'innombrables explorations avant de donner lieu aux chefs-d'œuvre pour lesquels Mondrian est reconnu. Bien que des ressemblances puissent être perçues en regardant le résultat de mes visualisations quotidiennes, à cause de la superposition de carrés et de rectangles, ces résultats ne proviennent pas du tout chez moi d'un effort de composition, mais plutôt de l'application d'une règle. Il est vrai toutefois que le collage chromatique qui en résulte peut évoquer le type de composition géométrique de Mondrian, particulièrement celle de *Broadway Boogie-Woogie* (1942-1943).

### 3.3.2 Guido Molinari : l'expressivité des couleurs

Les qualités de frontalité des tableaux de Mondrian (Champa 1985) sont aussi celles qui ont occupé Guido Molinari pendant toute sa carrière. Ce dernier a travaillé la surface du tableau et ses composantes : la structure, la couleur et les formats. Jamais Molinari n'a tenté de créer une illusion d'espace tridimensionnel avec ses toiles.

Molinari est issu du mouvement des plasticiens et sa recherche en porte la radicalité. Son sujet est la couleur et ses effets optiques. Contrairement aux automatistes qui, selon l'analyse qu'en fait Beaupré (2009), « n'ont pas su complètement se désengager de l'espace euclidien, de l'évocation du réel et du caractère paysager dans leurs compositions » (p. 22), les plasticiens, eux, « développent une conception du tableau

avant tout motivée par les faits plastiques (texture, couleur, forme et ligne) et les rapports entre ces éléments. » (p. 22) Plus particulièrement, Molinari a retiré de sa pratique la question du fond contre forme, de la matérialité de la peinture (épaisseurs, gestualité, textures, etc.) et s'est concentré exclusivement sur les effets des rythmes (composition) et des couleurs. Ce dépouillement a été radical, s'est imposé rapidement dans sa carrière et ne s'est pas démenti par la suite.

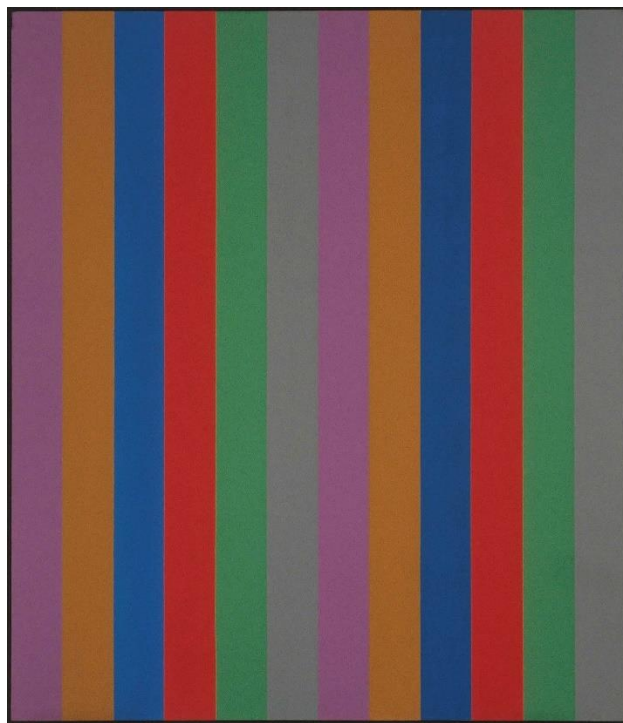


Figure 3.5 – Guido Molinari, (1968), *Bi-sériel violet-gris*  
Image obtenue de la Fondation Guido Molinari

Le film *La couleur chante, Molinari* (Vidéographe, 2005) nous montre le peintre debout devant *Bi-sériel violet-gris* (1968), (figure 3.5). Ce tableau est composé de deux séries de six bandes de couleurs : mauve, ocre, bleu, rouge, vert, gris. Molinari désigne la première bande bleue et explique que la perception de cette couleur change dans la répétition, puisque, lors de son déplacement, les couleurs qui l'entourent ne sont plus les mêmes.

Le peintre insiste sur la différence qu'on perçoit sur l'arête entre deux couleurs, selon l'emplacement où elles se trouvent dans la série; il démontre à quel point la progression dans le tableau crée une dématérialisation de la couleur.

Les effets visuels des tableaux de Molinari sont ainsi une illustration supplémentaire de la théorie de l'interaction des couleurs d'Albers (3.2.2). Il est d'ailleurs étonnant de constater ces effets qui semblent défier la rationalité. Or, le fait que la couleur soit si changeante dans la perception que nous en avons, ne fait que confirmer l'association qui peut être faite avec les émotions. Nasgaard, dans la monographie consacrée à Molinari (Daigneault *et al.*, 2018) rappelle que la critique principale adressée à l'art abstrait est qu'elle ne suscite aucune émotion. Il y répond en citant Molinari, pour qui la couleur est « le véhicule le plus puissant de l'émotivité et de l'expressivité » (p. 110). Si j'adhère à son affirmation, et si je reconnais dans mon œuvre les effets rythmiques et répétitifs de ses tableaux, je suis ici encore forcée de constater qu'il ne s'agit pas chez moi d'une composition longuement planifiée, mais d'une forme d'« effet secondaire » du protocole que je me suis engagée à appliquer.

### 3.4 L'art du protocole

L'art protocolaire est une forme d'art conceptuel qui s'est développé durant les années 1960 et 1970. Dans sa préface au catalogue *Les matins infidèles. L'art du protocole* (Lamarche, 2013), Line Ouellet précise que l'exposition regroupe des œuvres qui « relèvent d'un processus créatif strict, régulé et répété » et « résultant de l'élaboration et de l'exécution de protocoles » (p. 4). Selon le commissaire Bernard Lamarche, ces œuvres sont « tributaires de conventions antérieures à leur création. » (p. 17) Il s'agit là d'un entourage essentiel de mon projet. J'examinerai donc la démarche de trois artistes qui ont adopté cette méthode procédurale : Roman Opalka et On Kawara pour la radicalité et la rigueur de leur démarche, et Claire Savoie pour la poésie et la subjectivité inhérentes à son approche du protocole.

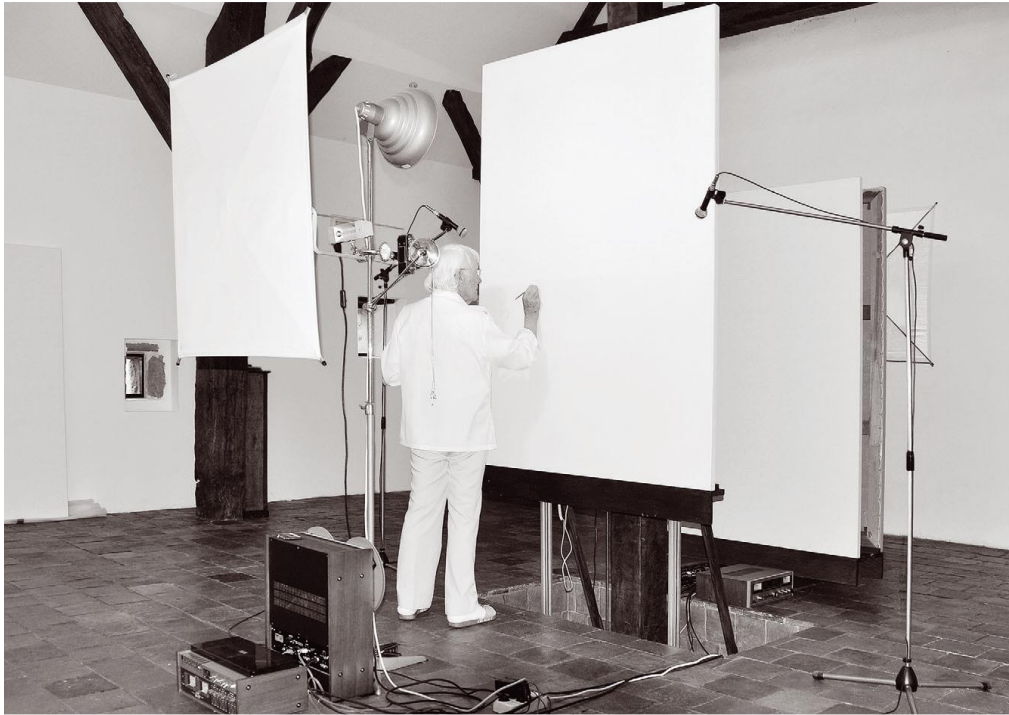


Figure 3.6 – Photographie montrant l'ensemble des éléments constituant l'œuvre de Roman Opalka (tableau en cours, matériel de photographie et d'enregistrement audio)  
Tirée de « The longevity of Roman Opalka », par A. Rider, 2016, *Art History*, 39(4), 820-839. (p. 822)

### 3.4.1 Roman Opalka : le décompte du temps

L'œuvre principale de Roman Opalka est une numération sans fin prédéfinie commençant avec le chiffre 1 en blanc sur noir, chaque tableau portant le titre *Détail*, suivi des premier et dernier chiffre inscrits sur la surface de l'œuvre. Il s'agit d'un travail qui s'est étendu sur plus de quatre décennies (1965-2011) et qui a généré 227 tableaux. Le dernier chiffre qu'il a écrit est 5 607 249.

À partir de 1972, Opalka a commencé à ajouter un pourcent de blanc à la peinture noire qu'il utilisait pour couvrir ses panneaux et sur lesquels il inscrivait ses chiffres en blanc, si bien que les tableaux palissaient au cours des années, jusqu'au moment où les chiffres ne se distinguaient plus du fond. Il enregistrait aussi sa voix, qui énumérait en polonais les nombres qu'il peignait au fur et à mesure, en prévision du moment où les chiffres ne

seraient plus visibles. À la fin de chaque séance de travail, il prenait une photographie noir et blanc de lui-même debout devant le tableau en cours; ces photographies montrent le blanchiment de ses cheveux qui accompagne le blanchiment des tableaux.

De l'extérieur, la réalisation de ce travail peut sembler constituer une prison, mais de l'aveu même d'Opalka, c'est plutôt l'inverse. Bien qu'il ait eu une réaction physique violente (malaise cardiaque) au moment de sa décision d'entreprendre cette œuvre, une fois qu'il a assumé sa décision de poursuivre ce projet jusqu'à la fin de ses jours, il s'est senti plus mal à l'aise lorsqu'il était entre deux tableaux que pendant leur réalisation. Il affirmait même que cette démarche lui procurait une raison de vivre, ce qu'il n'avait pas avant l'élaboration de son œuvre. Bien que ces tableaux puissent sembler inexpressifs, on peut les qualifier d'autoportraits selon Desprats-Péquignot (1998, p. 22), dans *Roman Opalka : une vie en peinture*.

### 3.4.2 On Kawara : le recensement des jours

On Kawara est surtout connu pour sa série de tableaux intitulés *Today* (1966-2013), aussi appelés *Date Paintings*. Ces tableaux indiquent la date de la journée durant laquelle ils ont été peints, dans la langue de l'endroit où séjournait On Kawara ce jour-là. Les dates sont calligraphiées à la main, en blanc, sur des fonds monochromes aux couleurs variables (noir, bleu, rouge). Certains de ces tableaux sont accompagnés d'extraits de journaux de la même journée, avec lesquels ils sont parfois placés dans une boîte en carton fabriquée par l'artiste en fonction de la taille variable de chaque tableau. Il a produit près de 3000 de ces tableaux. L'artiste se donnait comme contrainte de peindre chaque tableau durant la journée même (avant minuit), sinon le tableau était détruit. Kawara compilait, dans un journal, une liste des tableaux réalisés, leur date, et les accompagnait parfois d'un sous-titre. Les sous-titres sont souvent une reprise d'un titre d'article de journal : *Two students shot in Santo Domingo. (2.9.66)*, sinon un énoncé personnel : *I have decided to be alone. (1.20.66)*. Comme l'affirme Rhee (2006), dans « Time embodied: The lived body in On Kawara's Date paintings », « the subject of the subtitles is the author, is Kawara, as the subtitles exist as articulations of his thoughts and his days – in other words, of his person. » (p. 110)



En parallèle à ces tableaux, Kawara a réalisé trois autres séries qui sont aussi liées à son quotidien :

- La série *I met* (1968-1979) est constituée de listes de toutes les personnes qu'il a rencontrées et avec qui il a discuté durant la journée. Ces listes sont dactylographiées sur des feuilles et placées dans un cartable. Douze cartables ont été produits, soit un par année.
- La série *I got up* (1968-1979) est constituée de cartes postales de la ville dans laquelle il séjourne, sur lesquelles Kawara étampait l'heure à laquelle il s'était levé ce jour-là et qu'il envoyait à des amis du milieu de l'art.
- Dans la série *I went* (1968-1979), l'artiste retrace ses déplacements quotidiens à l'aide d'un crayon rouge sur une copie de carte de la ville. Là aussi, douze cartables ont été produits.

Les œuvres de Kawara et d'Opalka sont toutes les deux un reflet du temps qui passe. Ce qui donne le vertige en considérant ces œuvres, c'est de constater la durée de cette assignation : 46 ans pour Opalka et 47 pour Kawara. Dans mon cas, la durée ne pourra pas être aussi étendue, étant donné l'âge que j'avais lorsque j'ai débuté ce projet, mais il m'est facile d'imaginer continuer aussi longtemps que mon état physique et mental me le permettra. Je fonde cette certitude sur le fait que mon sujet est une donnée incontournable de chaque instant : chaque moment de chaque journée est rempli d'états affectifs, quoiqu'on fasse. Prendre le temps de les amener à la conscience, et avoir la chance de constater comment ils se traduisent visuellement est un privilège que j'entends prolonger le plus longtemps possible.



Figure 3.7 – On Kawara, (1977), *Date Paintings* (détail)  
 Tirée de « On Kawara », par A. Rider, 2015, *The Burlington magazine*, 57(1347). 439-440. (p. 440)

Dans le travail d'Opalka et de Kawara, il y a une subjectivité immense en même temps qu'un protocole très distancié. C'est une manière de dire : je suis conscient de vivre à cet instant, à cet instant, à cet instant (Opalka), aujourd'hui, aujourd'hui, aujourd'hui (Kawara). Dans mon cas, c'est plutôt une manière de dire voici comment je me sens aujourd'hui, voici de quoi je suis traversée, voici ce qui m'anime, me retiens, m'émeut, etc. Il est semblable aux deux projets précédents dans son examen du moment présent, mais aussi différent parce qu'il fait plus état des variations quotidiennes (bien que celui de Kawara reflétait certaines actualités et la langue du pays où il séjournait).

### 3.4.3 Claire Savoie : la poésie du quotidien

L'œuvre *Aujourd'hui (dates-vidéos)*, que Claire Savoie a débutée en 2006, fait clairement écho à celle de Kawara. Dans les courtes vidéos qu'elle réalise à partir d'instantanés du quotidien, on retrouve l'inscription de la date et l'incorporation d'éléments de l'actualité. Bien que différente de la mienne dans son médium et sa présentation, cette œuvre est pertinente à cause de l'exigence de l'attention à l'instant présent qui est nécessaire, de la part de l'artiste, lors d'un tel exercice.

L'œuvre de Savoie est empreinte de poésie, à la fois dans les images et dans certains des textes. Son œuvre est constituée de la superposition de deux strates : une première, comportant des images provenant de certaines activités quotidiennes ou de certains lieux qu'elle fréquente et une deuxième, constituée de textes tirés des médias (titres de journaux, par exemple) ou de réflexions personnelles. Les images nous montrent une personne (qu'on devine parfois être l'artiste) qui marche à l'extérieur, parfois accompagnée d'un chien, une salle de réunion vide, un corridor de l'université, des gens qui marchent dans la rue pendant une tempête de neige, des oiseaux dans une mangeoire. Parfois, le paysage est vu à partir d'une voiture qui roule, d'autres fois on s'approche et on voit la main de l'artiste qui tient une fleur, ses mains qui tapent sur un clavier, des reflets sur un plat en argent. Des morts et des naissances y sont évoquées, de même que des anniversaires.

Quant aux textes de nature personnelle, ils sont souvent, mais pas exclusivement, écrits à la deuxième personne du singulier. Elle écrit souvent à quelle heure elle s'est levée, faisant ainsi directement référence à la série *I got up* (1968-1979) de Kawara. Le texte fait aussi parfois référence au projet lui-même, l'interrogeant ou en cherchant les modalités, comme c'est aussi le cas chez Kawara. Des sons de l'environnement, de la musique ou des voix se superposent au visuel. Sur le site du groupe de recherche NT2 de l'UQAM<sup>6</sup>, on peut lire la description suivante au sujet du travail de Savoie : « ce projet procède d'une

---

<sup>6</sup> <https://nt2.uqam.ca/fr/actualites/conference-de-claire-savoie>

volonté de rendre compte de la complexité temporelle de l'acte de perception et de la subjectivité qui le conditionne. »<sup>7</sup>

Son travail est moins hermétique ou abstrait que le mien, puisque les images et les mots nous montrent des éléments concrets de son quotidien. Cette transparence est tout de même infusée de retenue et de pudeur. L'historienne de l'art Marie-Josée Jean (2008) souligne cet aspect : « Si cette manière avec laquelle Claire Savoie choisit de travailler est subjective, elle ne relève pas pour autant du récit autobiographique. Elle nous informe peu de sa vie, en somme, bien qu'elle soit le modèle logique de sa propre existence » (p. 38).



Figure 3.8 – Claire Savoie, (2006-2011), *Aujourd'hui (dates-vidéo)*, (détail)  
Tirée du site <https://moisdelaphoto.com/artistes/claire-savoie/>

---

<sup>7</sup> <http://archiverlepresent.org/actualite/claire-savoie-cet-aujourd'hui>



Figure 3.9 – Claire Savoie, Exposition *Aujourd'hui (dates-vidéos)*  
Tirée du site [http://www.claresavoie.com/aujourd\\_hui.html](http://www.claresavoie.com/aujourd_hui.html)

Bien que ce projet relève d'une approche protocolaire quant à son mode de réalisation et qu'il soit aussi ancré dans le quotidien que le mien, son exécution n'est pas aussi systématique dans le temps. L'image ci-dessus (figure 3.9) montre la fréquence de réalisation des vidéos par mois : chacun des tableaux représente un mois, et chacune des images sur ce tableau représente une journée du mois au cours de laquelle une vidéo a été réalisée. La densité des images, ou son absence, révèle, d'une part, le temps à la disposition de l'artiste pour la réalisation de ce projet, mais aussi l'émergence potentielle d'événements marquants à certains moments. Il y a donc une flexibilité chez Savoie qu'on ne trouve pas chez Kawara et Opalka. Dans mon cas, je me rapproche plutôt de la présence régulière de ces deux derniers. Je crois que dans le cas de mon projet, la constance dans la notation de la grille et la régularité du motif qui en découle participe à créer l'effet visuel et à la perception de tendances. Le déploiement des images sur les

murs de la galerie permettra de constater que les couleurs du début du projet, durant les premiers mois de l'année 2021, sont généralement différentes de celles de la fin de l'année 2022. La présentation du projet sous forme de longue fresque permet de constater cet effet.

### 3.5 Traduction et art des données

J'utilise le terme de *traduction* pour qualifier l'étape qui permet de passer de données recueillies à un travail artistique matériel. J'adopte, à cette fin, la nomenclature que propose Mélanie Rainville (2008) dans son mémoire sur l'œuvre de Rober Racine : « la traduction comme un terme générique qui englobe diverses pratiques telle la transcription, la transposition, la translittération, le transcodage et l'adaptation. » (p. 3) Rainville retient également, des trois types de traduction établis par Jacques Derrida, la traduction *intersémiotique* parce que ce procédé concerne spécifiquement « le passage de signes linguistiques en signes non linguistiques (plastiques) ». (p. 30-31)

Dans mon cas, il y a traduction à deux reprises. D'abord, je traduis des états affectifs perçus dans une notation numérique. Cette notation est ensuite transformée en formes géométriques et en couleurs. Le terme générique de traduction s'applique donc à mon travail, ainsi que ceux, plus particuliers, de transposition, de transcodage et d'intersémiotique. Les œuvres que j'ai examinées en lien avec cette approche, sont celles des artistes KP Brehmer et Laurie Frick.

#### 3.5.1 KP Brehmer : la visualisation de données

KP Brehmer est né en Allemagne de l'ouest en 1938 et il est reconnu pour avoir fait partie du mouvement *Capitalist Realism*. Son œuvre *Soul and feelings of a worker* (1978-1980) est particulièrement pertinente pour mon projet. Ce travail est basé sur une étude réalisée au début des années 1930 par le sociologue Rexford B. Hersey, qui voulait connaître les états affectifs de deux travailleurs pendant leur journée de travail dans une usine de locomotives afin de vérifier s'il y avait un lien entre l'état affectif des travailleurs et leur

productivité. Les relevés étaient réalisés quotidiennement, se déroulaient durant les jours travaillés uniquement et proposaient douze états affectifs différents, allant de « très heureux » à « apeuré ».

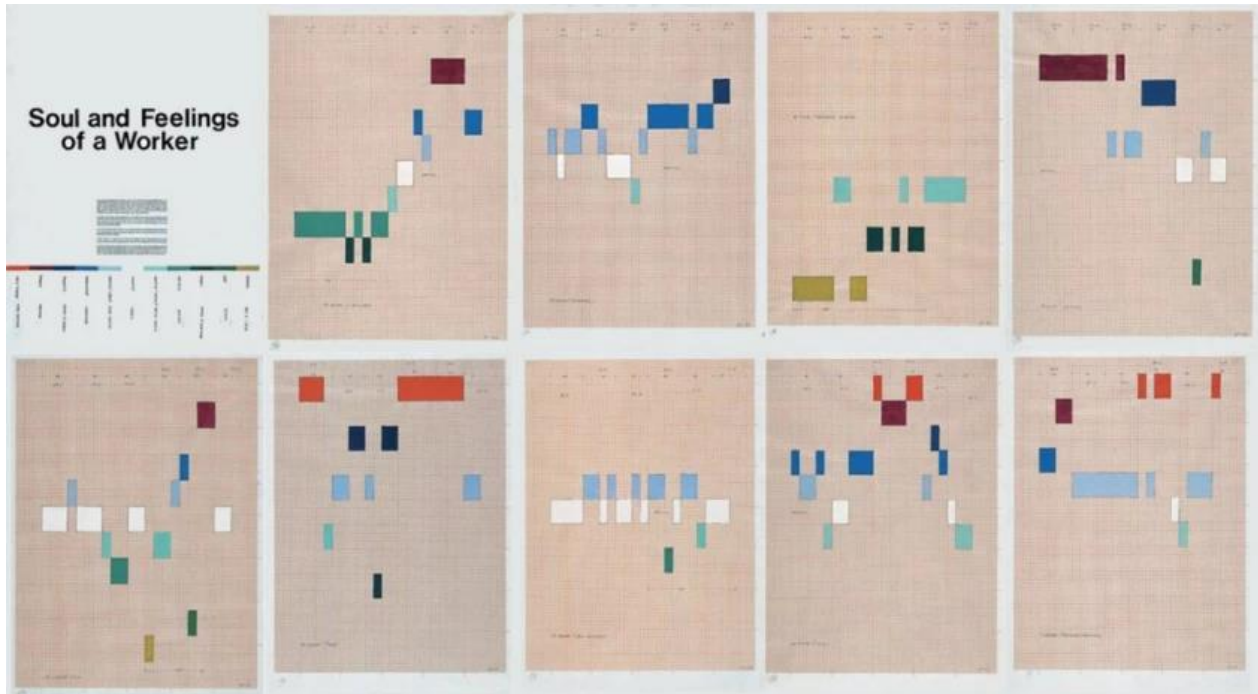


Figure 3.10 – KP Brehmer, (1978-1980), *Soul and feelings of a worker*  
Tirée du site <https://alicefryart.wordpress.com/2018/04/23/artist-research-k-p-brehmer/>

Les données de Hersey ont fait l'objet de plusieurs représentations par Brehmer. L'une d'elles est réalisée sur du papier quadrillé (figure 3.10). Une association est établie entre chacun des 12 termes de l'état des travailleurs et une couleur. Les couleurs choisies vont du vert olive (mal à l'aise) au rouge orangé (très heureux) en passant par différentes teintes de bleu (attitude positive) et de vert (attitude négative), le blanc du centre étant réputé neutre. Les couleurs sont réparties sur l'axe vertical. L'état émotif du sujet à une heure donnée est représenté par un rectangle de couleur dont la largeur du trait, sur l'axe horizontal, représente la durée.

Jamie Hilder dans « Feeling Numbers: KP Brehmer and the Supermarket » (2017) suggère que l'objectif de cette œuvre de Brehmer est de montrer l'absurdité du projet du sociologue Hersey. Selon lui, non seulement le fait de ne mesurer les émotions que durant la période où les travailleurs sont à l'usine est absurde, mais aussi le nombre d'expressions utilisées pour désigner ces émotions est beaucoup trop limité. Il souligne aussi le peu de représentativité de certaines de ces expressions parmi lesquelles le travailleur doit choisir (« neutre plus », par exemple). Après la recherche que j'ai conduite, je ne peux qu'abonder dans son sens : le protocole de Hersey est beaucoup trop simple dans le choix des mots et restrictif quant au fait de ne devoir en choisir qu'un seul. Les études de Larsen et McGraw (1.4.1) démontrent en effet qu'on peut ressentir plusieurs émotions à la fois, mêmes des émotions aussi contradictoires que la tristesse et la joie. Cet aspect justifie le fait de vouloir considérer un ensemble d'états affectifs distincts, aucun ne s'excluant. L'état affectif d'une personne se limite rarement à un seul mot.

Bien que l'œuvre de cet artiste comporte certaines similarités avec mon projet, principalement quant à l'utilisation des diagrammes et du sujet des émotions qui rappellent formellement certains de mes travaux, son objectif est complètement différent du mien. Dans mon projet, le but est aussi de rendre visible la phénoménologie des émotions qui m'habitent, mais mon projet ne comporte pas d'aspect de dénonciation, comme c'est le cas chez Brehmer, qui était un artiste engagé dont les œuvres servaient principalement à dénoncer certains aspects de la société industrialisée dans laquelle il vivait. On qualifie son travail de « visualisation » parce qu'il voulait montrer ou révéler certains phénomènes qui autrement auraient été masqués par le système capitaliste. Pour Roettig (Kraus *et al.*, 2019, p. 77), il s'agit en ce sens d'une application littérale de l'affirmation célèbre de Paul Klee : « L'art ne reproduit pas le visible, il rend visible ». À mon sens, le projet *Soul and feelings of a worker* (1978-1980) de Brehmer démontre aussi comment une bonne intention de départ – celle de Hersey – peut dériver et donner lieu à un non-sens. Son projet est même une illustration assez parfaite de la mise en garde de Dagiral *et al.* (2019) au sujet de la quantification de soi (2.3.3) et du « développement des dispositifs gestionnaires qui sont le bras armé et concret du néo-libéralisme » (p. 30).



### 3.5.2 Laurie Frick : l'art des données

Une de mes sources principales d'inspiration, au début de la maîtrise, a été l'artiste américaine Laurie Frick. Son travail m'a permis de découvrir, en 2019, un type d'art élaboré à partir de la cueillette de données. Frick utilise des données, souvent personnelles (heures de sommeil, trajets dans la ville, etc.), qu'elle recueille et qu'elle traduit ensuite en tableaux et sculptures. Son travail se base sur la quantification de soi et utilise la traduction intersémiotique afin de transformer ses données en art. Sa méthodologie de recherche se déroule en deux temps : elle commence par colliger des données, la plupart du temps à l'aide de dispositifs électroniques. Ces données sont ensuite analysées, puis transposées dans divers matériaux (papier, bois, verre ou métal). La matérialité joue un rôle important dans son travail, de même que les couleurs, qui non seulement participent à la traduction des données, mais aussi à l'impact visuel des œuvres.



Figure 3.11 – Laurie Frick, (2013), *Chat metadata*  
Tirée du site <https://www.lauriefrick.com/chat-metadata>

*Chat Metadata* (2013) (figure 3.11) a été réalisée directement sur le mur de la salle d'attente d'une firme de designers web. L'œuvre transpose les métadonnées rassemblées pendant trente jours de différents types de conversation entre les membres de l'équipe de designers. Les éléments colorés (des échantillons de plastique laminé) sont placés sur le mur en fonction des données suivantes : la durée des conversations sur l'axe horizontal, la taille des messages sur l'axe vertical, les plus lourds étant en bas. Quant à la couleur, elle est choisie en fonction du poste de la personne qui émet le message (développeur, designer, etc.).

Selon l'artiste, si les chiffres sont des données abstraites et non conviviales, les gens répondent au contraire intuitivement et émotivement aux motifs. Lorsqu'elle a commencé à placer, sur ses murs, le résultat des traductions visuelles de ses données personnelles, Laurie Frick s'y reconnaissait. Ces motifs lui semblent « humains, personnels, rassurants et étonnamment reconnaissables. » (Frick, 2014). De tels motifs pourraient d'ailleurs être plus présents dans le quotidien des gens : elle croit même que chacun pourrait vivre avec une murale reflétant ses données personnelles. Elle suggère que de voir ses propres rythmes et motifs abstraits pourrait mener à une plus grande conscience de soi (Frick, 2014). Personnellement, le fait de voir comment mes états émotifs sont traduits et se transposent dans un langage de couleurs, augmente ma prise de conscience de leur teneur, de leurs nuances, de leurs combinaisons.

## CHAPITRE 4

### CRÉATION, 2<sup>E</sup> PARTIE : LA PLEINE MESURE

Ce chapitre résume le parcours ayant mené à la production de l'œuvre finale, intitulée *La pleine mesure*. Il décrit les projets préalables réalisés pendant mon cheminement à la maîtrise et aborde les aspects ayant fait l'objet de discussions, de réflexions et de décisions importantes, notamment la différence entre l'art et la visualisation des données, l'impact des oublis dans le suivi de mon protocole quotidien et l'effet de cet exercice de longue haleine sur mon ressenti émotif. Il s'attarde finalement sur la préparation de l'exposition proprement dite.

#### 4.1 Pratique de la peinture abstraite

Entre 2011 et 2017, j'ai suivi parallèlement une formation en peinture en enseignement privé et un certificat en arts plastiques à l'UQAM. C'est à la suite de cette double expérience que j'ai présenté une demande d'admission à la maîtrise en arts visuels et médiatiques. Mon intention était de poursuivre mon cheminement en peinture, bien que j'avais aussi manifesté le souhait d'explorer d'autres médiums : je voulais développer en peinture une pratique axée sur le corps dansant, en utilisant les postures des corps et les couleurs pour refléter divers états émotifs.

Dès le début de mon parcours à la maîtrise, cherchant à comprendre ce qui me motivait, j'ai décidé de problématiser la notion d'émotion qui traversait mes préoccupations artistiques et d'en faire le cœur même de ma recherche. Cette décision s'est confirmée en juin 2019, lors de ma première rencontre de travail avec ma directrice de recherche Anne-Marie Ninacs. Lorsque j'ai évoqué les émotions que traduisaient les tableaux réalisés avant la maîtrise, elle m'a demandé de préciser de quelles émotions il s'agissait. Devant mon incertitude, elle m'a suggéré d'écrire à ce sujet durant l'été afin de clarifier

ma pensée et de chercher des images qui transmettaient ce que j'avais en tête. Au cours de cette recherche, j'ai découvert les versions de *The feeling wheel* de Kaitlin Robbs et de Gloria Willcox (1.4.2). J'ai tout de suite aimé l'aspect synthétique de cet outil, de même que sa forme circulaire qui permet de le transformer aisément en élément graphique, de sorte que ce qui n'était au début qu'un détour pour arriver à circonscrire les émotions que je désirais illustrer est devenu l'élément moteur de ma recherche. Mon intérêt pour ces modèles n'a fait que croître durant la maîtrise et l'adoption d'une grille de notation de mes états affectifs m'a ainsi permis – contre toute attente pour moi qui imaginais réaliser de la peinture gestuelle – d'inaugurer une approche artistique procédurale et d'explorer la traduction visuelle des données.

#### 4.2 Développement du projet

*Octobre 2019* est issu de la forme circulaire de la grille de notation personnelle que j'ai élaborée (2.1.1). Ce projet a représenté une étape déterminante dans mon parcours, car c'était la première fois que je m'engageais dans une telle forme d'art de nature conceptuelle. Le résultat comportait un aspect graphique qui me plaisait, soit, mais qui s'éloignait résolument des tableaux que j'avais réalisés jusque-là. Les commentaires positifs que j'ai reçus à propos de ce travail m'ont encouragée à le développer davantage. Parallèlement, je découvrais deux artistes dont la pratique s'appuie sur les données, Laurie Frick (3.5.2) et Danica Phelps<sup>8</sup>; leur travail me démontrait qu'il pouvait y avoir des façons à la fois stimulantes et visuellement intéressantes d'utiliser des données pour créer de l'art.

Mon intention était de fabriquer des disques en plâtre teint en noir, dont la forme serait dictée par les données recueillies quotidiennement. J'ai ainsi réalisé les 31 disques du mois d'octobre 2019 afin de composer un calendrier reflétant le mouvement de mes états émotifs. Je constatais cependant, quatre jours avant la remise, que la technique de fabrication rendait la texture assez présente et diminuait la lisibilité des formes. J'ai donc

---

<sup>8</sup> <https://www.danicaphelpsprojects.com/>

*in extremis* remplacé le plâtre par des formes découpées dans du carton-mousse noir. Si j'avais eu le temps requis, j'aurais aimé réaliser les formes dans des feuilles de plexiglass noir, mais le délai était insuffisant.

Avec *91 jours*, j'ai ensuite voulu poursuivre avec la même approche basée sur les données recueillies par mon examen quotidien, mais en intégrant, cette fois, la couleur. J'ai exploré de multiples approches, dont l'une où les disques étaient découpés dans des panneaux de plexiglass de couleurs différentes, toutefois le résultat très lisse apparaissait trop comme relevant du domaine du design. J'ai finalement créé un très grand tissage à l'aide de deux toiles de coton découpées en bandes étroites. Certaines bandes étaient peintes selon les couleurs associées aux différentes familles d'émotion et un texte de nature poétique accompagnait la présentation. Ce tissage, bien qu'impressionnant par sa taille parce qu'il couvrait trois mois de consignation, était selon moi trop simple pour être intéressant. Il me laissait l'impression d'avoir réalisé un grand tableau Excel en coton. J'étais donc plutôt déçue du résultat, qui ressemblait à un exercice direct de visualisation de données (voir 4.3).

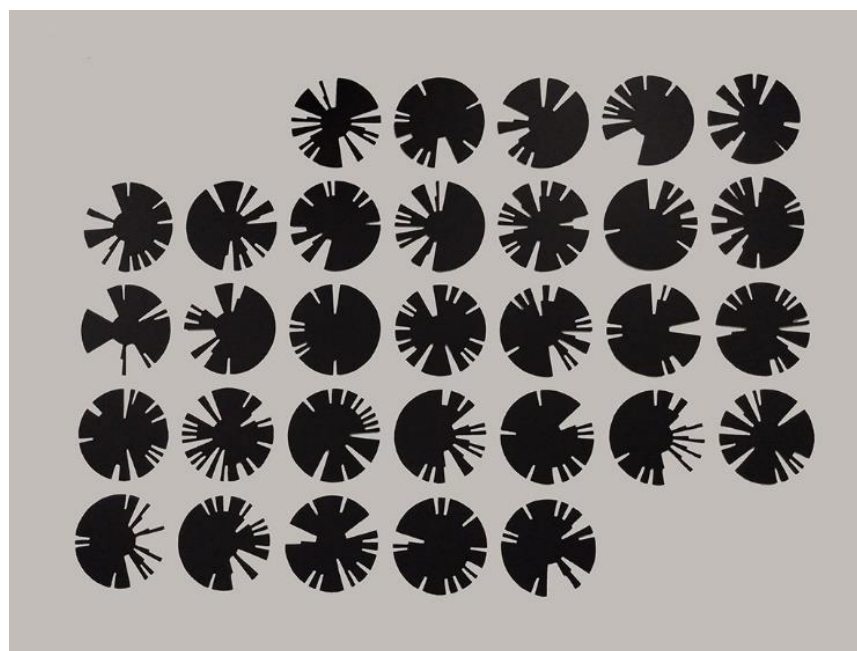


Figure 4.1 – Danielle Robitaille, (2019), *Octobre 2019*, 31 disques de carton mousse, 152 x 213 cm

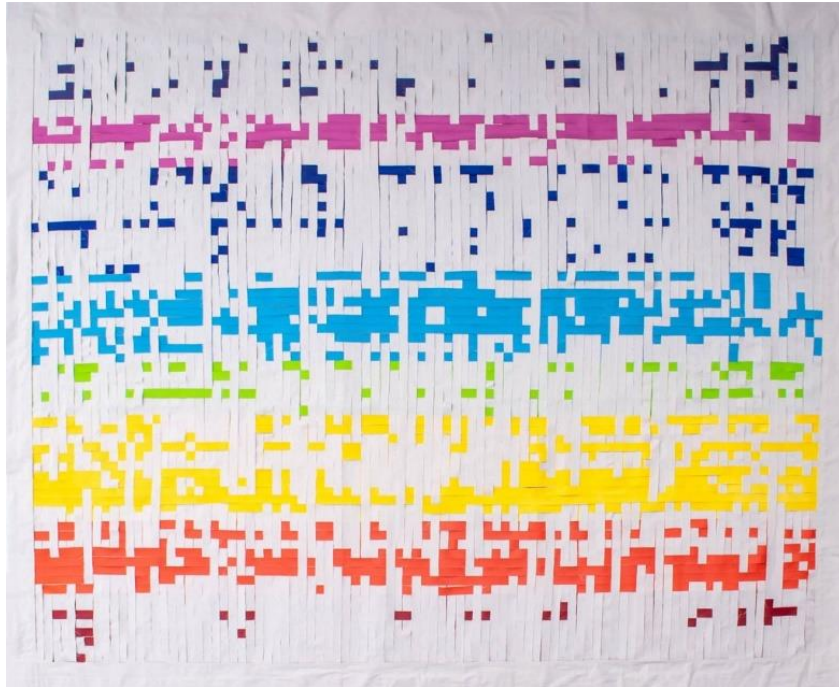


Figure 4.2 – Danielle Robitaille, (2020), *91 jours*, Toile de coton tissée, peinture acrylique, fil de polyester, agrafes en métal et ruban adhésif de polypropylène, 250 x 300 cm

Je cherchais une forme plus intéressante et plus riche sur le plan esthétique; je voulais que l'expérience de réception passe par les sens. J'ai refait des tentatives avec de la peinture, mais ce médium très matériel me semblait incompatible avec la traduction des données immatérielles. J'ai ensuite tenté l'expérience avec le logiciel *Illustrator* et j'ai vite eu l'impression que c'était plus cohérent, le logiciel me permettant de définir les formes et les couleurs de façon très précise. Cela m'a permis de développer un protocole de traduction clair et invariable. À ce moment-là, je cherchais aussi à me rapprocher d'une attitude de diariste<sup>9</sup> en intégrant, à la manière de Claire Savoie, une date et des textes à mes compositions numériques. Comme j'écris de la poésie depuis de nombreuses années, je souhaitais intégrer des mots à la composition visuelle; je pensais qu'ils

---

<sup>9</sup> C'est un néologisme qui a été proposé en 1952 par Michèle Leleu dans l'ouvrage *Les journaux intimes* (PUF). Le mot *diariste* est évidemment tiré de l'anglais *diary*, mais le mot anglais est lui-même issu du mot de l'ancien français *diare*, c'est-à-dire un journal dans lequel une mission ou une institution consignait les événements quotidiens.

parviendraient, sans me dévoiler, à livrer quelque chose de la réalité vécue des émotions indexées dans la grille.

Durant cette étape, j'ai eu de sérieux doutes au sujet de mon projet, que je trouvais très étrange. Je n'étais même plus certaine d'être en train de faire de l'art. Je rêvais de tableaux colorés, mais je partais d'un schéma en couleurs tiré d'un chiffrier Excel, ce qui était à la fois une invitation et un frein. Le doute ressenti était en partie attribuable à mon parcours en milieu privé; je continue de croire que si j'avais suivi le baccalauréat en arts visuels et médiatiques, ces doutes n'auraient pas été aussi présents, puisque les apprentissages faits auraient intégré l'art conceptuel.

Encouragée par ma directrice à ignorer ces doutes pour plutôt continuer à chercher et à avancer, j'ai élaboré une toute nouvelle forme. Imprimée numériquement sur une feuille de format 43 x 28 cm, l'image de chaque journée était composée de quatre éléments :

- une date placée en haut du rectangle;
- un court texte poétique placé dans la moitié supérieure du rectangle;
- un schéma représentant l'état affectif de la journée placé dans la moitié inférieure;
- une couleur de fond.

Lors de la présentation de ce travail, *Février à avril 2021*, Anne-Marie a émis un doute concernant la présence des textes poétiques; Gwenaël Bélanger, que nous avons invité, a émis un doute sur les l'intégration des dates; de mon côté, c'est l'élément schématique qui me rendait inconfortable parce que la superposition des données produisait une structure similaire à un personnage. Seule la couleur de fond n'a fait l'objet d'aucune contestation. Au contraire, c'est de la richesse inattendue des fonds que le travail tirait sa force visuelle. La couleur était établie en additionnant les teintes des deux familles émotives les plus importantes lors de l'évaluation quotidienne. Il arrive toutefois fréquemment que deux totaux aient le même chiffre, si bien que l'utilisation des deux chiffres supérieurs représente l'addition des couleurs de plus de deux familles. Cet élément du protocole est important, car c'est lui qui permet d'obtenir une plus grande variation des couleurs de fond et des nuances difficile à imaginer.



Figure 4.3 – Danielle Robitaille, (2021), *Février à avril 2021* (détail), images numériques

Le schéma, quant à lui, avait pour particularité de représenter les 8 familles d'émotions en superposition, non seulement de haut en bas sur la feuille, mais s'empilant sur l'épaisseur de la feuille. Pour le dire autrement : le schéma était composé de 8 étages de 8 émotions. Cette disposition avait pour effet qu'on voyait bien les 8 émotions du dessus et très peu les 56 émotions d'en dessous. J'ai donc tenté de placer les 8 familles côte à côte, afin qu'on voie chacune des 64 émotions. J'avais pourtant procédé à un tel essai plus tôt durant la session, mais je l'avais jugé trop simple; c'est seulement lorsque j'ai superposé les 64 carrés d'émotions à la couleur de fond qui me plaisait tant, que l'apparence du travail a complètement changé, rendant la présentation beaucoup plus complexe et nuancée. En effet, comme les carrés d'émotions ont des degrés de transparence variable en fonction de l'intensité du ressenti émotif, leur couleur est



affectée de façon différente par la couleur du fond, au point qu'ils prennent parfois des teintes assez éloignées de leur couleur de base. Cette combinaison permet d'obtenir un résultat suffisamment changeant et varié pour bien traduire la complexité des ressentis émotifs et de leurs mouvements, en plus de demeurer intéressant visuellement au fil des semaines et des mois. Cette nouvelle forme m'est apparue comme un dénouement. Elle comportait les qualités picturales que je recherchais, promettait de produire une expérience esthétique propre à l'art, et me permettait enfin de m'éloigner de la stricte visualisation de données. Je l'ai donc adoptée entièrement pour la suite de mon cheminement et plus jamais remise en question.

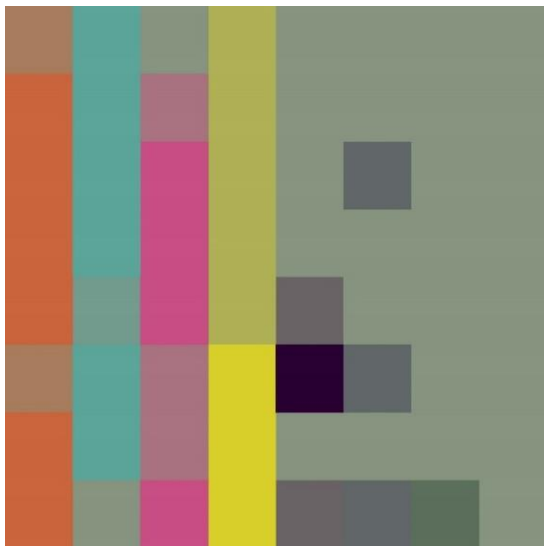


Figure 4.4 – Danielle Robitaille, (2021), 17  
*janvier 2021*



Figure 4.5 – Danielle Robitaille, (2021), 23 *avril*  
2021

À l'été 2021, j'ai préparé différentes propositions d'installations de ces images en vue de l'exposition finale, mais aucune n'était satisfaisante. Les regroupements que je faisais alors d'un nombre variable de journées afin de couvrir une surface donnée ne correspondaient pas à une durée définie. Il est donc devenu important de trouver un mode d'assemblage cohérent avec la temporalité inhérente au projet. J'ai d'abord tenté de placer les journées à l'horizontale, comme dans un calendrier, mais cette disposition

créait des vides entre les mois et s'avérait peu modulable. La solution a été de placer les journées à la verticale : la superposition de sept carrés-journées crée des colonnes régulières représentant chacune une semaine sans égard aux débuts et fins de mois, et ainsi sans espace libre entre elles. Cette disposition permet également d'exposer côte à côte autant de semaines que le permet la grandeur de la salle, elle peut donc s'adapter facilement à tous les lieux.

Une série d'impressions de différents formats a été faite afin de vérifier la taille que devait avoir l'image de chaque journée. L'affichage de trois formats (20 x 20 cm, 25 x 25 cm et 30 x 30 cm) en assemblages de 35 jours chacun (7 journées en hauteur x 5 semaines en largeur) a confirmé que le format de 30 x 30 cm pour chaque journée était préférable parce que l'effet final de l'impression colorée de 2,1 x 1,5 mètres était esthétiquement très puissant; celle-ci donnait accès à la pleine richesse des couleurs et créait une surface très vibrante. La subdivision du grand carré quotidien en divers petits carrés donnait par ailleurs l'impression qu'il pouvait s'agir de pixels; la fresque dans son ensemble, tout en étant complètement abstraite, permettait d'imaginer qu'il y avait quelque chose à voir, comme si on regardait une photographie numérique de très près. Imprimés à cette taille, l'effet des carrés devenait déroutant, car les immenses « pixels » laissaient présager une image d'ensemble hors d'échelle.

La vue de l'impression grand format *10 semaines* a confirmé mon sentiment d'avoir atteint l'objectif que je m'étais fixé d'intégrer la couleur à mon projet. J'en revenais même à la peinture sans l'avoir prévu, puisque l'apparence de la murale numérique rappelait les tableaux formalistes et abstraits. Cela me convenait parce que l'œuvre trouvait en elle-même une grande efficacité artistique, grâce au pouvoir évocateur des couleurs dont je voulais tirer profit, sans pour autant révéler ce qui la constitue et qui m'est intime. Je me trouvais à paraphraser ce qu'écrit Laurier Lacroix (2004) à propos du travail de Guy Pellerin sur les lieux : « L'œuvre d'apparence formaliste se fonde ainsi sur un programme de transmission de la charge émotive et sensible qu'[une journée vécue] peut transmettre par la seule couleur. » (p. 67) La fresque peut en effet se présenter rapidement comme un travail formel, dont les variations ont quelque chose d'aléatoire. C'est par la régularité du motif qu'on commence à comprendre qu'il y a en elle quelque chose à lire, à décoder.



Figure 4.6 – Danielle Robitaille, (2021), *10 semaines*, Impression papier, 213 x 305 cm

### 4.3 Art et visualisation de données

Les légendes sont incontournables lorsqu'il s'agit de visualisation de données<sup>10</sup>, c'est-à-dire lorsqu'il y a des informations à communiquer. Il arrive parfois que les artistes qui utilisent des données dans leur démarche intègrent une légende parce que ces données leur semblent importantes. Dans « From paint to pixels » (2015), Jacoba Urist explique toutefois que la différence entre la représentation de données et l'art qui utilise des données est parfois difficile à établir; elle suggère que nous sommes souvent face à des données présentées de façon très efficace plutôt qu'à de véritables démarches d'art conceptuel.

---

<sup>10</sup> Le journaliste David McCandless (<https://informationisbeautiful.net/>) qualifie la visualisation de données de *knowledge compression*, c'est-à-dire la plus grande quantité d'informations possibles dans le moins d'espace possible. Selon lui, elle permet de « digérer » l'information en mettant à l'avant-plan ce qui compte le plus.

Depuis le début de ce projet, je suis réticente à dévoiler la légende des couleurs associées aux familles d'émotions. Mon objectif n'étant pas de *transmettre* des informations; bien que les données récoltées contribuent à la construction des images, j'ai continuellement choisi de ne pas utiliser de légende. L'opacité du code de traduction me donne l'impression que je peux réaliser mon examen quotidien en toute tranquillité d'esprit et uniquement pour mon propre bénéfice. Cependant, lorsqu'est venu le temps de réaliser la maquette virtuelle de l'exposition, j'ai senti que mon opposition avait diminué. Je me sentais plus à l'aise avec ma démarche personnelle et je voyais bien que le rapport de l'œuvre au spectateur nécessitait un certain ressort. J'ai alors pensé coller sur le plancher un cercle des 8 mots-émotions de base, chaque mot étant écrit dans la couleur que j'ai attribuée à cette famille d'émotion. Le lien mot-couleur constituerait pour le visiteur une piste d'information lui permettant de s'engager dans une forme de décodage, tout en demeurant un indice assez subtil, puisque rien ne lui explique la structuration des carrés qui composent les images. De plus, il y a tant de variations créées par la superposition et la transparence des couleurs que l'adéquation entre les mots colorés au sol et les images n'est pas limpide, ce qui protège mon intimité. Ce cercle de mots au sol est le plus près que j'ai voulu m'approcher d'une véritable légende.

#### 4.4 Au sujet des oublis

L'art protocolaire a des exigences de répétition, de cadre à respecter, de constance à maintenir. Étrangement, cela n'est pas dans mon tempérament de répéter ; je préfère les variations aux répétitions. On peut se demander dans quelle mesure il n'est pas contraignant et démesuré d'entreprendre un projet qui nous confine à répéter les mêmes gestes sur une aussi longue période, plutôt que d'en élaborer un basé sur l'exploration et les découvertes successives. Mais ces décisions de création ne sont pas prises de façon rationnelle et mesurée. Les étapes s'enchainent et c'est après-coup seulement qu'on se rend compte qu'un processus est entamé et qu'il ne prévoit pas de date de fin.

Une fois que j'ai mis en place mon protocole procédural, je me suis efforcée de tenir l'examen quotidien de mon état affectif. Dans les faits, il m'est arrivé de l'oublier certains jours et, au début, de ne pas prévoir la portée sur ma démarche d'une prise de vacances. La question du traitement des « oublis » dans l'assemblage final s'est donc posée. Fallait-il les ignorer et simplement enfilez les journées ? Fallait-il au contraire en garder la trace et assumer pleinement la réalité du projet ? Si cette dernière option prévalait, quelle forme cette trace prendrait-elle ?

Afin d'examiner les différentes options possibles, j'ai procédé à des simulations d'assemblage. Par souci d'intégrité conceptuelle, le verdict a été de conserver la trace des oublis et de les représenter par des zones blanches : puisqu'il n'y a aucune donnée colligée ces journées-là, absolument rien ne serait imprimé sur le papier à cet endroit. Cette solution a le mérite de conserver intacte la succession des journées et des semaines, la journée du haut demeurant toujours un lundi. Elle permet aussi de constater la fréquence des oublis. C'est même une des premières choses qui saute aux yeux lorsqu'on voit l'assemblage des journées. En plus des oublis sporadiques, j'ai aussi arrêté, durant l'été 2021, la notation quotidienne pendant une période de vacances d'un mois, car je trouvais cette assignation parfois contraignante. J'avais imaginé que je pourrais simplement « passer par-dessus » ces semaines lors de l'assemblage de la fresque ; ce n'est que plus tard que j'ai vraiment compris que l'intégrité du projet signifiait l'inclusion de *toutes* les journées. J'ai aussitôt regretté cette pause d'un mois qui laissait un énorme vide dans l'assemblage des semaines, mais je me suis réconciliée avec ces zones blanches en préparant l'exposition. Il est même possible que ces zones sans couleur constituent un répit visuel dans l'assemblage, en plus de constituer une énigme pour les spectateurs.

Dans « Time in the art of Roman Opalka, Tatsuo Miyajima, and Rene Rietmeyer », De Jongh (2010) évoque le fait que Roman Opalka a perdu l'enregistrement sur lequel il prononçait le chiffre *un million* alors qu'il lui était impossible de l'enregistrer de nouveau, puisque sa voix avait changé entretemps. Lorsqu'il lui arrive de se tromper dans la séquence numérique qu'il peint, Opalka conserve aussi ces erreurs qui font partie, pour lui, « de la preuve, de la vérité et de l'authenticité de l'œuvre » (Desprats-Péquignot, 1998,

p. 44). Personnellement, chaque fois que je me rends compte que j'ai oublié une journée, je ressens la fatalité de ne pouvoir retourner en arrière pour remplir la grille de notation. Il est en effet impossible pour moi de deviner comment j'aurais noté chacun des 64 groupes de mots si je l'avais fait la veille. Malgré tout, je pense que les journées oubliées ne sont pas muettes ; elles indiquent qu'autre chose est arrivé, que la routine a été rompue, que la direction qu'a pris le déroulement de la journée m'a échappée.

Dans le catalogue *Les matins infidèles. L'art du protocole*, Lamarche (2013) donne des exemples qui relèvent de l'« esthétique de la dérogation », qui est, dit-il, le contrepoint de l'« éthique de l'assignation » (p. 12). Il énumère ainsi « la perte parfois fertile de données » (p. 17), la « rupture de ton entre la systématique du geste répétitif et les choix de couleurs » (p. 28), « un acte de sabotage visuel du système accepté » (p. 82) et « un désir de se déposséder de la maîtrise technique associée au dessin » (p. 96). Autant d'effets inattendus qui résultent de la contrainte. S'éloignant de l'idéal de perfection, Lamarche (2013) explique d'ailleurs que le titre de son exposition, *Les matins infidèles*, provient du film éponyme de Beaudry et Bouvier (1989) dans lequel le protocole établi entre un écrivain et un photographe, mandaté d'aller photographier un même coin de rue chaque jour à la même heure, dérape très rapidement après sa mise en place. Le photographe déroge de l'entente et prend des photos à toute heure du jour, provoquant ainsi la colère de l'écrivain. Pareillement, les artistes se soumettant à l'assignation « soulignent le drame d'un tel engagement, surtout lorsqu'il flanche sous les coups de boutoir que lui assènent les circonstances de la vie » (p. 12). Toute assignation connaît donc des failles, des glissements et des erreurs dans l'application du protocole, voire même une fin abrupte. Les séries *I got up* (1968-1979), *I met* (1968-1979), et *I went* (1968-1979) de On Kawara se sont toutes arrêtées en 1979 à cause du vol de la valise qui contenait le matériel nécessaire à les produire. L'entourage de l'artiste prétend qu'il était si soulagé de la disparition de son matériel qu'il n'a pas repris sa production, même après que sa valise lui ait été retournée (Masters 2015). Vraie ou non, l'anecdote offre une image forte de la pression interne causée par l'assignation.

Malgré ma réticence aux répétitions, mon projet, que j'intitule désormais *La pleine mesure*, a pris une telle importance dans ma vie personnelle en raison de la conscience de mon

état affectif qu'il me permet d'aiguiser, que je n'envisage pas l'arrêter après la maîtrise. Je l'ai commencé à l'automne 2019 et ainsi pratiqué durant 1289 jours au moment d'écrire ces lignes. Y mettre fin signifierait renoncer à connaître comment je me sens. Il ne s'agit pas là d'une information banale dont on peut se passer. Quant aux oublis, ils continueront de parsemer mes images, révélant ainsi mon niveau de distraction ou de déconnection occasionnelle d'avec moi-même.

#### 4.5 Bilan du suivi émotif

J'ai eu l'occasion, dans le passé, de participer à des ateliers de méditation en pleine conscience. Cette pratique avait eu un effet bénéfique sur le tourbillon de pensées et d'émotions par lequel je me sens habituellement assailli. Malgré ma conviction quant aux bienfaits de cette activité, je ne l'ai pas poursuivie avec autant d'assiduité qu'il aurait été nécessaire pour en prolonger les bénéfices. Or, le processus d'examen quotidien de mes états affectifs correspond, selon moi, à ce regard neutre posé sur *ce qui est*, qui caractérise la pratique de la méditation. Le déroulement de mon projet ressemble ainsi à une façon détournée de méditer, comme si la partie de mon esprit qui y résiste ne se rendait pas compte de ce subterfuge – ou, du moins, ne s'y opposait pas.

Le titre de mon exposition, *La pleine mesure*, provient d'une invitation, maintes fois répétée, énoncée par un professeur lors de séances de méditation, de prendre *la pleine mesure* de notre expérience. Il nous invitait à examiner nos sensations et émotions comme si nous étions un scientifique qui observe un phénomène qui lui est extérieur, sans faire de distinction entre ce qui est agréable et désagréable. Cette expression m'est revenue lorsque j'ai commencé l'exercice d'autoévaluation, car je trouvais étrange de *mesurer* quelque chose d'aussi intangible que des émotions. Le titre de l'exposition correspond non seulement à la réalité de l'exercice que je fais quotidiennement, mais aussi à un des préceptes du bouddhisme qui est l'équanimité, soit le fait de considérer de façon neutre autant ce qui peut sembler positif que négatif. Cette attitude m'a guidée

lorsque j'ai commencé à travailler sur la grille de notation, car il me semblait important que tous les aspects des émotions en fassent partie.

« En prenant le risque de “perdre la face”, l'être exposé à l'émotion s'engage aussi dans un acte d'honnêteté : il refuse de mentir sur ce qui le traverse, il refuse de faire semblant », écrit Georges Didi-Huberman (2013, p. 23) L'examen intègre et quotidien de mon état affectif a eu cet effet important de m'obliger à regarder, ce qui constitue la première étape de l'acceptation. Après avoir réalisé l'exercice quotidien de cartographie pendant environ un an, j'ai réalisé une colonne en tricot composée des couleurs des émotions principales quotidiennes et j'ai été étonnée de la composition qui en a résulté : 85 % des émotions prédominantes quotidiennes étaient à valence positive. C'est à ce moment que j'ai réalisé que j'avais une perception erronée de ce qui constituait mon paysage émotif. L'image mentale que je m'étais forgée, en réaction à mon histoire de vie, s'est révélée fausse. Un sentiment de reprise de pouvoir découle forcément d'une telle prise de conscience; je l'ai vécue comme un allègement. Ce sentiment de plus grande adéquation entre ma perception et la réalité observée contribue à l'augmentation de mon sentiment d'agentivité.

## 4.6 Projet d'exposition

### 4.6.1 Images

En solutionnant le mode d'assemblage des journées, il devenait plus facile de créer l'effet immersif que je visais pour la mise en espace de mon exposition finale. Ce mode d'exposition sous forme de longue fresque, qui crée presque un envahissement par la couleur, est très différent de celle des tableaux que je réalisais avant la maîtrise, et constitue une façon de représenter non seulement l'envahissement émotif parfois ressenti, mais aussi la place grandissante qu'a pris ce protocole dans ma vie. L'exposition présentera les traductions de 97 semaines d'autoévaluation, ce calcul étant fait en fonction de la dimension de la salle de la Galerie Popop qui l'accueille. Mis à part la porte du rangement, tous les murs de la salle seront couverts (voir figure 4.7).





Figure 4.7 – Danielle Robitaille, (2023), Maquette virtuelle de l'exposition

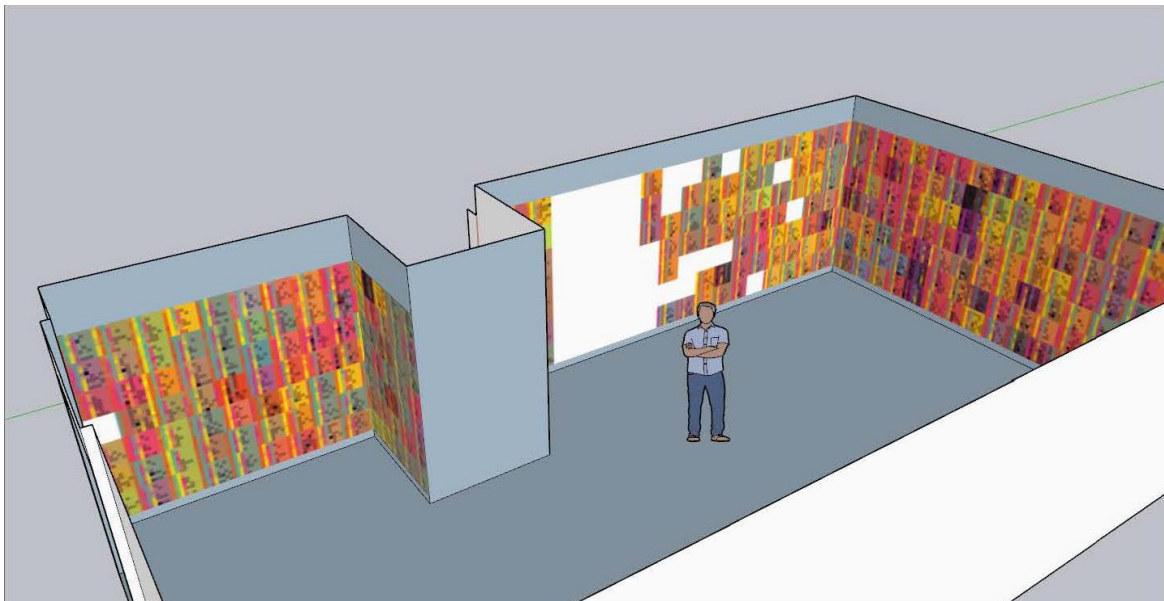


Figure 4.8 – Danielle Robitaille, (2023), Maquette virtuelle de l'exposition

La murale couvre la période du 4 janvier 2021 au 13 novembre 2022. J'ai choisi d'exposer les images depuis le début de l'utilisation de ma nouvelle grille, en janvier 2021.

Dans l'exposition *Les matins infidèles. L'art du protocole*, l'œuvre *Masse* (2012) de Sam Kinsley se présente sous forme de trous perforés à l'aide d'une aiguille dans une très longue feuille de papier, chaque trou représentant un cent de la dette de l'artiste. Cette œuvre est qualifiée de portrait par l'historienne de l'art Amber Berson (Lamarche, 2013). Lamarche précise qu'il s'agit en fait d'un « double portrait en différé de l'artiste : un premier, incarné aux yeux des instances bancaires par sa dette financière, et un second, correspondant à l'investissement de Kinsley dans la fabrication de son œuvre, mesurable en temps, en énergie et en volume. » (p. 82) J'aime appliquer à mon travail cette remarque de Lamarche à l'effet que « par la transposition [l'artiste] cherche à faire prendre conscience de l'espace que ces abstractions peuvent accaparer dans une vie. » (p. 82) Dans le cas de Kinsley, l'abstraction représentée est la somme due à la banque. Dans mon cas, les abstractions que je rends visibles sont les émotions qui m'envahissent, sans que cela soit toujours perceptible. Au cours de l'exposition finale, l'espace qu'occuperont ces transpositions sera vaste et j'espère que l'effet des couleurs sera à la mesure de l'envahissement émotif parfois ressenti. Pour cette raison, mon œuvre abstraite agit comme une forme d'autoportrait.

Les images de l'exposition ont été imprimées sur des feuilles de polypropylène 152 x 227 cm. Ce matériau a été choisi pour sa plus grande résistance à la manipulation, de même que sa stabilité dimensionnelle, quelles que soient les conditions ambiantes d'humidité. Sa robustesse permet d'envisager un usage répété pour de futures expositions. Le dessus des feuilles est mat, si bien qu'on ne perçoit pas qu'il s'agit d'un matériau synthétique; ce fini semblable au papier donne à la couleur imprimée une très grande profondeur, ce qui était une nécessité vitale du projet. Le dispositif d'accrochage des 20 grandes feuilles pour l'exposition finale a fait l'objet de beaucoup de réflexion, de discussions techniques et d'essais. La solution retenue est celle des barres en Z (aussi appelées claies). Ce système de baguettes de bois (l'une fixée sur la feuille et s'appuyant sur celle fixée au mur) devrait permettre d'afficher les feuilles sans que le dispositif d'accrochage soit visible, de donner une structure forte au matériau souple et de laisser

l'impression visuelle que la feuille flotte sur le mur, ce qui mettra en valeur l'expérience de la couleur.

Mon désir est de mettre les visiteurs en situation d'enquête sur ce qu'ils voient de même que sur ce qu'ils ressentent. L'expérience émotionnelle que Despret (2001) propose dans la conclusion de *Ces émotions qui nous fabriquent* me sert de guide à cet égard. Elle donne un aperçu de la perplexité quant aux émotions que les visiteurs pourraient eux-mêmes ressentir :

... l'expérience émotionnelle [...] est un outil performatif de modification des expériences : opérer un changement de rythme pour se laisser habiter par une expérience, *ralentir*; accepter de ne plus savoir ce que l'on croyait savoir, *hésiter*; en passer par une expérience où je ne peux plus savoir ce qui est monde et ce qui est moi [...] *être ému*. La théorie de l'émotion, en tant que proposition d'expérience, est une théorie qui se définit comme une pratique inductrice de mouvement, de perplexité, d'affect. (p. 265).

#### 4.6.2 Textes

J'ai toujours aimé écrire. Adolescente, je tenais un journal intime et j'écrivais des poèmes. Le type d'écriture que j'ai poursuivi, adulte, était de type introspectif, bien qu'en dehors de tout journal intime. C'est ma façon d'entretenir un dialogue intérieur. À partir de l'an 2000, j'ai commencé à suivre des ateliers de création littéraire, autant en poésie qu'en prose; j'en ai d'ailleurs suivi un dans le cadre de mon cheminement de maîtrise (*Écriture et territoire d'écriture*, cours de création littéraire à l'UQAR en 2021).

Inspirée par les courts textes défilant dans les vidéos de Claire Savoie, j'ai commencé, pendant l'activité *Travaux dirigés I*, à noter des phrases qui pourraient être incluses aux images de chaque journée. J'avais aussi à l'esprit les sous-titres qui accompagnent certains des tableaux de Kawara, et à quel point ces mots semblent être les seuls éléments personnels qui nous informent parfois de l'état d'esprit dans lequel il est au moment de créer le tableau. Dans mon cas, j'ai pensé que quelques mots accompagnant les images quotidiennes pouvaient donner une indication du sentiment de cette journée, au-delà de ce qu'indiquerait la couleur. La question que je me posais au moment d'écrire

ces phrases était : que reste-t-il de cette journée? Quelle teneur prendrait le « précipité » de ce jour? Pendant quelques mois, j'ai donc écrit de courtes phrases pour poétiser un sentiment ou un événement de la journée. Ce sont ces phrases qui ont été placées sur les images du projet *Février à avril 2021* (fig. 4.3).

Mon intention était d'inclure dans l'exposition la diffusion d'un enregistrement de ces phrases, qui donnerait aux visiteurs un indice supplémentaire quant à l'aspect émotif qui sous-tend le jeu visuel des formes et des couleurs. Le texte leur offrirait un accès aux ressentis derrière les images. Mais ces phrases quotidiennes étaient trop abstraites pour jouer ce rôle; elles étaient presque aussi abstraites que les images elles-mêmes. J'ai donc plutôt tiré un collage littéraire d'un texte écrit pendant le séminaire *De l'individu à l'individualité*, texte qui contient les réponses à des questions élaborées par le groupe et visant à partager des éléments de ce qui nous constitue. Ce texte à caractère intime, que j'ai écrit de manière la plus intègre possible, agira comme contrepoint aux images abstraites qui couvriront les murs; je le conçois comme le terreau (là d'où je viens) de la consignation des émotions (là où je suis, avec ce qui m'agit). L'enregistrement sera diffusé par un haut-parleur suspendu au centre du cercle tracé par les mots-émotions au sol. Le choix de l'emplacement du haut-parleur, au-dessus du cercle dessiné par les mots, mais décalé par rapport au centre, est une invitation faite aux visiteurs de se placer eux-mêmes au centre du cercle afin que ma voix leur parle dans l'oreille.

Visiter l'exposition est une invitation à accéder à une intériorité. Les couleurs sur les murs évoquent des états émotifs et la voix précise la teneur des pensées qui se déroulent simultanément dans l'esprit.

## CONCLUSION

L'acte de voir cela, c'est-à-dire à nouveau l'acte de voir la réalité telle qu'elle est dans toute sa complexité, sans l'enjoliver ni la noircir, dans tous ses aspects, y compris ceux qui semblent contradictoires, y compris le beau et le laid, le bon et le mauvais, cet acte engendre la joie. [...] nous éprouvons de la joie quand nous faisons corps avec ce que nous sommes et avec le fait que nous ne savons pas qui nous sommes : nous le créons et le devenons. [...] Ni vraie ni fausse, la création est en effet le signe ou le symptôme d'une augmentation de puissance chez celui ou celle qui s'ouvre à ce qui devient et se prête à son mouvement [...]. (p. 172)

Inspirée par ce qu'écrit ici Pierre Bertrand (Ninacs, 2011), je veux conclure en disant qu'en créant ce dispositif pour voir encore et encore la réalité émotive telle que je la ressens, je me crée. Les images générées par mon projet ne sont pas une représentation du ressenti émotif; elles en constituent un précipité, la capture de traces évanescences comme autant de signes abstraits formant la trame d'un journal intime. Même s'il s'agit d'un autoportrait crypté, il n'en demeure pas moins un autoportrait.

Par ce processus, je tente toutefois moins de transposer mon vécu personnel que le caractère insaisissable des émotions; je cherche à permettre aux sens d'en reconnaître les infinies variations. Bien que *La pleine mesure* soit entièrement axée sur mes propres émotions, j'aimerais maintenant que l'œuvre s'ouvre aux autres. Il me semble justifié que ce projet ait dû commencer par mon propre examen : j'ai eu ainsi amplement l'occasion de goûter ses effets et d'adapter le processus pour le rendre plus précis. Si je constate les bienfaits de mon exercice quotidien dans mon expérience, les études récentes en psychologie, celles d'Eve Ekman notamment<sup>11</sup>, sont nombreuses à prouver qu'un tel examen augmente la « littéracie émotive » et participe ainsi au mieux-être des individus et de la vie collective. Par désir de contribuer activement à ce champ de la connaissance essentiel à notre époque où les souffrances individuelles pénètrent les moindres secteurs, j'aimerais partager avec d'autres l'approche que j'ai élaborée, entre autres dans le cadre d'ateliers participatifs. J'ai commencé à le faire à l'été 2022, lors de la mission *Inclusion*

---

<sup>11</sup> <https://resources.soundstrue.com/podcast/how-do-we-sustain-an-open-heart/>

sur le navire de recherche Coriolis II; les résultats de la *Cartographie fluviale et émotive* que j'ai réalisée avec les autres membres de la mission et avec l'équipage me paraissent, pour les participant-e-s comme pour mon art, prometteurs. J'aurai l'occasion de le vérifier en juillet 2023, lors d'une résidence de recherche au Arteles Creative center, près de Tampere en Finlande. Le projet me permettra d'expérimenter de nouvelles formes de traduction de la cartographie des états affectifs en collectant les données des autres artistes qui seront présents et en cherchant une façon de combiner nos différents résultats en une seule image

J'ai écrit dans l'introduction de ce mémoire que j'avais senti une soif d'apprendre pendant mon parcours au certificat en arts plastiques. Je constate que, malgré toutes les pages de recherche qui précèdent, cette soif est plus forte que jamais à la fin de mon parcours à la maîtrise. C'est dire à quel point le domaine de questionnement qui m'intéresse est vaste et riche. Je sais que les recherches et les découvertes se poursuivront, ce qui me remplit de satisfaction.

## RÉFÉRENCES

- Abouddrar, B. (2006). L'expression des passions : anatomie, dessin, sentiment. *Les passions à l'âge classique: Théories et critiques des passions, II.* (159-174). Presses Universitaires de France.  
<https://doi-org.proxy.bibliotheques.uqam.ca/10.3917/puf.morea.2006.01.0159>
- Albers, J. (2013). *L'interaction des couleurs* (C. Gilbert, trad., nouv. éd.). Éditions Hazan. (Publication originale en 1963)
- Baider, F. et Cislaru, G. (dir.). (2013). *Cartographie des émotions : propositions linguistiques et sociolinguistiques*. Presses Sorbonne nouvelle. [Livre numérique]. Consulté à l'adresse <https://books.openedition.org/psn/2358>
- Bandura, A. (2006). Toward a psychology of human agency. *Perspectives on psychological science, 1*(2),164-180.
- Bandura, A. (2018). Toward a psychology of human agency : Pathways and reflections. *Perspectives on psychological science, 13*(2), 130–136.  
<https://doi.org/10.1177/1745691617699280>
- Barrett, L. F., Duncan, S. (2007). Affect is a form of cognition: A neurobiological analysis. *Cognition and emotion, 21*(6), 1184-1211. <https://doi.org/10.1080/02699930701437931>
- Barrett, L. F. (2009). Variety is the spice of life: a psychological construction approach to understanding variability in emotion. *Cognition and emotion, 23*(7), 1284-1306.
- Barrett, L. F. (2011). Constructing emotion. *Psychological topics, 20*(3), 359–380.
- Barrett, L. F. (2012). Emotions are real. *Emotion, 12*(3), 413-429.  
<https://doi.org/10.1037/a0027555>
- Beaudry, J. et Bouvier F. (réalisateurs). (1989). *Les matins infidèles* [film]. Productions du lundi matin avec la participation de la SOGIC, de Téléfilm Canada et de Radio-Canada
- Beaupré, M.-È. (2009). *Les desseins de la couleur seule : peinture et monochromie chez Guy Pellerin, Stéphane Larue et Francine Savard* (mémoire de maitrise). Université du Québec à Montréal.

- Berdugo, L. et Nicely, M. V. (2019). A new quantified self: embodied pedagogy and artistic practice. *International journal of performance arts and digital media*, 15(1), 104-119. <https://doi.org/10.1080/14794713.2019.1569348>
- Bosséno, C.-M. (2004). Bill Viola, une révolution du regard. « The Passions », Londres, 2003. *Vertigo*, 25(1), 54-56. <https://doi.org/10.3917/ver.025.0054>
- Champa, K. S. (1985). *Mondrian studies*. The University of Chicago Press.
- Daigneault, G. (dir.), Gagnon, F.-M., Mafra, M. (dir.), Nasgaard, R., Séguin, M., Teysède, B. (2018). *Guido Molinari*. Fondation Guido Molinari.
- Dagiral, É., Licoppe, C., Martin, O. et Pharabod, A.-S. (2019). Le *Quantified Self* en question (s) – Un état des lieux des travaux de sciences sociales consacrés à l'automesure des individus. *Réseaux*, 4(216), 17-54. Consulté à l'adresse <https://www.cairn.info/revue-reseaux-2019-4-page-17.html>.
- De Jongh, K. (2010). Time in the art of Roman Opalka, Tatsuo Miyajima, and Rene Rietmeyer. *KronoScope*, 10(1-2), 88–117. <https://doi.org/10.1163/156852410X561880>
- Desprats-Péquignot, C. (1998). *Roman Opalka : une vie en peinture, suivi de Création et trauma*. L'Harmattan.
- Despret, V. (2001). *Ces émotions qui nous fabriquent. Ethnopsychologie des émotions*. Les empêcheurs de penser en rond.
- Didi-Huberman, G. (2013). *Quelle émotion! Quelle émotion?* Bayard.
- Ekman, P. et Cordaro, D. (2011). What is meant by calling emotions basic. *Emotion review*, 3(4), 364–370. <https://doi.org/10.1177/1754073911410740>
- Frick, L. (2014). Self-surveillance. *Embo reports*, 15(3), 218-222. <https://doi.org/10.1002/embr.201438460>
- Fugate, J. M. B. et Franco, C. L. (2019). What color is your anger? Assessing color-emotion pairings in English speakers. *Frontiers in psychology*, 10(206), 1-17. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00206>



- Gibeau, A. (2012). Dossier « En territoire féministe : regards et relectures ». *Postures*, 15, En ligne <http://revuepostures.com/fr/articles/marechal-15>
- Grenier, C. (2008). *La revanche des émotions*. Éditions du Seuil.
- Gruber, J. (2016). Are positive emotions always good for you? *Emotion researcher, ISRE's sourcebook for research on emotion and affect*. Consulté à l'adresse <http://emotionresearcher.com/are-positive-emotions-always-good-for-you/>
- Havercroft, B. (2017). Autobiographie et agentivité. Répétition et variation au féminin. Dans Hamel, J.-F., Havercroft, B., et Lefort-Favreau, J. (dir.). *Politique de l'autobiographie : engagements et subjectivités* (265–280). Nota Bene.
- Hilder, J. (2017). *Feeling numbers: KP Brehmer and the supermarket, on the occasion of To refuse/To wait /To sleep*. Consulté à l'adresse [http://stuporstructures.com/post\\_july\\_2016\\_PDFs/KP\\_Brehmer\\_and\\_the\\_Supermarket.pdf](http://stuporstructures.com/post_july_2016_PDFs/KP_Brehmer_and_the_Supermarket.pdf)
- Kahneman, D. (2011). *Thinking, fast and slow*. Penguin Random House.
- Kraus, E., Koep, D., Roettig et P., Ansen, S. (commissaires). (2019). *KP Brehmer : Art ≠ propaganda* [catalogue d'exposition]. Koenig Books Ltd.
- Lacroix, L. (commissaire). (2004). *Guy Pellerin : La couleur d'Ozias Leduc* [catalogue d'exposition]. Musée d'art de Joliette.
- Lamarche, B. (commissaire). (2013). *Les matins infidèles. L'art du protocole* [catalogue d'exposition]. Musée national des beaux-arts du Québec.
- Larsen, J. T. et McGraw, A. P. (2014). The case for mixed emotions. *Social and personality psychology compass*, 8(6), 263–274. <https://doi.org/10.1111/spc3.12108>
- Latreille, E. (2016). Douglas Gordon « From God to nothing » à l'École d'Architecture de Montpellier. *En revenant de l'expo !* Consulté à l'adresse <https://www.enrevenantdelexpo.com/2016/09/23/douglas-gordon-from-god-to-nothing-ecole-architecture-montpellier/>

- Lichtenstein, J. (2013). *La couleur éloquente : Rhétorique et peinture à l'âge classique* (3<sup>ème</sup> éd.). Flammarion (Champs).
- MacCormack, J. K., Lindquist, K. A. (2017). Bodily contributions to emotion : Schachter's legacy for a psychological constructivist view on emotion. *Emotion Review*, 9(1), 36-45. Consulté à l'adresse <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1754073916639664>
- Masters, H. G. (2015). On Kawara: silence. *Artasiapacific*, 95(95), 147–147.
- Meyer, R. (2008). Representing the passions from Bamberg cathedral to Bill Viola. *Textual practice*, 22(1), 123–132. <https://doi.org/10.1080/09502360701842108>
- Murphy, S. (2012). Guy Pellerin : Peindre loin (et construire). *esse arts + opinions*, 76 (Automne 2012), 16-19.
- Ninacs, A-M. (éd). (2011). *Lucidité : Vues de l'intérieur / Lucidity. Inward views*. Mois de la photo à Montréal.
- Pastoreau, M. et Simonnet, D. (2005). *Le petit livre des couleurs*. Éditions du Panama.
- Plutchik, R. (2001). The nature of emotions. *American Scientist*, 89(4).
- Rainville, M. (2008). *La signature de Rober Racine. Réécritures et systèmes* (mémoire de maîtrise). Université du Québec à Montréal.
- Rhee, J. (2006). Time embodied : the lived body in On Kawara's Date paintings. *Thresholds*, 31(31), 110–113. [https://doi.org/10.1162/thld\\_a\\_00276](https://doi.org/10.1162/thld_a_00276)
- Ricard, M. (2008). *L'art de la méditation*. NiL éditions.
- Rider, A. (2015). On Kawara : New York. *The Burlington magazine*, 157(1347), 439-440. Consulté à l'adresse <https://www.jstor.org/stable/43858112>
- Rider, A. (2016). The longevity of Roman Opałka. *Art history*, 39(4), 820–839. <https://doi.org/10.1111/1467-8365.12271>

- Rodriguez, N. (2018). The question of the subject in times of the quantified self. *The spectator*, 38(1), 44-50.
- Russell, J. A. (1980). A circumplex model of affect. *Journal of personality and social psychology*, 39(6), 1161-1178.
- Russell, J. A. et Carroll, J. M. (1999). On the bipolarity of positive and negative affect. *Psychological Bulletin*, 125, 3–30. DOI: 10.1037/0033-2909.125.1.3
- Russell, J. A. (2003). Core affect and the psychological construction of emotion. *Psychological review*, 110(1), 145-172. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.110.1.145>
- Scherer, K. R. (2005). What are emotions? And how can they be measured? *Social science information*, 44(4), 695–729. <https://doi.org/10.1177/0539018405058216>
- Solomon, R. C. et Stone, L. D. (2002). On " positive " and " negative " emotions. *Journal for the theory of social behaviour*, 32(4), 417-435. <https://doi.org/10.1111/1468-5914.00196>
- Stoilas, H. (2017). Bill Viola reimagines the Renaissance with a retrospective in Florence. *The art newspaper*. Consulté à l'adresse <https://www.theartnewspaper.com/2017/03/01/bill-viola-reimagines-the-renaissance-with-a-retrospective-in-florence>
- Urist, J. (2015, 14 mai). From paint to pixels. *The Atlantic*. Consulté à l'adresse <https://www.theatlantic.com/entertainment/archive/2015/05/the-rise-of-the-data-artist/392399/>
- Valdez, P. et Mehrabian, A. (1994). Effects of color on emotions. *Journal of experimental psychology : General*, 123(4), 394-409.
- Vidéographe. (2005). *La couleur chante, Molinari* [Film]. Vidéographe.
- Watson, D., Clark, L. A. et Tellegen, A.. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of personality and social psychology*, 54(6), 1063–70. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.54.6.1063>
- Watson, D. et Clark, L. A. (1994). *The PANAS-X. Manual for the positive and negative affect schedule – Expanded form*. The University of Iowa. <https://doi.org/10.17077/48vt-m4t2>

Willcox, G. (1982). The feeling wheel - A tool for expanding awareness of emotions and increasing spontaneity and intimacy. *Transactional analysis journal*, 12(4), 274-276.

Willcox, G. (2001). *Feelings : converting negatives to positives*. Morris publishing.

## BIBLIOGRAPHIE

- Abouddrar, B. (2006). L'expression des passions : anatomie, dessin, sentiment. *Les passions à l'âge classique: Théories et critiques des passions, II.* (159-174). Presses Universitaires de France.  
<https://doi-org.proxy.bibliotheques.uqam.ca/10.3917/puf.morea.2006.01.0159>
- Albers, J. (2013). *L'interaction des couleurs* (C. Gilbert, trad., nouv. éd.). Éditions Hazan. (Publication originale en 1963)
- Baider, F. et Cislaru, G. (dir.). (2013). *Cartographie des émotions : propositions linguistiques et sociolinguistiques*. Presses Sorbonne nouvelle. [Livre numérique]. Consulté à l'adresse <https://books.openedition.org/psn/2358>
- Ball, P. (2010). *Histoire vivante des couleurs*. Éditions Hazan.
- Bandura, A. (2006). Toward a psychology of human agency. *Perspectives on psychological science*, 1(2), 164-180.
- Bandura, A. (2018). Toward a psychology of human agency : Pathways and reflections. *Perspectives on psychological science*, 13(2), 130–136.  
<https://doi.org/10.1177/1745691617699280>
- Barrett, L. F., Duncan, S. (2007). Affect is a form of cognition: A neurobiological analysis. *Cognition and emotion*, 21(6), 1184-1211. <https://doi.org/10.1080/02699930701437931>
- Barrett, L. F. (2009). Variety is the spice of life: a psychological construction approach to understanding variability in emotion. *Cognition and emotion*, 23(7), 1284-1306.
- Barrett, L. F. (2011). Constructing emotion. *Psychological topics*, 20(3), 359–380.
- Barrett, L. F. (2012). Emotions are real. *Emotion*, 12(3), 413-429.  
<https://doi.org/10.1037/a0027555>
- Bartram, L., Patra, A., Stone, M. (2017). *Affective color in visualisation*. CHI 2017 : Proceedings of the 2017 Conference on human factors in computing systems. 1364-1374. DOI: <http://dx.doi.org/10.1145/3025453.3026041>

- Batchelor, D. (2001). *La peur de la couleur*. Éditions Autrement.
- Beaudry, J. et Bouvier, F. (réalisateurs). (1989). *Les matins infidèles* [film]. Productions du lundi matin avec la participation de la SOGIC, de Téléfilm Canada et de Radio-Canada
- Beaupré, M.-È. (2009). *Les desseins de la couleur seule : peinture et monochromie chez Guy Pellerin, Stéphane Larue et Francine Savard* (mémoire de maîtrise). Université du Québec à Montréal.
- Berdugo, L. et Nicely, M. V. (2019). A new quantified self: embodied pedagogy and artistic practice. *International journal of performance arts and digital media*, 15(1), 104-119. <https://doi.org/10.1080/14794713.2019.1569348>
- Bonin, V., Brown, L., Ibghy, R. et Lemmens, M., Kerr, S., O'Brian, M., Scott, K. (2020). *Richard Ibghy and Marilou Lemmens : The power given to abstractions that make us stupid*. Co-édition: Agnes Etherington Art Centre (Kingston, Ontario), Owens Art Gallery (Sackville, Nouveau-Brunswick), SFU Galleries (Burnaby, Colombie-Britannique) et Southern Alberta Art Gallery (Lethbridge, Alberta).
- Bourdeau, L.-A. (2018). *Les Microchromies de Fernand Leduc comme nouvelle expression du paysage*. Actes du 17e colloque international étudiant du Département des sciences historiques de l'Université Laval. Consulté à l'adresse : <https://www.erudit.org/fr/livres/actes-des-colloques-dartefact/actes-17e-colloque-international-etudiant-departement-sciences-historiques--978-2-9816015-4-4/004687co/>
- Bosséno, C.-M. (2004). Bill Viola, une révolution du regard. « The Passions », Londres, 2003. *Vertigo*, 25(1), 54-56. <https://doi.org/10.3917/ver.025.0054>
- Bouvet, R., Guy, H., Waddell, E. (2008). *La carte : point de vue sur le monde*. Mémoire d'encrier.
- Champa, K. S. (1985). *Mondrian studies*. The University of Chicago Press.
- Charron, M.-È. (2007). Le quotidien densifié par Claire Savoie. *Publication Vox*, no 20. Consulté à l'adresse <http://centrevox.ca/exposition/claire-savoie-2/>
- Daigneault, G. (dir.), Gagnon, F.-M., Mafra, M. (dir.), Nasgaard, R., Séguin, M., Teyssède, B. (2018). *Guido Molinari*. Fondation Guido Molinari.

- Dagiral, É., Licoppe, C., Martin, O. et Pharabod, A.-S. (2019). Le *Quantified Self* en question (s) – Un état des lieux des travaux de sciences sociales consacrés à l'automesure des individus. *Réseaux*, 4(216), 17-54. Consulté à l'adresse <https://www.cairn.info/revue-reseaux-2019-4-page-17.html>.
- De Jongh, K. (2010). Time in the art of Roman Opalka, Tatsuo Miyajima, and Rene Rietmeyer. *KronoScope*, 10(1-2), 88–117. <https://doi.org/10.1163/156852410X561880>
- Desprats-Péquignot, C. (1998). *Roman Opalka : une vie en peinture, suivi de Création et trauma*. L'Harmattan.
- Despret, V. (2001). *Ces émotions qui nous fabriquent. Ethnopsychologie des émotions*. Les empêcheurs de penser en rond.
- Didi-Huberman, G. (2013). *Quelle émotion! Quelle émotion?* Bayard.
- Ekman, P. et Cordaro, D. (2011). What is meant by calling emotions basic. *Emotion review*, 3(4), 364–370. <https://doi.org/10.1177/1754073911410740>
- Frick, L. (2014). Self-surveillance. *Embo reports*, 15(3), 218-222. <https://doi.org/10.1002/embr.201438460>
- Fugate, J. M. B. et Franco, C. L. (2019). What color is your anger? Assessing color-emotion pairings in English speakers. *Frontiers in psychology*, 10(206), 1-17. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00206>
- Gibeau, A. (2012). Dossier « En territoire féministe : regards et relectures ». *Postures*, 15, En ligne <http://revuepostures.com/fr/articles/marechal-15>
- Gosselin, P. et Le Coguiec, É (dir). (2009). *La recherche création. Pour une compréhension de la recherche en pratique artistique*. Presses de l'Université du Québec.
- Grenier, C. (2008). *La revanche des émotions*. Éditions du Seuil.
- Gruber, J. (2016). Are positive emotions always good for you? *Emotion researcher, ISRE's sourcebook for research on emotion and affect*. Consulté à l'adresse <http://emotionresearcher.com/are-positive-emotions-always-good-for-you/>

- Halbout, R.-M. (2014). Bill Viola, une expérience du temps. *Cahiers jungiens de psychanalyse*, 140(2), 175–180. <https://doi.org/10.3917/cjung.140.0175>
- Harmon, K. et Clemans, G. (2009). *The map as art : Contemporary artists explore cartography*. Princeton architectural press.
- Havercroft, B. (2017). Autobiographie et agentivité. Répétition et variation au féminin. Dans Hamel, J.-F., Havercroft, B., et Lefort-Favreau, J. (dir.). *Politique de l'autobiographie : engagements et subjectivités* (265–280). Nota Bene.
- Hilder, J. (2017). *Feeling numbers: KP Brehmer and the supermarket, on the occasion of To refuse/To wait /To sleep*. Consulté à l'adresse [http://stuporstructures.com/post\\_july\\_2016\\_PDFs/KP\\_Brehmer\\_and\\_the\\_Supermarket.pdf](http://stuporstructures.com/post_july_2016_PDFs/KP_Brehmer_and_the_Supermarket.pdf)
- Ibghy, R., Lemmens, M. (2015). Our latest greatest hope. *BNLMTL 2014 L'avenir (looking forward)* [catalogue d'exposition]. Montréal : La Biennale de Montréal 2014 en collaboration avec le Musée d'art contemporain de Montréal.
- Istomina, T. (2015). Laurie Frick: The future and present of data art. *Metaleptic stories*. Consulté à l'adresse <http://metaleptic.blogspot.com/2015/07/laurie-frick-future-and-present-of-data.html>
- Jackson, J. C., Watts, J., Henry, T. R., List, J.-M., Forkel, R., Mucha, P. J., ... Lindquist, K. A. (2019). Emotion semantics show both cultural variation and universal structure. *Science*, 366, 1517–1522. <https://doi.org/10.1126/science.aaw8160>
- Kahneman, D. (2011). *Thinking, fast and slow*. Penguin Random House.
- Kleinginna, P.R. et Kleinginna, A.M. (1981). A categorized list of emotion definitions, with suggestions for a consensual definition. *Motivation and emotion*, 5(4), 345–379. <https://doi.org/10.1007/BF00992553>
- Kraus, E., Koep, D., Roettig et P., Ansen, S. (commissaires). (2019). *KP Brehmer : Art ≠ propaganda* [catalogue d'exposition]. Koenig Books Ltd.
- Lacroix, L. (commissaire). (2004). *Guy Pellerin : La couleur d'Ozias Leduc* [catalogue d'exposition]. Musée d'art de Joliette.



- Lamarche, B. (commissaire). (2013). *Les matins infidèles. L'art du protocole* [catalogue d'exposition]. Musée national des beaux-arts du Québec.
- Lamarre, A. (1994). *Guy Pellerin : La couleur des lieux* [catalogue d'exposition]. Galerie Yves Le Roux.
- Larsen, J. T. et McGraw, A. P. (2014). The case for mixed emotions. *Social and personality psychology compass*, 8(6), 263–274. <https://doi.org/10.1111/spc3.12108>
- Latreille, E. (2016). Douglas Gordon « From God to nothing » à l'École d'Architecture de Montpellier. *En revenant de l'expo !* Consulté à l'adresse <https://www.enrevenantdelexpo.com/2016/09/23/douglas-gordon-from-god-to-nothing-ecole-architecture-montpellier/>
- Leleu, M. (1965). Une « météorologie intime », le journal de Charles Du Bos. *Cahiers de l'Association internationale des études françaises*. n°17. pp. 133-150; doi : <https://doi.org/10.3406/caief.1965.2283>
- Lichtenstein, J. (2013). *La couleur éloquente : Rhétorique et peinture à l'âge classique* (3<sup>ème</sup> éd.). Flammarion (Champs).
- MacCormack, J. K., Lindquist, K. A. (2017). Bodily contributions to emotion : Schachter's legacy for a psychological constructivist view on emotion. *Emotion Review*, 9(1), 36-45. Consulté à l'adresse <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1754073916639664>
- Masters, H. G. (2015). On Kawara: silence. *Artasiapacific*, 95(95), 147–147.
- McCandless, D. (2010). *The beauty of data visualisation*. [conférence TED]. Consulté à l'adresse [https://www.ted.com/talks/david\\_mccandless\\_the\\_beauty\\_of\\_data\\_visualization](https://www.ted.com/talks/david_mccandless_the_beauty_of_data_visualization)
- Meyer, R. (2008). Representing the passions from Bamberg cathedral to Bill Viola. *Textual practice*, 22(1), 123–132. <https://doi.org/10.1080/09502360701842108>
- Murphy, S. (2012). Guy Pellerin : Peindre loin (et construire). *esse arts + opinions*, 76 (Automne 2012), 16-19.

- Ninacs, A-M. (éd). (2011). *Lucidité : Vues de l'intérieur / Lucidity. Inward views*. Mois de la photo à Montréal.
- Noël, B., Roubaud et J., Savinel, C. (1996). *Roman Opalka*. Éditions Dis Voir.
- Olmedo, É. (2020). *Cartographie sensible : tracer une géographie du vécu par la recherche-création* (thèse de doctorat). Université Paris 1 Panthéon-Sorbonne.
- Olmedo, É. (2021). À la croisée de l'art et de la science : la cartographie sensible comme dispositif de recherche-création. *Mappemonde* [En ligne]. 130.  
<http://journals.openedition.org/mappemonde/5346> ; DOI : <https://doi.org/10.4000/mappemonde.5346>
- Pastoureau, M. (2000). *Bleu. Histoire d'une couleur*. Éditions du Seuil.
- Pastoureau, M. et Simonnet, D. (2005). *Le petit livre des couleurs*. Éditions du Panama.
- Pinker, S. (2013). Million dollar blocks (Spatial information design lab). Article publié dans le cadre de l'expérience curatorielle virtuelle Design and violence du MoMA. Consulté à l'adresse <https://www.moma.org/interactives/exhibitions/2013/designandviolence/million-dollar-blocks-by-the-spatial-information-design-lab/>
- Plutchik, R. (1991). *The emotions. Facts, theories, and a new model*. University Press of America. (Original publié en 1962)
- Plutchik, R. (2001). The nature of emotions. *American Scientist*, 89(4).
- Rainville, M. (2008). *La signature de Rober Racine. Réécritures et systèmes* (mémoire de maîtrise). Université du Québec à Montréal.
- Rhee, J. (2006). Time embodied : the lived body in On Kawara's Date paintings. *Thresholds*, 31(31), 110–113. [https://doi.org/10.1162/thld\\_a\\_00276](https://doi.org/10.1162/thld_a_00276)
- Ricard, M. (2008). *L'art de la méditation*. NiL éditions.
- Rider, A. (2015). On Kawara : New York. *The Burlington magazine*, 157(1347), 439-440. Consulté à l'adresse <https://www.jstor.org/stable/43858112>

- Rider, A. (2016). The longevity of Roman Opalka. *Art history*, 39(4), 820–839. <https://doi.org/10.1111/1467-8365.12271>
- Rodriguez, N. (2018). The question of the subject in times of the quantified self. *The spectator*, 38(1), 44-50.
- Røssaak, E. (2009). Affects and medium: re-imagining media differences through Bill Viola's *The quintet of the astonished*. *New review of film and television studies*, 7(3), 339–352. <https://doi.org/10.1080/17400300903047086>
- Russell, J. A. (1980). A circumplex model of affect. *Journal of personality and social psychology*, 39(6), 1161-1178.
- Russell, J. A. et Carroll, J. M. (1999). On the bipolarity of positive and negative affect. *Psychological Bulletin*, 125, 3–30. DOI: 10.1037/0033-2909.125.1.3
- Russell, J. A. (2003). Core affect and the psychological construction of emotion. *Psychological review*, 110(1), 145-172. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.110.1.145>
- Savoie, C. et al. (2008). *Je te dis que je suis incapable de clore l'exercice--Claire Savoie: I am telling you that I am incapable of ending this activity*. VOX, centre de l'image contemporaine.
- Scherer, K. R. (2004). Ways to study the nature and frequency of our daily emotions: reply to the commentaries on "Emotions in everyday life". *Social science information*, 43(4), 667–689. <https://doi.org/10.1177/0539018404047713>
- Scherer, K. R. (2005). What are emotions? And how can they be measured? *Social science information*, 44(4), 695–729. <https://doi.org/10.1177/0539018405058216>
- Solomon, R. C. et Stone, L. D. (2002). On " positive " and " negative " emotions. *Journal for the theory of social behaviour*, 32(4), 417-435. <https://doi.org/10.1111/1468-5914.00196>
- Springfeldt, B., et Moderna Museet. (1980). *On Kawara : continuity / discontinuity, 1963-1979* [catalogue d'exposition]. Moderna Museet.

Stoilas, H. (2017). Bill Viola reimagines the Renaissance with a retrospective in Florence. *The art newspaper*. Consulté à l'adresse <https://www.theartnewspaper.com/2017/03/01/bill-viola-reimagines-the-renaissance-with-a-retrospective-in-florence>

Sutton, J. (2017). Lisa Feldman Barrett. 'Many fairy tales about the brain still propagate through our field'. *The psychologist*, 30(4), 54–57. Consulté à l'adresse <https://www.bps.org.uk/psychologist/many-fairy-tales-about-brain-still-propagate-through-our-field>

Urist, J. (2015, 14 mai). From paint to pixels. *The Atlantic*. Consulté à l'adresse <https://www.theatlantic.com/entertainment/archive/2015/05/the-rise-of-the-data-artist/392399/>

Valdez, P. et Mehrabian, A. (1994). Effects of color on emotions. *Journal of experimental psychology : General*, 123(4), 394-409.

Vidéographe. (2005). *La couleur chante, Molinari* [Film]. Vidéographe.

Watson, D., Clark, L. A. et Tellegen, A.. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of personality and social psychology*, 54(6), 1063–70. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.54.6.1063>

Watson, D. et Clark, L. A. (1994). *The PANAS-X. Manual for the positive and negative affect schedule – Expanded form*. The University of Iowa. <https://doi.org/10.17077/48vt-m4t2>

Willcox, G. (1982). The feeling wheel - A tool for expanding awareness of emotions and increasing spontaneity and intimacy. *Transactional analysis journal*, 12(4), 274-276.

Willcox, G. (2001). *Feelings : converting negatives to positives*. Morris publishing.

Woo, J.-A. (2014). On Kawara's date paintings: Series of horror and boredom. *Art journal*, 69(3), 62-72. <https://doi.org/10.1080/00043249.2010.10791384>