THÈSE
Pour obtenir le grade de Docteur

Délivré par **Université Paul-Valéry Montpellier**

Préparée au sein de l'école doctorale58
et de l'unité de recherche LIRDEF

Spécialité : **Doctorat en Sciences de l'éducation**

Présentée par Bernard MAZARD

L'apprentissage de la dégustation du vin via une pédagogie eudémonique, les apports de la pleine conscience et de la méthode esthétique : des émotions au capital émotionnel.

Soutenue le 10 Décembre 2021 devant le jury composé de

PR. Jeanne MONTEL-MALLET Professeur des universités, Sciences de l'éducation et de la formation HDR 1° classe émérite, Aix Marseille université	Rapporteur
PR. Eric DUGAS, Professeur des universités, sciences de l'éducation et de la formation, HDR, université de Bordeaux-INSPE académie de Bordeaux	Rapporteur
PR. Béatrice MABILON-BONFILS, professeur des université, Sciences de l'éducation et de la formation, HDR, Université de Cergy	Présidente du Jury
PR. Romuald NORMAND, Professeur des universités, sociologie, HDR, Faculté de sciences sociales, universités de Strasbourg, Membre de l'Unité mixte de recherche CNRS7363SAGE (Société, Acteurs et Gouvernement en Europe)	Jury
PR. Bénédicte GENDRON, directrice de la thèse, Professeur des universités, Sciences de l'éducation et de la formation, HDR, CL.Ex2, Université Montpellier III	Directrice

Tous mes remerciements *:*

A ma directrice de thèse le Pr Bénédicte Gendron pour son aide, ses encouragements dans les moments de doutes, et sa disponibilités sans faille.
Aux rapporteurs et aux membres du jury pour l'attention et l'intérêt porté à cette thèse.

A mon ex collaboratrice au Palais du vin et amie Lydia pour ses relectures avisées.

A Françoise et Alain les dirigeants du cours Jules Verne qui m'ont permis de mettre en place les protocoles de recueil des données.

Aux participants des trois promotions de formations en Œnotourisme et aux étudiants des groupes témoins pour leur implication.

A Paul Kern, de l'INSA Strasbourg pour la conception des outils d'analyse des résultats du Profil of Emotional Competence (PEC).

A mon fils Valentin, pour son aide pour maitriser l'outil informatique.

A toute ma famille, pour sa patience mise à rude épreuve durant ces 4 années.

A mon épouse qui m'a soutenu malgré son propre combat.

« *Sans la patience, il n'y a pas de sagesse* »

Proverbe Saadi (le jardin des roses XIII° siècles)

Sommaire

SOMMAIRE 4

L'APPRENTISSAGE DE LA DEGUSTATION DU VIN VIA UN PEDAGOGIE EUDEMONIQUE, LES APPORTS DE LA PLEINE CONSCIENCE ET DE LA METHODE ESTHETIQUE : DES EMOTIONS AU CAPITAL EMOTIONNEL 6

CARTE MENTALE DE LA RECHERCHE 7

INTRODUCTION GENERALE 8

PARTIE I CADRAGES FACTUELS, THEORIQUES ET QUESTIONNEMENTS 13

INTRODUCTION PARTIE I 14

CHAPITRE I CADRAGES FACTUELS : DE LA DEGUSTATION EXPERTE SENSORIELLE A L'INFLUENCE DE LA PLURALITE DES SENS APPROCHEE PAR LES SCIENCES 14

INTRODUCTION CHAPITRE I 14
I.1 LA DEGUSTATION SENSORIELLE « CRITERIEE »DU VIN, DITE « EXPERTE » 14
I.2PLURALITE D'INFLUENCES DANS LA DEGUSTATION 21
I.3L'APPORT DES SCIENCES SUR LE CERVEAU ET LES EMOTIONS 28
I.4 LA PLACE HISTORIQUE ET CULTURELLE DE L'OLFACTION ET DES EMOTIONS 34
CONCLUSION CHAPITRE I 43

CHAPITRE II CADRAGES THEORIQUES 45

INTRODUCTION CHAPITRE II 46
II.1 DES SENS A L'ESSENCE : SINGULARITE DU VIN ? 46
II.2 APPROCHES HEDONIQUE ET EUDEMONIQUE DE LA DEGUSTATION : VERS UNE VIE PLEINE DE SENS 50
II.2.1 LES APPORTS DE LA PHILOSOPHIE 50
II.2.2 LES APPORTS DE LA PSYCHOLOGIE 51
II.3 LA PLEINE CONSCIENCE ET SA PRATIQUE 53
II.4 CAPITAL EMOTIONNEL ET « ACTI/VITE » : VERS UNE VIE « PLEINE » ET DE SENS, LA BIENVIVANCE 54
CONCLUSION CHAPITRE II 57

CHAPITRE III QUESTIONNEMENT ET PROBLEMATIQUE 58

INTRODUCTION CHAPITRE III 59
III.1 QUESTIONNEMENTS 59
III.1.1 LA DEGUSTATION EN PLEINE CONSCIENCE : LA CONSCIENCE DE NOS LIMITES 59
III.1.2 LA DEGUSTATION : UNE EVALUATION 60
III.1.3 LA METHODE ESTHETIQUE 61
III.2 PROBLEMATIQUE 63
CONCLUSION CHAPITRE III 64

CONCLUSION PARTIE I 65

RESUME PARTIE I 66

PARTIE II OBJECTIFS, POPULATION, NATURE ET METHODOLOGIES DE LA RECHERCHE 68

INTRODUCTION PARTIE II 69

CHAPITRE I OBJECTIFS, POPULATION ET NATURE DE LA RECHERCHE 70

INTRODUCTION CHAPITRE I 70

I.1 OBJECTIFS DE LA RECHERCHE 70
I.2 POPULATION ET NATURE DE LA RECHERCHE 71
I.3 POSTURE ET CONFLIT D'INTERET : DEMARCHE D'OBJECTIVATION POUR UNE RECHERCHE D'OBJECTIVITE 72
CONCLUSION CHAPITRE I 72

CHAPITRE II METHODOLOGIE DE L'INTERVENTION 73

INTRODUCTION CHAPITRE II 73
II.1 LA RECHERCHE-INTERVENTION : DEFINITION, OBJECTIFS ET ETAPES 73

II.2 LE PROTOCOLE D'INTERVENTION DE FORMATION A LA DEGUSTATION 74
CONCLUSION CHAPITRE II 75

CHAPITRE III METHODOLOGIES DE RECUEIL, DE TRAITEMENT ET D'ANALYSE DES DONNEES 76

INTRODUCTION CHAPITRE III 77
III.1 RECUEILS DE DONNEES QUANTITATIVES 77
III.2 RECUEIL DE DONNEES QUALITATIVES 78
CONCLUSION CHAPITRE III 80

CONCLUSION PARTIE II 80

RESUME PARTIE II 81

PARTIE III RESULTATS ET ANALYSES DESCRIPTIVES ET REFLEXIVES DES RESULTATS 82

INTRODUCTION PARTIE III 83

CHAPITRE I DESCRIPTION DES RESULTATS 84

INTRODUCTION CHAPITRE I 85

I.1 ANALYSES DESCRIPTIVES DES RESULTATS« INTER-GROUPES » DES TESTS PROFILE OF EMOTIONAL COMPETENCES (PEC) 86
I.2DESCRIPTIONS DES RESULTATS « INTRA-GROUPES » 88
I.3 DESCRIPTIONS DES RESULTATS « INTRA-GROUPES » PAR GENRE 92

CHAPITRE II ANALYSE DES RESULTATS 96

INTRODUCTION CHAPITRE II 96

II.1 ANALYSE DES RESULTATS SIGNIFICATIFS DES TESTS PROFILE OF EMOTIONAL COMPETENCES–(PEC) 96
II.2 ANALYSE DESCRIPTIVE DES RESULTATS ISSUS DE TRAITEMENTS ALCESTE 99

CHAPITRE III ANALYSE REFLEXIVE 118

INTRODUCTION CHAPITRE III 119

III.1 DE L'APPROCHE CLASSIQUE DE L'APPRENTISSAGE DE LA DEGUSTATION A CELLE EUDEMONIQUE 119
III.2 D'UNE DEMARCHE EN PLEINE CONSCIENCE ET ESTHETIQUE DE LA DEGUSTATION AUX EMOTIONS ET VIBRATIONS VERS UN CHEMIN HUMANISTE DU VIVRE-ENSEMBLE 123
III.3 PISTES ET EXTENSIONS DE LA DEMARCHE EN EDUCATION 128

CONCLUSION PARTIE III 132

RESUME PARTIE III 134

CONCLUSION GENERALE 135

D'UNE DEGUSTATION HEDONIQUE A L'APPROCHE EUDEMONIQUE DE L'APPRENTISSAGE DE LA DEGUSTATION 136
DE L'ESSENCE AUX SENS DU VIN : UNE ŒUVRE, UNE VIBRATION ? 139
LE DIVIN DU VIN : DU SECRET AU SACRE 141
APPRENTISSAGE EUDEMONIQUE : DE « *L'APPREN-TISSAGE* » A « *L'APPRENTIS-SAGE* » 145

ANNEXES 153

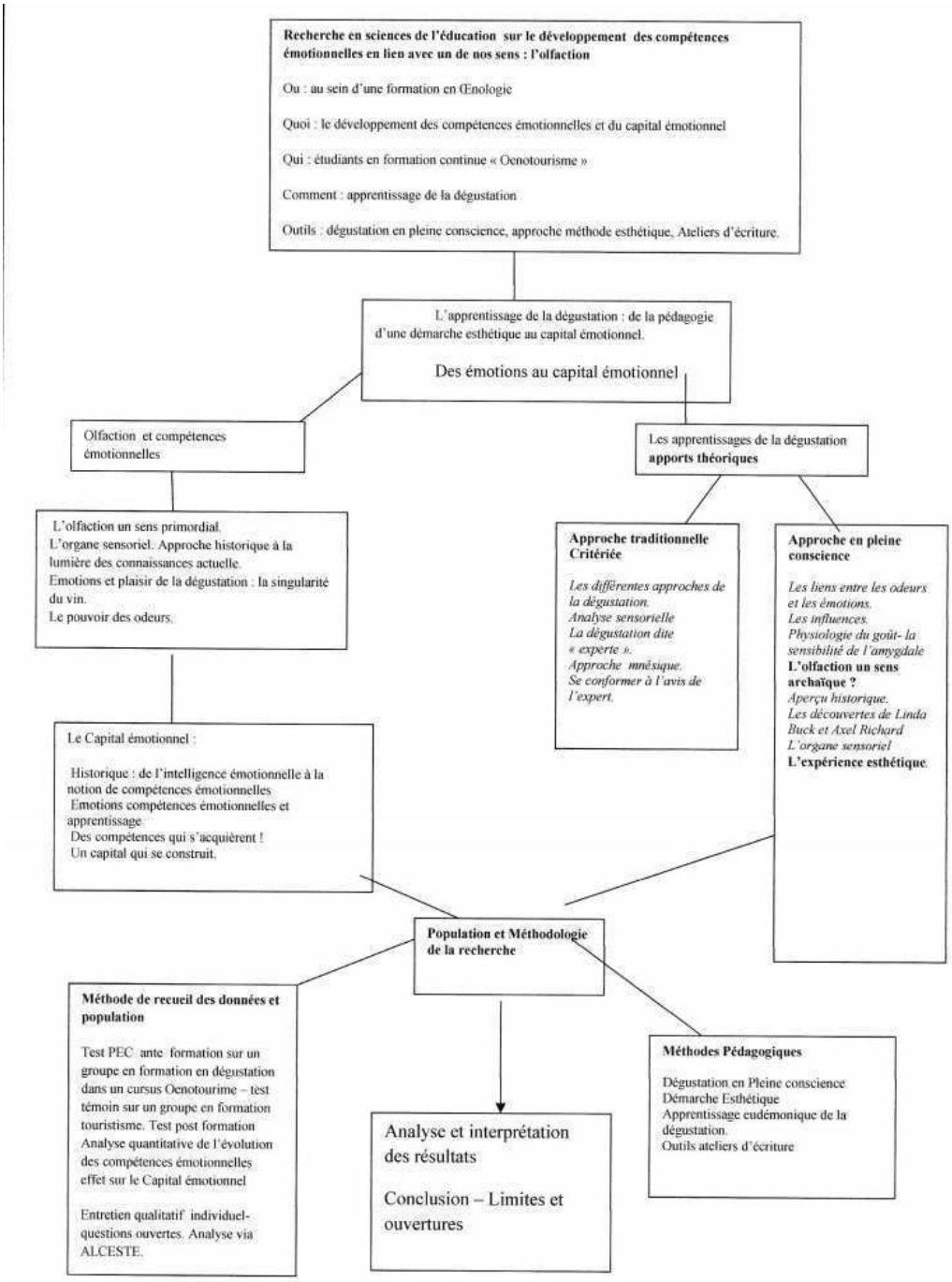
BIBLIOGRAPHIE. ERROR! BOOKM

TABLES DES MATIÈRES 164

RESUME 167

L’apprentissage de la dégustation du vin via un pédagogie eudémonique, les apports de la pleine conscience et de la méthode esthétique : Des émotions au capital émotionnel

Carte Mentale de la Recherche



Introduction générale

« Lorsqu'on sait déguster, on ne boit plus du vin, on partage des secrets. »

Salvador DALI

Si le vin est représenté depuis l'antiquité dans de multitudes œuvres d'art, glorifié par les peintres les plus prestigieux, les poètes et les écrivains, sa culture en France remonte au VIe siècle av. J.-C., lorsque les Phéniciens cultivaient des vignes dans le sud de la France, près de Marseille. Ensuite, la vinification s'est étendue de la France à d'autres pays européens comme l'Espagne, l'Italie et l'Allemagne.

Le vin est vite devenu un élément de notre patrimoine pour des admirateurs dans le monde entier, associé à la gastronomie française, à la mode française, aux produits et parfums de luxe français, et au mode de vie « à la française ». Suite à l'amélioration des techniques de production du vin au cours des XVIIe et XVIIIe siècles, la viticulture française s'est développée, les vins français ont été exportés vers d'autres pays européens comme l'Irlande, l'Angleterre, l'Allemagne, et, également exportés vers le Nouveau Monde, troqués contre du café et d'autres produits recherchés. Ce n'est pourtant que tout récemment, après avoir été inscrit en 2010 comme patrimoine immatériel de l'humanité à l'Unesco, que le vin se voit désormais reconnu en France et considéré comme patrimoine de la culture française. Son importance, son omniprésence sur le territoire français, et son intégration à un « art de vivre à la française » ont été fermement défendus par le sénateur Roland Courteau de la région viticole de l'Aude, justifiant son action et sa proposition de loi: *« Le vin, produit de la vigne, fait partie du patrimoine culturel et gastronomique protégé, en France"* (…)*le vin exprime un patrimoine vivant, il fait partie du patrimoine culturel, littéraire, mais également gastronomique, paysager, architectural, matériel, économique et social.... ».*

Vin et culture s'articuleraient bien jusqu'au tourisme comme le tendrait à l'illustrer la naissance de l'oenotourisme qui continue à se développer dans toutes les régions viticoles et à s'organiser dans le but de devenir une véritable plus-value française, une valeur au patrimoine français ; les circuits touristiques sur les routes des vins n'en sont-ils pas là pour le prouver ? Du voyage autour du vin et de ses vignes, le vin et sa dégustation ne sont-ils pas déjà un voyage ou une invitation au voyage ? Du voyage géographique sur une carte des territoires au voyage inattendu de celui de nos sens, ravissement du palais et nos papilles mais pas seulement…

« Une dégustation, c'est un voyage, s'il n'y a pas de voyage c'est triste ! »

(Pierre Cros vigneron Militant).

Du buveur de vin régulier d'autrefois, du vin dit « de table », le buveur de vin est devenu aujourd'hui un buveur« occasionnel », un consommateur dans des temps d'« occasions », de fêtes, d'évènements conviviaux, des moments de partages. Ses attentes ont changé. Il souhaite qu'on lui parle du vin dans sa sophistication, son raffinement, sa complexité pour l'apprécier « pleinement ». Aussi, si tout le monde sait déguster, puisque tout le monde par nature a des sensations, le plus difficile serait de les partager ; d'où, dans la bienséance, une sorte « d'injonction » à savoir déguster qui s'illustre entre autres par la multiplication des offres de formation à la dégustation jusqu'à des coffret-cadeaux d'initiation à la formation à la dégustation de plus en plus nombreux, notamment attrayants pour les citadins. La socio-anthropologue du vin Danielle Cornot remarque que « *les Etats Unis ont exercé une influence majeure sur la représentation du vin, pour en faire un produit sophistiqué que le consommateur se doit de savoir choisir et déguster* ». Aujourd'hui en partie grâce à l'offre oenotouristique mise en place par les vignerons que trouve-t-on dans une bouteille de vin ? Non pas, un liquide issu de la fermentation du jus de raisin. On découvre des paysages, des visages de gens passionnées, du temps, du temps géologique, du temps climatique, du temps convivial de la fête des vendanges, le temps de l'élevage, le temps du partage autour d'un bon repas. Alexandre Dumas a écrit « *le vin est la partie intellectuelle du repas, la viande et les légumes en sont la partie matérielle* ».

La dégustation pour les néophytes est vue comme une affaire d'expert dans un monde impénétrable. Il semblerait que seul l'expert pourrait parler d'un vin ? Pourtant dans le monde de l'art, il y a des experts qui sont capables en effet de décrire et de commenter un tableau ou une musique et le quidam n'est pas exclu des émotions ressenties. Comme tout un chacun peut vibrer devant une toile ou une musique, pourquoi n'en serait-il pas de même en dégustant un vin grâce à l'olfaction, le sens des émotions par excellence ?

La question que nous nous posons dans cette recherche, est alors la suivante : la dégustation, particulièrement son apprentissage, est-elle réservée seulement à des initiés ? Doit-elle rester « experte » ? Et que recouvre cette dimension dite « experte » ? Une normalisation, une standardisation du palais, et, de son vocabulaire d'appréciation ? N'y-a-t-il pas place à un apprentissage « Autrement », un apprentissage émancipateur, non uniformisé, suivant et composant, telle une œuvre, avec nos sens, nos émotions ? Un apprentissage pluriel, expert et sens, qui ne s'excluent pas mutuellement, mais composent ensemble pour le meilleur (du vin) ? C'est l'objet de notre questionnement dans cette thèse. Tel une œuvre d'art, l'apprentissage de sa dégustation abordé sous l'angle des émotions ressenties, dans la science et l'art, de l'artisan à l'artiste, permettrait-il dans une pleine conscience de nos sens,

de notre connais-sens/sance, de mobiliser des compétences « nouvelles », celle de notre capital émotionnel ? C'est la question que nous tentons d'appréhender dans notre thèse à partir de notre terrain de travail et d'expérimentation au travers entre autres des compétences et perceptions des participants à nos formations à la dégustation eudémonique.

Dans le cadre d'une recherche-action-intervention, nous allons confronter nos intuitions de vigneron et de formateur dans une démarche expérimentale. Cependant, notre place d'intervenant et d'observateur, nous interroge également. Dans cette recherche expérimentale, nous ne devons pas oublier le principe d'Heisenberg qui concerne la relation entre un observateur et un phénomène microphysique (en physique quantique) dans lequel l'acte de pure observation perturbe l'observation elle-même, car, en l'occurrence, c'est l'observateur qui crée la mesure, ondes ou particules. Nous rejoignons Edgard Morin pour qui cet état de fait « *élimine l'idée d'observation pure* »en « sociologie ». Le seul fait d'être sujet d'observation peut faire évoluer la dynamique du groupe. C'est l'interrogation de Devereux sur la place de l'anthropologue sur le terrain : l'observateur, aussi discret soit-il, perturbe l'observation. Si dans notre approche expérimentale des pratiques de l'apprentissage de la dégustation, le formateur participe à ce travail de recherche et peut influencer ses pratiques, cependant, avec une conscience permanente et l'effort d'œuvrer à l'objectivation de l'apprenti chercheur, Grammont (1929) souligne que l'« *On ne peut à la fois être dans le paysage et en avoir la vue* ». Devereux prône également l'idée que « *l'objectif le plus immédiat en science du comportement doit donc être la réintroduction de l'affect dans la recherche* » (Devereux.1980).

La conscience de cette subjectivité ne doit pas pour autant mener irrémédiablement à une timidité théorique. Elle doit baliser le chemin étroit entre recherche « objective » exigeante et intuition, émotions régulées. Il faudra dans la posture de chercheur impliqué donc de tenir compte de ces paramètres (limites et interprétations) dans l'analyse finale et sa discussion qui en suivra. Ces réflexions sont le fruit de l'éthique que doit appliquer tout chercheur et, notamment, en sciences humaines, domaine dans lequel l'humain représente le sujet de recherche et encore plus à propos d'un sujet traitant des compétences émotionnelles et des pratiques pédagogiques utilisées pour le développement du capital émotionnel. Nous nous inscrivons dans cette communauté scientifique que Bachelard appelait « *L'union des travailleurs de la preuve* » avec une conscience de nos limites et une posture d'humilité, de fragilité car ici la tâche apparaît des plus complexes : la raison spécifique à l'analyse sensorielle étant que l'expérimentateur est loin de maîtriser son outil de mesure, à savoir,

« l'être humain ».Cependant Karl Popper vient rassurer l'apprenti chercheur sur ce chemin de recherche en ce qu'il souligne qu'« *une hypothèse ne peut être étudiée qu'empiriquement* » (Karl Popper).

Partant de cette fragilité à assumer de la recherche en sciences humaines, dans notre cheminement vers l'objectivation, la mobilisation des natures plurielles des savoirs savants dont celui scientifique, nous déclinerons notre cheminement de recherche en trois parties distinctes. Une première partie de cadrage conceptuel et théorique s'intéressera aux avancées de la recherche universitaire sur les compétences et les émotions, particulièrement, les compétences émotionnelles, les liens entre olfaction et émotions ainsi que les pratiques d'apprentissage de la dégustation à des niveaux et buts différents.

Dans une seconde partie nous rendrons compte de notre méthodologie et de l'approche expérimentale de notre recherche action-intervention. Partant de l'hypothèse que notre approche de l'apprentissage de la dégustation faisant appel à la pleine conscience et à la méthode esthétique, relevant d'une « pédagogie eudémonique (…) influerait sur l'acquisition et/ou le développement du capital émotionnel » (Gendron 2004, 2015), elle permettrait entre autres, une (meilleure) connaissance de ses sens, capacité à exprimer ses ressentis et à accepter que ses ressentis peuvent-être différents de ceux des autres. Nous définirons la pratique d'apprentissage de la dégustation la plus courante dite « experte » basée sur une approche critériée, qui met en avant la figure de l'expert. La démarche est de se rapprocher de l'avis de l'expert par la pratique de la dégustation. Cette approche s'appuie, en premier lieu, sur les capacités mnésiques de l'apprenant. Nous montrerons les limites physiologiques et culturelles de cette approche qui favorise le biais que les psychologues nomment le « biais de confirmation ». Nous appréhenderons le rôle singulier de l'olfaction, « ce sens oublié » primordial et l'importance de la pleine présence et conscience dans le moment de dégustation.

Comme vision innovante de notre démarche d'apprentissage de la dégustation, dans une troisième partie, nous en étudierons ses effets sur les apprenants. La pleine conscience, comme observation sans jugement, nous verrons que la méthode esthétique mobilisée dans l'apprentissage pédagogique eudémonique de la dégustation du vin, revisite la dégustation du vin, telle une appréhension d'une œuvre d'art éphémère. Nous rendrons compte de l'intérêt de cette démarche en lien avec les émotions, cette démarche eudémonique mobilisant le capital émotionnel (Gendron 2004) que nous définirons.

Cette recherche part de l'hypothèse que, par l'intermédiaire de l'apprentissage de la dégustation dans une pédagogie eudémonique, nous développons une meilleure connaissance de nous-même et de l'autre, qui rayonnera au-delà de la seule connaissance technique de la dégustation de vin pour celle de la connaissance expérientielle : une approche qui démystifie le vin et sa connaissance pour une vision et connaissance encore « plus exaltante » aux dires des participants : une connais/sens/sance, une re-naissance par une re-co-nnaissance (Gendron, 2020). Tel le motto sur le temple de Delphes attribué à Socrate : « connais-toi toi-même », d'un voyage géographique à celui de nos sens, l'apprentissage de la dégustation du vin ne serait-elle pas non plus un voyage dans un espace de reconnexion à soi-même, d''équilibre et d'harmonie, corps – âme – esprit, ou art et science compose ensemble, un voyage vibratoire initiatique intérieur ?

« *Tu ne peux pas voyager sur un chemin, sans être, toi-même le chemin.* »

Bouddha

PARTIE I CADRAGES FACTUELS, THEORIQUES ET QUESTIONNEMENTS

Introduction PARTIE I

Dans cette première partie, nous rendrons compte des approches traditionnelles de la dégustation de vin pour aborder d'autres plus récentes émergeant des travaux de neurosciences mobilisant la pédagogie de la méthode esthétique. Nous verrons en quoi cette nouvelle approche interpelle et mobilise les sciences de l'éducation et questionne l'exercice même de la dégustation : une science ? un art ? ou l'alchimie d'une combinatoire ?

CHAPITRE I cadrages factuels : de la dégustation experte sensorielle à l'influence de la pluralité des sens approchée par les sciences

Introduction Chapitre I

La dégustation « critériée » établie par les professionnels, sommeliers, vignerons, techniciens, négociants domine encore aujourd'hui dans l'apprentissage de la dégustation. Dans ce chapitre, la dégustation critériée, dite « experte » sera abordée pour rendre compte de la pluralité des influences qui interviennent dans la dégustation, approchée par les sciences. Pour décrire la démarche classique de dégustation dite « experte » nous utilisons notamment une carte heuristique pour mettre en évidence ce qu'elle évalue, son intérêt et en même temps ses limites de par les influences possibles autour de la dégustation, celles physiques (l'environnement), cognitives (l'expertise du dégustateur), ou encore émotionnelles (rôle du système limbique dans le processus olfactif) dont la perception souligne les limites et la difficulté d'une recherche d'objectivité de la dégustation « critériée » qui se veut rationnelle et objective.

I.1 La dégustation sensorielle « critériée »du vin, dite « experte »

I.1.1 Définition de la dégustation sensorielle

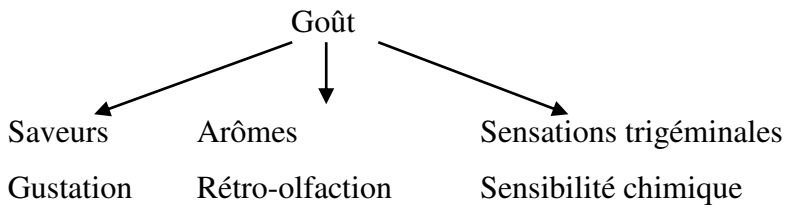
La dégustation sensorielle « critériée » dite « experte » dominante encore aujourd'hui, est basée sur la reconnaissance de certains critères établis par les professionnels de chaque

appellation, particulièrement par les organisateurs de concours, les instances nationales et internationales, par exemple l'Institut National des Appellations d'Origine, ou l'Organisation Internationale du Vin. Précisément, elle repose sur des critères *a priori* pour définir la caractéristique d'une appellation, d'un cépage, d'un terroir, d'un style de vin de basique à super premium. L'objectif est de correspondre aux critères de l'expert et donc de conformer son « goût » à celui de référence, celui dit de « l'expert ».

Elle fait appel à un apprentissage mnésique reproductible que l'on retrouve dans Les dégustations de concours ou de labellisations qui ont un même objectif, celui de répondre à des critères précis. La formation de sommelier est basée principalement sur un travail de développement de la mémoire olfactive et gustative.

I.1.2 Description de la dégustation sensorielle

La dégustation sensorielle experte se déroule en trois phases impliquant nos sens. En premier, le visuel qui va nous donner des indications importantes influant sur l'ensemble de l'évaluation du vin. En deuxième, l'examen olfactif qui va nous donner le plus d'informations. Il est également le plus complexe, car il fait appel à notre mémoire olfactive, comme nous le verrons et le développerons plus loin. Il sollicite également de façon inconsciente nos émotions. Enfin, la troisième phase, est l'examen gustatif. Il met en jeu nos papilles gustatives qui permettent de ressentir les saveurs des aliments grâce aux bourgeons du goût, mais également par la rétro-olfaction qui décèle les arômes des aliments et le nerf trijumeau qui innerve toutes les muqueuses de la face. C'est une sensibilité chimique diffuse qui n'est associée à aucun organe sensoriel différencié. La gustation peut se résumer par la figure ci-dessous.



Extrait de Mazard (2015)

L'ensemble de ces mécanismes permet de réaliser une dégustation qui se veut de manière pragmatique la plus objective possible.

Le compte-rendu de cette dégustation va faire appel à un certain vocabulaire pour pouvoir partager ses sensations. La description du vin, notamment olfactive, se fait par analogie. Il n'y a pas de vocabulaire spécial pour décrire un vin. On va parler de « senteurs » florales, fruitées, végétales, animales, empyreumatiques (fumée, torréfaction, grillée), épicées, amyliques, minérales, etc.

Dans son ouvrage novateur en son temps, Brillat-Savarin (1826) envisage la possibilité de faire l'inventaire des saveurs ; cependant, la tâche lui paraît insurmontable et vraisemblablement vouée à l'échec. Il écrit : « *Le nombre des saveurs est infini, car tout corps soluble à une saveur spéciale qui ne ressemble entièrement à aucune autre. Les saveurs se modifient en outre par leur agrégation simple, double ou multiple ; de sorte qu'il est impossible d'en faire le tableau, depuis la plus attrayante jusqu'à la plus insupportable, depuis la fraise jusqu'à la coloquinte. Aussi tous ceux qui l'ont essayé ont-ils à peu près échoué. Ce résultat ne doit pas étonner, car étant donné qu'il existe des séries indéfinies de saveurs simples qui peuvent se modifier par leur adjonction réciproque en tout nombre et quantité, il faudrait une langue nouvelle pour exprimer tous ces effets et des montagnes d'in-folio pour les définir et des caractères numériques inconnus pour les étiqueter* »[1].

De nos jours, la recherche scientifique a entrepris cette tâche, à savoir la description la plus élémentaire possible des éléments constituant notre perception ; l'objectif à long terme étant de comprendre les mécanismes associés à la construction des préférences. La tâche apparaît des plus complexes : la raison spécifique à l'analyse sensorielle étant que l'expérimentateur est loin de maîtriser son outil de mesure, à savoir, l'être humain. La fiabilité est une préoccupation centrale de l'analyse sensorielle, sachant que toute dégustation devrait se faire « *toutes choses égales par ailleurs* ».

I.1.3 Qu'évalue-t-on ?

La dégustation technique dite « experte » entend décrire le mieux possible les caractéristiques d'un vin dans le but de le classer, soit dans une typologie de vins, soit dans la hiérarchie d'une appellation définie ; car cette évaluation sert également, lors des

[1]Brillat-Savarin. Jean Anselme,(1826). La physiologie du goût Flammarion

concours, à attribuer des médailles, donc à juger les vins en les comparant dans une typicité donnée ; celle de « l'appellation » à laquelle ils appartiennent par exemple. Dans une démarche anglo-saxonne, la dégustation-évaluation vise à classer les vins « à l'aveugle » et à désigner le « meilleur » vin du monde. Cela n'est pas sans poser la question suivante : quelle est la définition du « meilleur » vin ? Quels critères sont pertinents pour en juger ? Supercherie ou rêve du mythe de l'objectivité ? Lévi Strauss (1958) y répond à sa manière : « *Il n'existe aucune chose qui de manière universelle soit bonne ou mauvaise à manger, mais seulement des choses qui sont « bonnes à penser »pour un groupe donné »*[2].

Ces évaluations revêtent un intérêt au niveau professionnel pour les vignerons qui se situent dans la hiérarchie de leurs appellations par rapport à des critères donnés ; entre autres, ceux de l'encépagement, les modes de vinification, le goût du consommateur, la demande du marché. Cependant de fait, ce n'est plus la « qualité intrinsèque » qui est jugée, mais bien plutôt l'adéquation avec un « goût commercial » où à l'évidence, les caractéristiques des vins ne sont plus celles du siècle dernier.

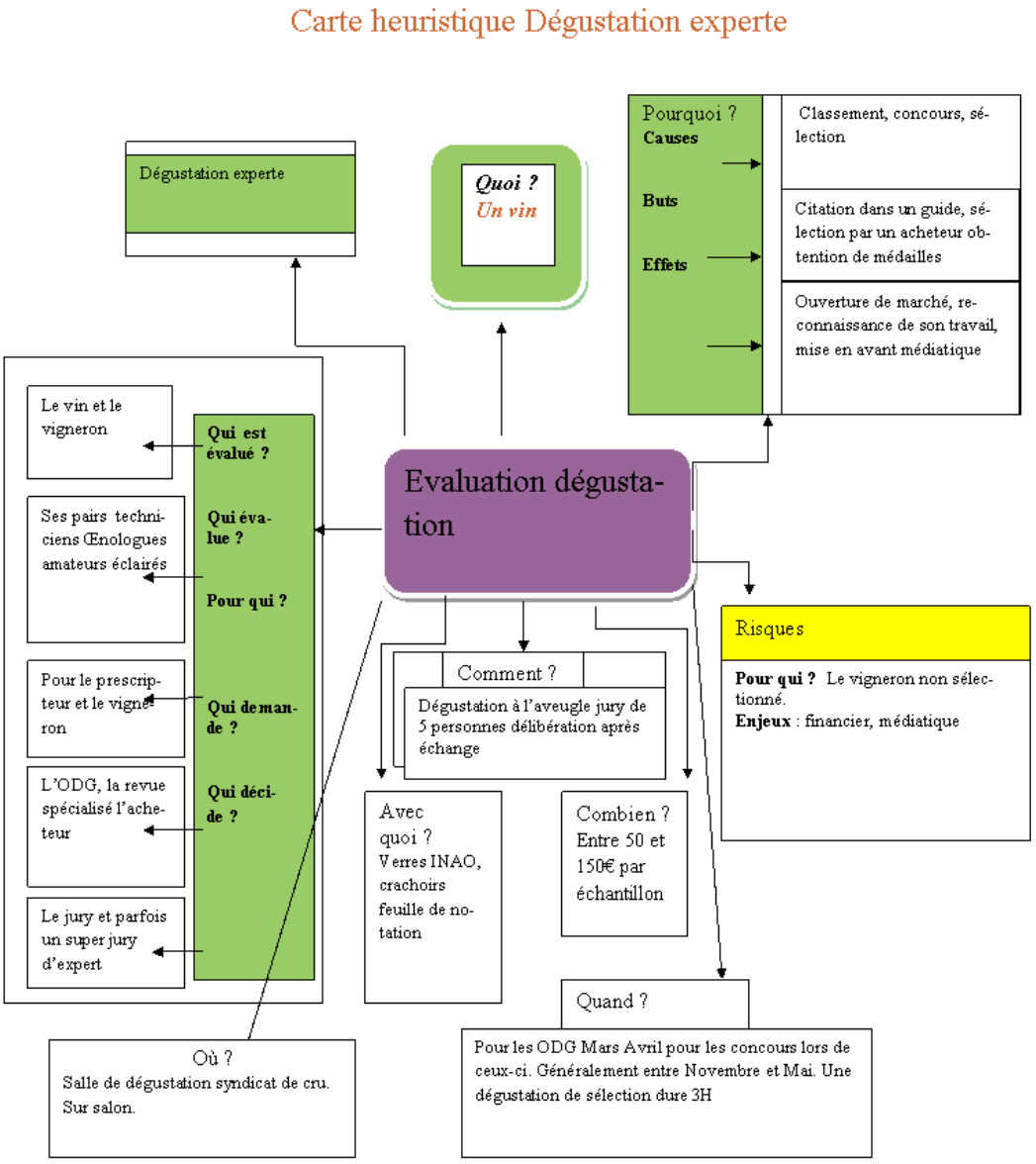
I.1.4 Carte heuristique d'une dégustation « experte ».

La dégustation dite « experte » a comme pendant, la dégustation « hédoniste », une dégustation « pour le plaisir ». Elle est une recherche de plaisirs olfactifs et gustatifs. L'objectif visé est le plaisir et une analyse positive d'un vin dont on cherche à faire ressortir seulement les qualités. Cette dégustation sur les bases classiques descriptives se fait souvent entre amis qui veulent partager leurs découvertes, mais aussi en apprentissage de la dégustation pour montrer les spécificités de telle ou telle appellation ou cuvée ; une« dégustation entre amis » pour parler, discourir, poétiser sur un vin.

La dégustation « experte » est une dégustation en vue, soit d'une labellisation au sein d'une appellation (AOP/IGP), soit d'une évaluation de concours en vue d'un classement et d'une obtention de médaille au niveau d'une appellation ou de vins de cépages dans un cadre régional, national ou international.

[2] Lévi Strauss, C. (1958). L'anthropologie structurale, Paris : Plon

Schéma



Evaluer l'évaluation	Du point de vue de qui	INTERETS	LIMITES	Critères d'évaluation de l'évaluation
	Des ODG/ des organismes certificateurs/du consommateur	Etre sur de « l'objectivité »	« l'objectivité » les influences.	Expertise des dégustateurs respect des protocoles

Source (Mazard 2015)

Cette dégustation experte suit un cheminement structuré de la manière suivante :
on évalue :

Quoi ? Un vin : Sa qualité par rapport à des critères de terroir, d'encépagement, de finesse, mais également en fonction des attentes du consommateur.

Pourquoi ? Généralement pour effectuer un classement, attribuer des médailles, sélectionner les meilleurs pour obtenir un commentaire dans un guide ou séduire un acheteur éventuel.

Comment ? Les dégustations se déroulent à l'aveugle, c'est-à-dire que le contenant est masqué de façon à ne pas influencer le dégustateur. La dégustation s'effectue par appellation et par millésime, parfois également par cépage. Il existe des concours au niveau de chaque appellation au niveau régional, national et international.

Avec quoi ?

Le verre dit « Verre INAO », dont les proportions ont été définies par Institut National des Appellations d'Origine et qui est agréé par l'OIV (Office International du Vin)existe également en version « flûte » pour la dégustation des effervescents - permet d'utiliser le même « outil » pour toutes les dégustations professionnelles dans le monde entier. Les tables de dégustation sont munies de crachoirs et de feuilles de notation standardisées.

Quel coût ? Entre 50 et 150 € par échantillon pour financer l'organisation de l'évènement et la publicité faite autour de celui-ci.

Quand ? Pour les appellations de cru : mars, avril, parfois février pour les blancs et rosés. Pendant la tenue des salons de novembre à mars le plus souvent. Toute l'année pour les sélections par les acheteurs professionnels.

Où ? Dans une salle de dégustation professionnelle, sur salon, dans un espace neutre, si possible, avec un éclairement naturel, (c'est-à-dire la lumière du jour, rarement réalisé) sans nuisances sonores, équipée de tables blanches. Ces conditions ne sont pas toujours remplies (exemple : par le passé, au salon de l'Agriculture de Paris, la dégustation s'est effectuée dans le lieu où se tient également la présentation des animaux).

La durée ? Environ une matinée soit une durée de 3 heures.

Qui est évalué ? À travers le vin, le vigneron, la société productrice, la marque sont évalués.

Qui évalue ? D'autres vignerons, des techniciens, des œnologues, des amateurs éclairés, des journalistes spécialisés, des acheteurs potentiels, des critiques gastronomiques, des sommeliers.

Pour qui ? Pour l'organisateur du concours, l'éditeur du guide (Hachette, Michelin, Dussert-Gerber…), la maison de négoce et *in fine* pour le consommateur.

Qui demande ? L'ODG (Organisme de Défense et de Gestion des appellations), les guides spécialisés, les acheteurs, les importateurs…

Qui décide ? Le jury, généralement composé de 5 personnes, chiffre impair pour obtenir une majorité d'avis, parfois un « super jury » (composé d'œnologues, sommeliers, personnes reconnues pour leurs expertises) pour départager les « meilleurs », exemple : dégustation de toutes les médailles d'Or pour décerner un Grand Prix ou un Coup de Cœur.

Les risques ? Pour le vigneron, la marque présentée. Certains châteaux et marques renommés ne présentent jamais de vins à des dégustations à l'aveugle car le risque médiatique et financier peut être trop important du point de vue de l'image et le prestige d'un vin ; ces derniers conditionnant son prix qui parfois n'est pas en relation avec ses qualités organoleptiques, mais bien plus avec la représentation sociale qu'achète le consommateur.

Évaluer du point de vue de qui ? Des Organismes de Défense et de Gestion (ODG) : l'évaluation est plutôt diagnostique, c'est-à-dire des dégustations de labellisation autorisant la mention de l'appellation sur l'étiquette avant la mise en marché. En début de saison un « étalonnage » des dégustateurs par l'ODG (Organisme de Défense et de Gestion de l'appellation et L'INAO). Ceci se déroule autour d'une présentation du millésime. La marge de manœuvre est, la non-convocation d'untel, jugé trop sévère ou d'untel, jugé trop laxiste par rapport aux critères définis en début de saison.

Des consommateurs : une évaluation *a posteriori* qui juge de la qualité attendue par le consommateur par rapport au prix ou à la couleur de la médaille attribuée.
Par les organismes certificateurs tels que l'INAO ou l'OIV qui vérifient si les protocoles de dégustation, notamment l'anonymat des échantillons, la compétence des dégustateurs, leur professionnalisme, sont bien respectés.

Quel intérêts ? Pour le concours, avoir une reconnaissance internationale. Pour l'ODG, avoir une typicité de l'appellation reconnue. Pour le consommateur, être rassuré sur la fiabilité du vin et de son achat.

Quelles limites ?L'expertise des dégustateurs ; la connaissance ou non des dégustateurs de l'appellation dégustée ; les influences intrinsèques du dégustateur et extrinsèques dues à l'environnement. De plus en plus d'organisateurs de « sélection par la dégustation » associent des amateurs "éclairés" aux professionnels techniciens et vignerons pour les dégustations, afin d'avoir le point de vue des consommateurs et donc du marché.

Quels critères d'évaluation de l'évaluation ? Respect des protocoles de dégustation, respect des critères de sélection des dégustateurs, respect de l'anonymat des échantillons. Critères définis par l'OIV pour être dans la liste officielle des concours internationaux.

I.2Pluralité d'influences dans la dégustation

Dans cette section, nous allons voir que la dégustation est une expérience multi-sensorielle : pourquoi aimons-nous un vin ? Est-ce pour son goût, son arôme, sa couleur, sa texture… ?

I.2.1 Les influences à l'épreuve exploratoire

Dans le cadre de ce travail de recherche exploratoire du Master 2, l'expérimentation relative à l'influence de la couleur, du contenant, de l'environnement sur l'appréciation d'un vin, a été faite sur le groupe de novices stagiaires en formation en œnologie. Des expérimentations similaires pratiquées par des chercheurs en neurosciences (Brochet et Morrot, 2012) démontraient la subjectivité de la dégustation ; les tests indiquaient une faiblesse dans la fiabilité du jugement autant de la part des néophytes que des professionnels aguerris comme

des sommeliers ou des œnologues « *Une approche scientifique des sens et une expérience étonnante avec le vin »*[3].

Dans une phase exploratoire de notre travail, une première expérience fut la mise en place auprès des stagiaires en formation en œnologie d'une dégustation dans des verres noirs. La consigne donnée aux apprenants était de trouver le vin différent des deux autres. La proportion d'erreurs fut toujours voisine de 50 %.Une seconde expérience fut de demander aux participants de reconnaître dans deux verres noirs la couleur du vin : blanc, rosé, rouge ; que le groupe soit déjà initié à la dégustation ou novice, les erreurs restaient également autour de 50 % avec un delta non significatif oscillant entre 45 et 55 %.

Les différentes expériences ci-dessus montrent que nous pouvons être trompés par nos sens qu'une approche par différentes sciences peut venir éclairer. Si l'œnologie est une science qui s'est constamment enrichie des progrès des connaissances en sciences fondamentales (chimie, microbiologie…) et, plus récemment, de la psychologie cognitive et psychophysique pour l'analyse sensorielle en particulier, dans l'optique d'une œnologie qui veut maîtriser les caractères organoleptiques, porteurs de l'identité des vins et de leur esthétique, la recherche doit prendre en compte, non seulement le produit dégusté, mais également le dégustateur. En effet, ce dernier perçoit les stimuli, construit des représentations dans le champ de la conscience, les mémorise et s'éduque. Le plaisir et la représentation du vin sont le fruit d'une construction cérébrale associée à des perceptions multi-sensorielles (visuelles, olfactives, gustatives, somesthésiques…) résultant en partie des stimuli provenant du vin. L'interaction entre l'œnologie et les neurosciences nous éclaire sur des thématiques concernant l'impact de l'environnement dans la dégustation(le contexte, l'étiquette, le bruit, la luminosité…), l'appréciation du caractère « hédonique » du vin, l'incidence de la teinte du vin, du verre, de la température. Précisément, Les travaux de Brochet et Morrot (2012) ont permis d'analyser les profils d'activité cérébrale grâce à l'Imagerie de Résonance Magnétique fonctionnelle (IRMf) au moment de la dégustation et démontrent ainsi la complexité de la gestion de nos sensations où intervient la vue,

I.2.2 La vue

La couleur donne des informations utiles sur l'arôme et le goût d'un vin avant sa dégustation et oriente immédiatement inconsciemment le vocabulaire dont on va se servir pour le décrire. La vision, comme le reste de nos sens, est représentation, transformation de stimuli

[3]Brochet F. et Morrot, G. (2012) , Actes du colloque «Goût et Amour du Vin, comment séduire le consommateur ? », 8 novembre, Université de la Vigne et du Vin de Ferrals-Corbières .Ferrals :Pays Corbières-Minervois.

en représentations mentales. Nous ne percevons que trois longueurs d'ondes pour les couleurs : le bleu, le jaune et le rouge. Cette trichromie nous permet pourtant de nous représenter toutes les couleurs de l'arc-en-ciel. La perception de la couleur est plus rapide, en termes d'interprétation de stimuli, que l'olfaction. La zone occipitale du cerveau, siège de la vision, est sollicitée avant les autres sens. La vision apporte des informations sur l'aspect, la couleur, la limpidité, la brillance d'un vin. Ces informations visuelles créent des attentes plus fortes que le goût qui sera perçu en bouche. Lelièvre et *al.* (2009) ont attribué leurs constats sur l'appréciation chimio-sensorielle à l'influence de la couleur, processus inconscient par lequel le dégustateur génère des attentes basées sur l'aspect et ensuite cherchent à confirmer ses attentes.

Ainsi, Brochet et Morrot(1990) ont réalisé une expérience auprès d'une cinquantaine d'étudiants en œnologie dont nous allons rendre compte. Lors de la première session, il leur a été présenté un vin rouge et un vin blanc et il leur a été demandé de les décrire avec les descripteurs de leurs choix et/ou en consultant une liste de descripteurs possibles. Les étudiants ont décrit le vin rouge avec des descripteurs liés au vin rouge et le vin blanc avec le vocabulaire généralement employé pour décrire un vin blanc. Une semaine plus tard, les mêmes étudiants ont dégusté le même vin blanc et un vin rouge ; il leur a été demandé le même exercice. Cependant le vin « rouge » était le même vin blanc, mais coloré en rouge, de l'expérience précédente (colorant au goût neutre). Les participants ont décrit le vin blanc avec les descripteurs liés au vin blanc et le rouge avec les descripteurs du vin rouge. Cette illusion perceptuelle a mis en évidence le fait que les dégustateurs ont négligé les informations olfactives ou, tout du moins, ont été fortement influencés au profit des informations visuelles (faute de colorant neutre, cette expérience n'a pas été faite avec notre groupe d'investigation).

Des travaux ont montré une influence de la couleur sur la perception gustative : la couleur étant associée à la maturité du fruit. Ainsi, un jus d'orange présentant une teinte verte obtenue par ajout d'un colorant sera jugé plus acide (Fernandez-Vasquez, 2013).

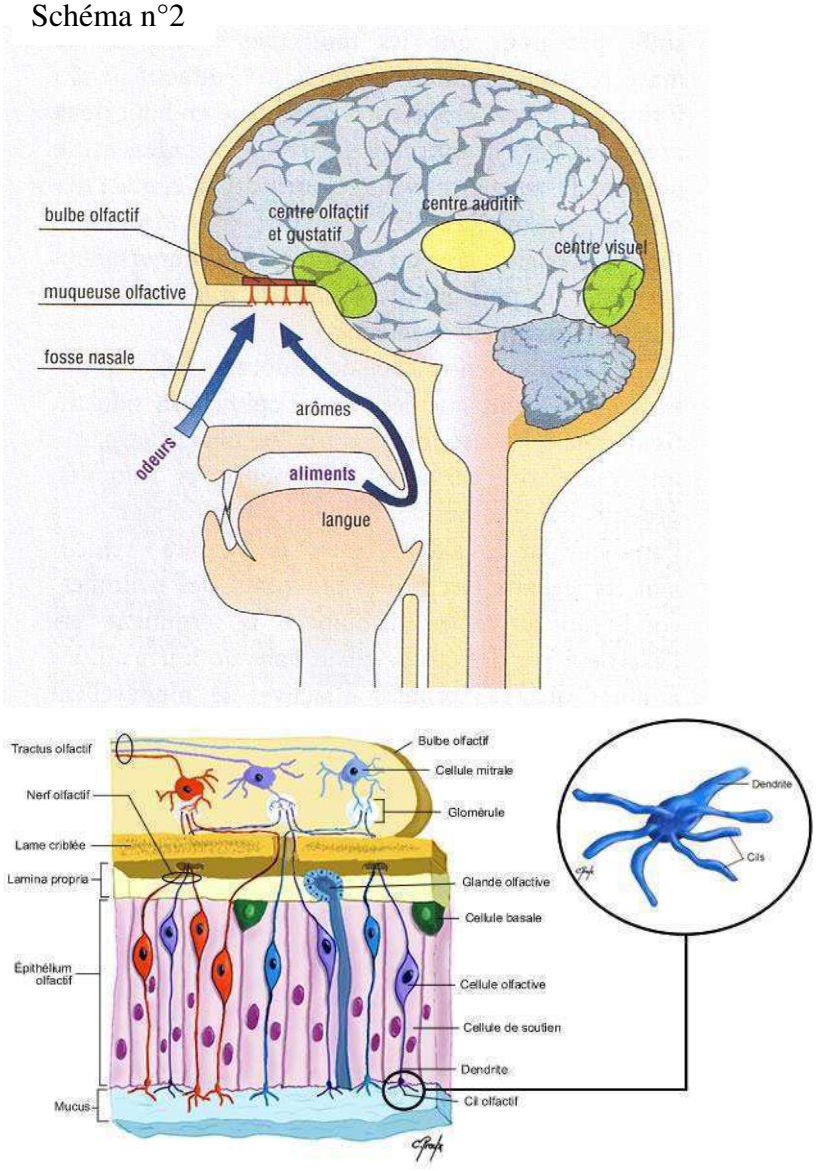
L'influence de la vision paraît donc primordiale dans notre représentation du goût. C'est la raison pour laquelle les dégustations professionnelles sont souvent faites à l'aveugle ; le contenant apportant une indication subjective de plus.

I.2.3 L'olfaction

Le système olfactif possède deux particularités. La première est que les aires de projections olfactives sont situées très près de l'entrée olfactive : seuls deux ou trois neurones les séparent des différents étages. La seconde est que toutes ces structures appartiennent au système limbique et sont impliquées dans la mémoire et les émotions ; de ce fait les stimuli odorants deviennent des odeurs. Les odeurs nous paraissent très émotionnelles, comme la fameuse « *madeleine de Proust* » dans « Du côté de chez Swann » .

Du point de vue anatomique, les stimuli odorants atteignent l'épithélium olfactif qui est localisé dans la partie supérieure des narines et qui représente le premier étage du système olfactif. L'information est alors envoyée au second étage, le bulbe olfactif, lequel est situé sous le système nerveux central et est dispatchée vers les centres nerveux supérieurs qui regroupent le cortex olfactif primaire (cortex piriforme) l'amygdale, l'hippocampe, le thalamus et les cortex olfactifs secondaires (cortex orbitofrontal et insula).

Schéma n°2



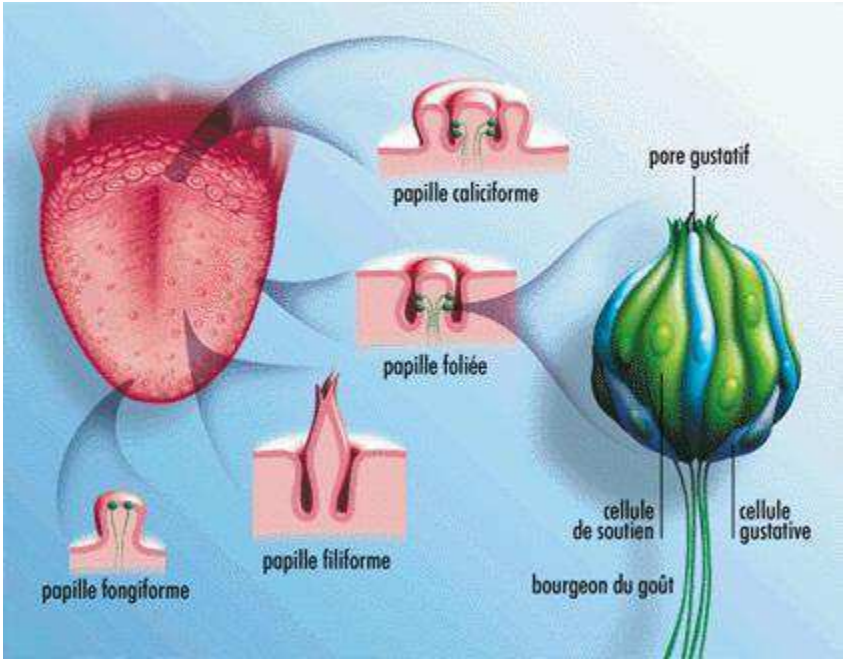
Système olfactif et perception Académie de Poitiers 2018

I.2.4 L'iniquité des potentiels gustatifs d'un individu à l'autre : de l'expérience individuelle et personnelle à l'apprentissage

Des études nombreuses démontrent une relation entre olfaction et émotions, ceci dès la gestation du fœtus. Aussi, jusqu'au milieu du vingtième siècle, la croyance était que l'aliment portait en lui un « goût » qui pouvait être « bon » ou « mauvais ».La neurophysiologie a remis en cause cette conception. La valeur hédonique attribuée à un aliment dépend largement de l'expérience individuelle et de l'apprentissage. A chaque dégustation, les aliments sont identifiés par leur image sensorielle (aspect, odeur, goût, texture) laquelle ne reflète que leurs propriétés physico-chimiques, puis ils reçoivent un label « hédonique » qui reflète l'état de plaisir ou de déplaisir du dégustateur. Il est à noter

que la saveur sucrée et l'amertume font figures d'exception. Ces deux messages sensoriels reçoivent une interprétation affective automatique.
Déjà, très jeune, l'enfant apprécie de façon innée ou très tôt, dès la 14ème semaine de gestation, le sucré, alors que l'amertume est rejetée.

Il est donc impossible d'imaginer ce que « perçoit » notre voisin de table qui consomme pourtant la même boisson que nous. Les perceptions chimio-sensorielles (olfactives et gustatives) sont éminemment variables d'une personne à l'autre. Les mesures de seuil de détection ou de sensibilité, selon les travaux de l'INRA, font apparaître une variation de facteur dix.



La perception du glutamate de sodium, appelée umami, échappe à 3,5% de la population française. Dans le domaine de l'olfaction, pour déceler la présence d'un composé volatile, les personnes les plus sensibles ont besoin de 1000 fois moins de molécules que les personnes les moins sensibles. Il existe 4 types de papilles : les papilles caliciformes ; qui abritent 50% de l'effectif total des bourgeons du goût, les papilles foliées ; qui n'existent pas chez tous les individus, les papilles filiformes et les papilles fongiformes, leurs nombres peuvent varier de 500 à 5000 selon les individus.
Ces disparités parlent d'elles-mêmes concernant le degré d'objectivité de toute dégustation.

I.2.5 La perception pluri-sensorielle du vin

L'objectivité deviendrait donc un mythe dans la dégustation. La perception d'un vin est pluri-sensorielle du fait qu'elle combine des dimensions gustatives, olfactives et tactiles.

Cependant, cette perception du vin ne se limite pas à ces seules contingences. Elle est complexe. Comme vu précédemment, la dégustation d'un vin peut être influencée par le contexte en général (la couleur, la forme du verre, la luminosité, les nuisances sonores), mais également par les émotions en particulier, qui font intervenir d'autres facteurs comme l'humeur de la personne, l'attente qu'elle a de cette dégustation, la connaissance de l'appellation, du prix, de la renommée ou non du vin qui influent également sur le jugement du dégustateur/consommateur.

L'expérience ne permet pas d'améliorer notre sensibilité olfactive et gustative, mais notre mémorisation prend le relais ; ce qui permet un plus grand partage des sensations grâce à un vocabulaire commun et une possibilité de prospective quant au devenir d'un vin et son aptitude au vieillissement par la mémorisation des composants intéressants pour une bonne garde.

Les connaissances en neurosciences, notamment grâce à l'IRMf, permettent de mieux comprendre la complexité de l'exercice gustatif. Elles confortent le principe que la plus grande qualité d'un dégustateur doit être « l'humilité ».

I.2.6 La place négligée de l'olfaction dans la culture

Pendant longtemps, l'olfaction a été qualifiée de sens mineur en comparaison de la vue et de l'audition. En termes de santé, il est fréquemment effectué des tests sensoriels de la vue et de l'audition mais très peu de l'olfaction. Pourtant, les troubles olfactifs (anosmie) ou gustatifs (agueusie) sont très handicapants et provoquent chez les personnes atteintes de ces pathologies, des dépressions sévères. La vue et l'ouïe semblent jugées plus nobles, là où « renifler » est assimilé à l'animal ; ce que nous aborderons plus loin avec l'évolution des grands singes à Homo sapiens. Si des musiques de Bach ou de Mozart, des œuvres picturales de Cézanne, de Buffet ou de Dali nous mettent en émoi, qu'en est-il d'œuvres d'art olfactives ? Le vin et l'art de sa dégustation n'est-elle pas à considérer comme une œuvre d'art éphémère ? De nos jours, les médias mettent à l'honneur la cuisine et ses préparations. La cuisine française est reconnue comme patrimoine immatériel par l'Unesco, tout comme les « climats » de Bourgogne (parcelles de vignes appelées également « Clos »).

Les combinaisons olfactives sont plus subtiles et complexes que les perceptions visuelles et auditives. Les dernières recherches en neurosciences nous éclairent à ce propos.« *La science et l'art culinaire, jadis encore rivaux de celui des parfums et plongés dans la même stagnation, ont trop progressé dans notre pays pour qu'il soit possible de nier l'ampleur de leur envol »* (Augustin de Croze, 1928).Notre système auditif reconnaît 340 000 tonalités.

Notre système visuel, trichromatique (3 longueurs d'ondes : le rouge, le bleu, le jaune) pouvant identifier entre 2 et 7 millions de couleurs comporte 4 gènes, alors que l'olfaction en compte 347. Ce sens a été négligé alors qu'il a pourtant participé à la survie de l'espèce, alors qu'il est le plus ancien dans l'évolution et le premier dans l'ontogénèse du petit d'homme à l'instar de tous les mammifères. Chez les primates, on observe une dégénérescence des gènes de récepteurs olfactifs. Ils se mettent sous forme de pseudo-gènes inactifs. Chez tous les petits singes, on a entre 10 à 15% des récepteurs qui sont détériorés alors que c'est de l'ordre de 30% chez les grands singes et entre 50 et 60% chez l'homme. Un événement concomitant de cette dégradation des récepteurs olfactifs est l'apparition de la vision trichromatique totale, c'est-à-dire la vision des couleurs.

Le nez n'est plus au ras du sol et la couleur prédomine sur l'olfaction. La vue devient le sens le plus rapide dans l'alerte pour la survie et intervient même dans l'obscurité ou en dégustation à l'aveugle. La zone occipitale est sollicitée non pas directement, mais par l'interprétation introspective que nous en faisons. Les zones de perception de l'audition sont localisées de façon simple sur les parties pariétales de notre crâne. Lorsqu'un stimulus sonore est envoyé à un individu, une expérience saisie par IRMf montre que les zones temporales s'animent et, simultanément, un stimulus visuel fera s'activer la zone occipitale, siège de la vision. Cependant, la sollicitation de l'olfaction déclenchera de nombreuses zones dont la zone limbique, siège de la mémoire et des émotions, ainsi que paradoxalement la zone occipitale. Les perceptions olfactives sont beaucoup plus complexes à identifier, à exprimer, parce qu'elles sont gérées en priorité par notre cerveau archaïque, siège des émotions.

« *Biologiquement, l'apprentissage et la reconnaissance des odeurs se construit par le biais d'émotions* »selon Aumont(2017). Lors de l'olfaction, nous allons chercher un souvenir dans notre mémoire olfactive; il en est de même pour la gustation et, plus qu'un souvenir, selon ses recherches, ce seraient des émotions qui y sont retrouvées.

I.3 L'apport des sciences sur le cerveau et les émotions

Dans cette section, le rôle du cerveau et de ses composantes sera approfondi pour mieux comprendre l'impact des émotions entrant en interférence dans la dégustation.

I.3.1 Le rôle de l'amygdale et de l'hippocampe

Les travaux de Damasio sur le rôle de l'amygdale et de l'hippocampe connectés au thalamus sont prépondérants pour comprendre l'importance de nos émotions dans nos prises de

décisions, mais également dans la description. L'olfaction et la gustation font appel à ces émotions pour nous relier au monde sensible.

Au cours des millions d'années de l'évolution, le cerveau s'est développé de bas en haut, du tronc cérébral au néocortex en passant par le cerveau piriforme puis le cortex, à l'instar du cerveau de l'embryon humain. La partie du cerveau la plus primitive, que nous partageons avec nombres d'espèces, est le tronc cérébral entourant l'extrémité supérieure de la moelle épinière. Ce cerveau primitif (ou cerveau reptilien) gouverne toutes les fonctions vitales stéréotypées comme, par exemple, la respiration. De cette racine primitive ont émergé les centres nerveux, sièges des émotions, puis, des millions d'années plus tard, la partie supérieure, soit, le néocortex ou cerveau pensant. Goleman dans ses travaux sur « *L'intelligence émotionnelle* » écrit: « *Le cerveau « émotionnel » existait bien avant le cerveau « rationnel »,*[4]*).*

Notre vie émotionnelle naîtra à partir du bulbe olfactif. Chez les mammifères, de nouvelles couches viennent entourer le tronc cérébral : le système limbique (du latin *limbus*, bord) qui, en se développant, a élaboré deux capacités : la capacité d'apprendre et la mémoire. Selon Goleman (2014, p.30) « *Grâce aux liaisons entre le bulbe olfactif et le système limbique, il devenait possible de distinguer des odeurs et de les reconnaître, de comparer une odeur présente avec des odeurs passées et donc de trier le bon du mauvais. »* Le néocortex est nettement plus développé chez *homo sapiens* que chez les autres mammifères, il s'agit du cerveau pensant. Il ajoute aux sensations ce que nous pensons d'elles. Il permet l'imagination et la formulation par des mots. Mais le néocortex est issu des aires émotionnelles. Ce qui confère aux centres de l'émotion un immense pouvoir, y compris sur les centres de la pensée. L'amygdale et l'hippocampe constituent les deux parties essentielles du cerveau olfactif primitif à partir duquel se sont développés le cortex et le néocortex. Sans amygdale, siège de la mémoire, nous sommes dans une cécité affective. Les travaux de Ledoux(1992) ont prouvé que le système qui gouverne nos émotions peut agir indépendamment du néocortex. L'amygdale emmagasine tout un répertoire de souvenirs dans lequel nous puisons inconsciemment. L'amygdale est fonctionnelle dès le huitième mois de grossesse. Elle est déjà mature à la naissance, contrairement à l'hippocampe, ce qui explique que nous n'ayons pas de souvenir avant l'âge de deux ans. Mais l'amygdale, elle, a enregistré les premières émotions et sensations non conscientes de peur et d'attachement.

[4]Goleman, D. (2014)L'intelligence émotionnelle. J'ai lu, p29

L'amygdale peut être considérée comme la « plaque tournante » des émotions et des relations sociales.
L'hippocampe mémorise les faits bruts et l'amygdale retient la valence émotionnelle qui leur est attachée : « *L'hippocampe vous permet de reconnaître votre cousine, l'amygdale ajoute qu'elle est antipathique »*[5].

Le signal visuel est d'abord transmis de la rétine au thalamus où il est interprété en vue d'une réponse appropriée. Si cette réponse est émotionnelle, un stimulus part vers l'amygdale permettant une réponse plus rapide ; la réponse émotionnelle sera donc déclenchée avant que le néocortex ait compris ce qui se passe. Cette excitation de l'amygdale a pour effet d'imprimer dans la mémoire les moments d'émotions qui vont se manifester par un réflexe de rejet ou de plaisir. C'est le principe qui nous renvoie au souvenir de notre grand-mère en contemplant tel paysage ou en sentant un feu de cheminée ou encore le goût du fruit de la tarte qu'elle confectionnait. Lorsque notre système émotionnel apprend quelque chose, il semble que nous ne nous puissions jamais l'oublier. L'hippocampe permet de conserver des souvenirs anciens de notre vie, mais également la mémorisation du contexte spatial. Il garde la mémoire des lieux et, bien sûr, la mémoire émotionnelle. La mémoire émotionnelle inconsciente utilise l'amygdale, la mémoire consciente ou mémoire explicite utilise l'hippocampe et le cortex cérébral. Le souvenir d'un événement traumatisant va rester en mémoire et aura deux effets selon Ledoux : un bénéfique, pour ne pas reproduire ou subir de nouveau l'épisode, l'autre provoquera une réaction qui est accentuée, voire stressante, phobique, sans rapport avec l'incident en lui-même.

L'hippocampe va transformer notre mémoire de travail en mémoire à long terme. Cette mémoire va stocker les épisodes de notre vie « la mémoire épisodique autobiographique ». L'hippocampe est l'endroit où se produit une neurogenèse permanente. Sa taille varie au fil de nos apprentissages et de nos souvenirs.

La mémoire est donc l'alpha et l'oméga de l'apprentissage. Pas d'apprentissage sans mémoire qui conserve la trace de l'apprentissage. Un apprentissage heureux sans stress permettra une meilleure mémorisation des émotions, des sensations et une meilleure expression de nos ressentis. L'approche centrée sur les émotions de l'apprentissage de la

[5]Ledoux, 1992

dégustation semble, à la lumière des connaissances neurologiques, appropriée à la découverte de soi et au partage sans complexe de nos sensations.

L'olfaction a un accès direct aux structures impliquées dans la mémoire (hippocampe) et les émotions (amygdale). Ceci est dû à la dimension hédonique des premières impressions olfactives (j'aime ou je n'aime pas).

Les autres sens tels que la vision, l'audition, le toucher, passent par la voie thalamique. Pour Ledoux (1998), il existe deux voies : une voie directe, thalamus–amygdale et une voie indirecte plus lente, thalamus – cortex – amygdale. En ce qui concerne la vision, la première voie nous permet de détecter grossièrement un danger potentiel et d'apporter une réponse immédiate (réflexe) afin de préparer physiquement le corps à réagir (fuite ou lutte). La seconde voie va analyser l'authenticité de l'impression et permettre, soit de renforcer l'action de l'amygdale, soit de moduler la réponse de peur.

La première voie est utile pour la préservation de l'espèce. Une réaction excessive à un stimulus de danger vaut mieux qu'un temps d'analyse trop long nous mettant réellement en péril.

I.3.2 Le lien émotions et odeurs

Les travaux précédents ont montré que des liens existent bien entre les odeurs et les émotions. Les émotions olfactives sont initialement non cognitives mais le deviennent par la conscience, quand elles sont verbalisées. Nous pouvons opérer un parallèle avec l'expression de nos émotions des travaux de Mikolajzack et Brasseur(2014) soulignant que plus l'individu possède un lexique important, plus il sera en capacité d'exprimer ce qu'il ressent, de le partager avec autrui et aussi d'exprimer ce qu'il perçoit des émotions de l'autre. Ceci rejoint l'importance du vocabulaire commun analogique pour décrire les sensations perçues lors d'une dégustation. Ces émotions suscitent du plaisir et des activations physiologiques. La dimension hédonique apporte de nombreuses nuances qui s'enrichissent de plaisirs liés aux expériences passées.

Lors d'une présentation en atelier d'écriture d'un vin ayant marqué les sens des participants, une des étudiantes a rencontré quelques difficultés à achever sa présentation. Le souvenir du « goût » de ce Gewurztraminer partagé au cours du repas familial du dimanche a suscité la

réminiscence chargée d'émotions de sa grand-mère qui lui permettait, ce jour-là, de goûter ce vin si parfumé en y trempant un boudoir.

Les émotions ressenties ne portent pas sur l'odeur stricto sensu, mais sur l'évocation plaisante ou déplaisante perçue et identifiée. Ce sens archaïque nous a été transmis, presque intact, pendant des millions d'années. Chez *homo sapiens,* sa conservation se traduit par l'intervention directe des messages olfactifs dans notre vie mentale. Il est capable d'engendrer des impressions subjectives qui signent notre rapport intime au monde. L'odorat se met en place dès la formation de l'embryon. Ses voies dans le cerveau sont les plus précocement ouvertes durant l'ontogénèse En effet, le nouveau-né est en mesure de reconnaître, dans l'odeur du lait de sa mère, des composés sentis durant sa vie fœtale. Il garde un souvenir olfactif du liquide amniotique. Des études sur l'épigénèse de l'hédonisme olfactif et gustatif chez l'enfant démontrent que le goût du nourrisson est lié à la consommation de la mère. L'expérience a été tentée de faire ingurgiter de l'anis à des femmes enceintes, ce qui a eu pour résultat que les nouveau-nés aiment le lait à l'anis. (*Schaal,Marlier et Soussignan,2000),*

Longtemps considéré comme un sens mineur, parce que supplanté par la vision en termes d'alerte, l'olfaction est aujourd'hui au centre de nombreuses recherches. Nous réapprenons que les odeurs influeraient sur nos comportements : le neuro-marketing s'en est d'ailleurs déjà emparé en créant une « industrie des bonnes odeurs ». L'odorat est d'une grande complexité car, contrairement aux autres modalités sensorielles, le codage des odeurs est de nature combinatoire. En fait, loin d'être une fonction archaïque, les études ont démontré, contre toute attente, l'importance de notre odorat. 347 gènes sont dédiés à l'expression de récepteurs olfactifs soit 1% du génome humain.

Les professionnels de fragrances demandent aux scientifiques de découvrir une théorie de l'odorat et du système de codage. Tout se passe donc comme si l'olfaction ne pouvait acquérir ses lettres de noblesse qu'à la condition de sortir de sa subjectivité et d'avoir un langage qui lui soit propre, à moins que, comme tout œuvre artistique, le langage ne soit pas capable de représenter fidèlement toute la complexité de la sensation olfactive. L'odorat est un sens primordial, transmis depuis la nuit des temps et presque inchangé, vital pour la survie de l'espèce, il est en prise directe avec les messages olfactifs de notre environnement en lien avec nos affects. L'odorat se trouve être l'une des sources possibles de notre rapport au monde selon Aumont 2017 « *l'intégralité de monde physique qui nous entoure ne nous*

est accessible que par l'intermédiaire de nos sens ». Le message olfactif n'est pas uniquement une captation de stimuli qui nous livrerait des informations positives ou négatives sur notre environnement. Il provoque des impressions subjectives qui nous permettent de percevoir le monde et d'orienter nos actions. Il influe sur notre perception des choses, mais aussi sur notre état émotionnel en captant les molécules odorantes et en les reconnaissant, en guidant nos fonctions biologiques les plus vitales comme l'alimentation, la communication et la reproduction.

L'olfaction, que ce soit dans l'évolution des espèces ou dans l'ontogénèse du petit d'Homme, est le sens qui se met en place le premier. Dans l'ontogénèse d'homo sapiens sapiens, l'odorat est présent dès la formation de l'embryon. Il forme l'avant-garde de la sensorialité. Les voies de l'odorat sont les plus précocement ouvertes et permettent la confrontation *in utero* du nourrisson avec le monde extérieur. Puisque le nouveau-né, nous l'avons déjà évoqué, garde le souvenir olfactif du liquide amniotique, nous pouvons alors penser que tous les comportements fondamentaux de l'espèce seront transmis du nouveau-né à l'adulte par des signaux olfactifs.

Pourtant, le sens de l'olfaction est resté le plus méconnu. Il a été considéré culturellement en Occident comme secondaire, peu utile à l'Homme et revêtant donc un intérêt médiocre pour la recherche scientifique.

L'odorat paraissait trop vulgaire pour être considéré comme un sens noble, c'est-à-dire, susceptible d'être mis au rang supérieur dans la hiérarchie qui s'est créée. Aristote (384-322 av. JC), dans son *Traité de l'âme*, affirme que l'odorat : « *manque de finesse et de discernement par rapport aux autres sens, il est chez l'homme bien inférieur que chez certains animaux. Un sens grossier parce qu'utilitaire ».* Pour St Thomas d'Aquin (1225 – 1274*) « L'odorat est d'une qualité bien inférieure au goût qui sait fort bien faire des distinctions fines parmi les saveurs parce qu'il est une sorte de toucher et l'odorat ne saurait se comparer à la vue. »*, pourtant le goût prend son origine dans l'olfaction.

Dans son traité de l'Homme, fondé sur les données physiologiques de son temps, Descartes (1596-1650) analyse le sens de l'odorat. « *Le sens de l'odorat dépend de plusieurs filets qui s'avancent de la base du cerveau vers le dessous de ces deux petites parties creuses et qui ne différent en rien des nerfs, qui servent à l'attouchement et au goût. Les pores, qui donnent accès à ces petits filets, ne laissent passer que d'infimes parties terrestres. ».* Il s'agit donc d'un sens mineur. Concernant les philosophes, il faudra attendre Nietzsche pour rejeter l'ordre aristotélicien : « *Tout mon génie réside dans mes narines* » (Friedrich

Nietzsche in Le gai savoir). Dans son « éloge de l'odorat », Holley (1999) rappelle que Nietzsche « *fait de l'odorat son cheval de bataille dans sa contestation de l'idéalisme et du christianisme coupable à ses yeux d'avoir engendré la mauvaise conscience de l'homme en le coupant de son passé animal* ».

Aujourd'hui, les études sur l'odorat sont nombreuses, notamment depuis l'avancée de la biologie moléculaire, de la génomique et des découvertes de l'équipe de Buck et Axel (prix Nobel de médecine et biologie en 2004).

I.3.3 Le pouvoir des odeurs

Les chercheurs et le grand public découvrent, voire redécouvre, le pouvoir des odeurs. Les odeurs auraient des influences sur nos comportements (Roudy, Pouliot et Bensafi.2009). Elles influeraient, à notre insu, sur nos décisions affectives, sans parler des fameuses phéromones (du grec *pherein : porter* et *horman : exciter*) présentes chez nombre d'espèces animales, mais loin d'être prouvées chez homo sapiens. Le « phéromone » est un signal chimique qui fournit à un autre individu, de la même espèce, des informations sur son genre, son statut social ou reproducteur. Ce signal, produit à distance, agit sur le déclenchement de comportements sexuels ou sociaux.

Ne plus percevoir d'odeurs, donc être frappé d'anosmie, peut provoquer des dépressions sévères (on perd le goût de la vie). De récents travaux (Schaal, Ferdenzi et Whatelet.2013)montrent aujourd'hui qu'un nouveau-né est capable, à partir du sixième jour, de reconnaître sa mère par l'odeur de son lait et, de même, une mère serait en capacité de reconnaître, entre plusieurs vêtements identiques, celui qui a été porté par son bébé.

Le pouvoir des odeurs, par le contenu émotionnel qu'elles véhiculent au moyen des images qu'elles suscitent dans notre mémoire et des réactions de dégoûts ou de plaisir qu'elles font naître, s'il n'est plus à démontrer, il reste intéressant à étudier dans de nouveaux domaines et champs.

I.4 La place historique et culturelle de l'olfaction et des émotions

Dans cette section, nous développerons la particularité de la place de l'olfaction et des émotions intervenant dans la dégustation.

I.4.1 Approche historique de l'olfaction à la lumière des connaissances actuelles

Dans l'antiquité, la question de rendre compte physiologiquement de la perception des odeurs et parfums opposait deux théories. La première pose la thèse que l'olfaction serait imputable à une substance matérielle qui nous serait transmise par l'odorat ou serait une onde sans substance matérielle qui véhiculerait l'odeur. Cette théorie donna lieu à une thèse sur les vibrations. Les molécules odorantes ne contactent pas directement les récepteurs selon les règles physico-chimiques communes, mais au moyen de vibrations. Schleppnick,(1975) introduisit une nouvelle théorie qui souligne que chaque récepteur comprendrait plusieurs serrures. La clef et la serrure de chaque récepteur seraient une serrure correspondant à un odorant. Jusqu'en 1991 les chercheurs ont essayé d'isoler les protéines qui réagissaient avec les molécules odorantes, c'est-à-dire des protéines réceptrices. Aujourd'hui, Axel et Buc (1991) ont identifié cette fraction d'ADN qui code les protéines. Ces travaux montrent que les récepteurs sont des protéines transmembranaires dont le nombre avoisine le millier chez la souris et 347 chez l'homme, soit respectivement 3 % du génome chez la souris et 1% chez l'Homme. Ces récepteurs olfactifs sont exprimés spécifiquement dans les neurones de la muqueuse olfactive. Il existe plusieurs sous-familles de récepteurs olfactifs. Chaque jour, nous respirons 23000 fois et ventilons à peu près $12m^3$ d'air. Le brassage de l'air dans les narines favorise la diffusion des molécules odorantes, lesquelles traversent la couche de mucus d'une épaisseur de quelques dizaines de micromètres, avant de rencontrer les récepteurs situés dans la muqueuse olfactive. Chez l'Homme, cette muqueuse a une surface de 2 à 3 cm sur les parois latérales et médianes du toit de la cavité nasale. Elle est formée de trois catégories de cellules : les cellules de soutien, les cellules basales et les cellules sensorielles qui sont des neurones dotés de nombreux cils portant les récepteurs olfactifs. Une odeur est définie comme une sensation particulière que certains corps produisent sur l'organe de l'odorat par leurs émanations volatiles. Ce sont des molécules diffusibles dans l'air à des concentrations diverses capables d'interagir avec le système nerveux selon une combinatoire bien précise de récepteurs activés provoquant une structure : l'odeur.

L'olfaction reconnaît une structure complexe dont les particules élémentaires ne peuvent être séparées sans changer l'identité de l'ensemble. Par exemple, l'odeur du jasmin comprend 200 molécules ; si une seule, manque ou que l'une ou l'autre soit en excès, l'arôme subtil du jasmin n'est plus reconnaissable.

Toutes les découvertes récentes en biologie moléculaire permettent de conclure que l'odorat loin d'être un sens mineur, vague et primaire au vu de sa complexité est au contraire très précis par sa combinatoire et sa capacité de discrimination.
Chez l'humain, l'odorat a trois caractéristiques : la perception du nombre des odeurs (plus de 20 000), la perception hédonique (émotions agréables ou désagréables) et la perception liée à des souvenirs ou à des images. Selon Holley (1991), le lien avec le contenu cognitif est ténu alors que le lien émotionnel et affectif est très fort avec la matérialité de notre environnement. Les odeurs agréables sont associées à la nourriture ou à la nature, les désagréables, à la maladie ou aux dégoûts, elles sont empreintes de subjectivités culturelles. Ce lien émotionnel a également une fonction d'alerte. Cependant, du fait de la particularité de ce sens « émotionnel », il peut y avoir des implications mercantiles et manipulatoires, par exemple, l'étal de la galerie marchande d'où se dégage une bonne odeur (factice) de pain frais, alors que ce n'est qu'un dépôt de pains congelés. Ce lien affectif et inconscient des odeurs n'est pas sans poser des problèmes éthiques dans ses applications mercantiles.

I.4.2 De l'odorant à l'odeur des émotions à leurs expressions.

L'odeur n'est pas en elle-même source de plaisir ou de déplaisir, mais la corrélation entre le jugement et la mémoire. L'attention portée en pleine conscience participe à l'intégration émotionnelle et à une description cognitive grâce à la parole.

« *Comment ce que nous pensons comme évident, peut-il faire l'objet de cette incroyable accumulation de théories, de cette prolifération d'écrits, de définitions, d'explications et de controverses ? Cette affirmation ne voudrait-elle pas alors dire que nous savons ce qu'est une émotion et que seuls les scientifiques n'auraient pas accès à ce savoir ou, en d'autres termes, que le savoir de l'émotion résisterait à la science ? »* (Despret, 1999.)

Les problématiques cognitives de catégorisation scientifique se heurtent au fait que le lexique des émotions et de l'olfaction se réfère à des champs lexicaux de sens commun. Les professionnels des fragrances souhaiteraient la mise au point d'un système de codage quantitatif et qualitatif des impressions olfactives liées aux émotions, et donc objectiver les sensations, émotions avec un langage propre. Le langage peut-il décrire objectivement la complexité de la sensation olfactive comme dans l'art ? Peut-il ne pas rendre compte, de façon objective, de la beauté d'une œuvre ?

Les définitions en général mettent en opposition l'émotion, par son côté jugé perturbateur du fonctionnement intellectuel, et la cognition, plus rationnelle. L'émotion est définie comme expérience subjective subie, donc perturbatrice d'après Descartes. Il faudra attendre les travaux de Damasio (1995) pour commencer à se défaire de cette idée que les émotions sont perturbatrices de notre jugement, qu'elles l'altéreraient et seraient inhibitrices de notre raisonnement. Les progrès accomplis en neuroscience tendent à prouver qu'au contraire nos émotions nous aident à prendre les bonnes décisions.

Les émotions sont généralement peu prises en compte au niveau sensoriel de la perception, à l'exclusion de l'audition dans le domaine de la musique. La recherche empirique sur l'analyse des émotions a abouti à une classification d'émotions de base universelle à partir des travaux d'Ekman (Ekman, 1984 ; 1999).Cette classification fait consensus aujourd'hui. Elle comprend 7 émotions de base : peur, colère, tristesse, dégoût, surprise, joie, mépris. Il est amusant de la rapprocher des 7 péchés capitaux : colère, orgueil, envie, luxure, avarice, gourmandise, paresse.

Cependant, cette classification ne donne pas de définitions scientifiques. Les émotions de bases sont données comme évidentes, corrélées par des preuves expérimentales empiriques, que soulignent les travaux d'Ekman (1984 ; 1999) et les observations de terrain réalisées bien avant par Darwin.

Une distinction est faite entre les termes « émotion » et « sentiment ». L'émotion est subie, alors que les sentiments, qui relèvent du registre de la perception consciente, sont liés à la sensibilité et à l'intuition sans caractère perturbateur. Les sentiments sont perçus comme un phénomène psychologique spécifiquement humain, positif ou négatif, non contradictoire avec la cognition et la rationalité pour définir la perception des émotions selon Damasio. Cependant, la spécificité humaine est remise en question : les animaux seraient également doués d'émotions et de sentiments, particulièrement les mammifères et certains oiseaux, notamment les corvidés (de Wall, 2018).

Il est également intéressant de relever la proximité sémantique entre sentiment et olfaction dans le terme technique utilisé dans le domaine de la chasse où « *sentiment* » signifie l'odeur laissée par le gibier et, par extension, l'odorat du chien et plus généralement celui des animaux (on dit d'un chien qu'il n'a pas de sentiment lorsqu'il perd la trace du gibier). Concernant les formes lexicales pour les catégories d'odeurs, plusieurs procédés linguistiques sont utilisés: une forme nominale analogique associée à une source ou une situation, par exemple (les odeurs de fraise, de fleur d'acacia, de sous-bois ou de promenade en forêt…) ;

une utilisation d'adjectifs : fruitée, floral, animal, végétal, empyreumatique, épicé.
une forme verbale : entêtant, persistant, surprenant, captivant …
La forme verbale fait référence aux effets produits par la stimulation olfactive qui renvoie à une expérience subjective. Cependant on observe l'absence de vocabulaire spécifique pour la description des odeurs. Elle s'effectue toujours par analogie, contrairement aux couleurs ; nous énonçons par exemple que « ce pull est bleu » et non que « ce pull est comme la couleur du ciel ou de la mer ».
L'odeur fait référence à une substance odorante et à une expérience subjective : soit comme une substance matérielle vaporeuse appelée odorante, soit comme un effet produit par l'odorant sur les organes des sens provoquant une sensation qui peut donc être également une émotion.
Ce n'est qu'à travers l'expérience de partage du sens en particulier avec le vocabulaire commun à chacun, non spécifique, mais analogique que les perceptions individuelles, ou de sens commun, peuvent conduire à la constitution d'une certaine objectivité partagée.

I.4.3 Odeurs et émotions : approche hédonique

Selon Ehrlichman et Baston (1992) et Herz (2002), il y a une importance capitale de la tonalité hédonique dans les émotions provoquées par les odeurs. La qualité hédonique désignant l'aspect plaisant ou déplaisant d'une odeur (caractéristique olfactive), pour Fouchey (2009) « *La première réaction que l'on a face à une odeur est de lui attribuer une qualité hédonique, dire si on l'aime ou non puis, dans un second temps seulement, on recherche sa qualité.* ». En effet, les approches expérimentales montrent que l'expérience olfactive est liée à la valence hédonique de l'odeur. Une odeur plaisante aura un effet positif sur l'humeur et inversement pour une odeur déplaisante (Shiffman et al 1995 a,b). Dans de nombreuses cultures, les odeurs sont sources de connaissance du monde qui nous entoure en déclenchant des réactions émotionnelles (Shaal et al 1995). Ce facteur culturel n'a d'impact que pour l'olfaction, il n'a pas d'incidence sur les autres sens. Des odeurs désagréables pour une certaine culture pourront être perçues comme étant agréables dans une autre. (Fouchey, 2009).
Les odeurs ont des effets sur la cognition et sur le comportement, identiques à ceux des stimulations émotionnelles pour d'autres modalités sensorielles (Ludwingson et Rottman,1989 ; Chebat et Michon, 2003). D'autres études montrent que les stimuli d'une

odeur provoquent des modifications physiologiques sur la fréquence cardiaque, sur la conductance cutanée impliquée dans les réponses émotionnelles (Alaoui- Ismaili et al 1997). Leur recherche montre que les souvenirs olfactifs sont intensément empreints d'émotions souvent liées à l'enfance, contrairement aux souvenirs activés par des stimuli visuels ou auditifs. (Chu et Downes 2002).

Deux questions en relation à notre objet de recherche se posent dans la dégustation: quelles sont les émotions initiées par les odeurs et quelle réponse sémantique est apportée ? Comment les émotions induites par les odeurs sont-elles déclenchées ?

L'approche à partir des émotions dites basiques ou universelles (Ekman, 1984 ; 1999) n'apparaît plus suffisante ou appropriée pour comprendre les réponses affectives déclenchées par une odeur. Le ressenti subjectif provoqué par une odeur n'est pas caractérisable sur la base des émotions dites universelles, telles que, la tristesse, la colère ou le mépris. Seule la peur (odeur de gaz) ou le dégoût sont caractérisés par une moue universelle selon Darwin, « *qui est une façon de fermer « les écoutilles » et de refuser l'injection du produit ayant une telle odeur* ». Il importe donc de tenir compte de cette limite culturelle. Certains groupes humains adorent des mets à l'odeur insupportable pour d'autres personnes; par exemple le durian, fruit à odeur fétide fortement apprécié en Asie du sud-est est pourtant interdit dans les avions et les hôtels.

Il existe de nombreuses études sur le rôle primordial des facteurs interpersonnels, contextuels et/ou culturels dans la réaction émotionnelle aux odeurs (Schleiclt, Neuman et Morishita 1998) (Aranjo et al 2005). Une échelle de mesure a été élaborée pour décrire les états affectifs associés aux odeurs. Elle s'appuie notamment sur la méthodologie de Zentner&al (2008) qui avait comme application l'étude des émotions déclenchées par la musique. Cette échelle GEOS « Geneva Emotion and OdorScale » met en avant les spécificités des fonctions en lien avec l'olfaction. Par exemple, pour l'odeur hédonique de mandarine et de jasmin, l'une renvoie à une dimension « rafraîchissante » et l'autre dans le registre de la « sensorialité ». L'une comme l'autre sont perçues comme agréables, mais pas dans le même registre. Ces études montrent la finesse des réponses émotionnelles liées aux odeurs. Il importe donc de prendre en compte l'expérience individuelle, les facteurs contextuels et socioculturels qui forment l'extrême subjectivité des réponses affectives aux stimuli olfactifs.

Cette notion de sensorialité est importante. Elle représente l'ensemble des fonctions qui concernent les organes des sens. Elle dépend de l'inné (la part génétique) et de l'acquis (part du psychologique et du social). Elle est propre à chaque individu. Si la sensibilité est

attachée à ce qui vient du vécu du sujet (l'acquis), la sensorialité est associée au patrimoine génétique (l'inné). L'appétence pour le sucre est innée, ainsi que l'aversion pour l'amer. L'expérience peut nous dégoûter d'aliments sucrés (suite à une crise de foie par exemple) ou nous faire apprécier les artichauts.

La moitié de nos 347 gènes qui codent les récepteurs olfactifs existant sous des formes différentes, comme vu précédemment, cela rend fortement improbable que deux observateurs perçoivent une seule et unique odeur avec une même valence en présence d'un seul et même stimulus. Il ne peut donc y avoir de référentiel collectif selon Holley (2007).

Ainsi, par manque de vocabulaire, le cerveau fait appel à la mémoire autobiographique pour identifier l'odeur. Parler de ses perceptions olfactives oblige à partager ses souvenirs, à exprimer ses émotions et ses plaisirs et donc à dévoiler une partie de son intimité. L'évaluation hédonique comporte ainsi d'importantes variations liées au plaisir et à l'émotion du primo souvenir, ainsi qu'à l'expérience singulière de chaque individu. Charles Baudelaire illustre avec délectation langagière le résultat de ces recherches multiples.

« Lecteur as-tu quelquefois respiré avec ivresse et lente gourmandise, ce grain d'encens qui remplit une église ou d'un sachet, le musc invétéré, le Charme profond, magique, dont nous grise dans le présent, le passé restauré ! »

Charles Baudelaire, le parfum.

I.4.4 Emotions et « plaisir » de la dégustation ?

Le plaisir olfactif et gustatif est une émotion positive, qui se caractérise par une sensation agréable, contrairement au déplaisir. Il peut être ressenti lors d'une dégustation par une sensation de satisfaction, de contentement ou de joie en lien avec un souvenir d'enfance ou un moment précis de partage gustatif avec des personnes amies. Être capable de ressentir du plaisir fait partie du bien-être et de l'équilibre psychologique. Sur le plan neuropsychologique, le plaisir est associé à une activation de certaines zones du cerveau que l'on appelle le « circuit de la récompense ». Il se traduit par une libération d'endorphines naturelles, appelées aussi les « hormones du plaisir ». La capacité à ressentir du plaisir fait partie du bien-être et de l'équilibre psychologique. Le plaisir permet de ressentir à la fois de la joie, du bonheur, mais aussi, de satisfaire un besoin affectif. Son intensité sera plus ou moins importante en fonction de la situation, du souvenir associé et de l'humeur du moment. Ainsi, le plaisir s'applique à tous les domaines de la vie quotidienne, un plaisir partagé lors d'une séance de dégustation est plus intense, comme l'est le partage en silence d'un coucher

de soleil avec une personne amie. Cette émotion positive peut durer de quelques secondes à plusieurs heures, en fonction de l'événement ou de la situation ayant déclenché le plaisir. Ressentir du plaisir et le partager permet de libérer les endorphines, d'activer le circuit de la récompense, ce qui apporte beaucoup de bienfaits à la fois physiques et psychologiques.

Dans cette notion de plaisir, nous pouvons distinguer le rôle de la dopamine, un neuromédiateur. Par ailleurs, la dopamine joue un rôle dans le circuit de la récompense qui garde en mémoire les événements agréables et procure du plaisir. Une région de notre cerveau, le noyau accumbens, gère la récompense et le bien-être (Olds et Milner, 1954.). Ce noyau s'active quand on est dans l'attente d'une récompense. Par exemple, si quelqu'un débouche une bouteille d'un vin que nous apprécions, nous imaginons déjà les arômes, la finesse des tannins et le plat avec lequel il va être associé, tout cela créé une attente. Quand vient enfin le moment de goûter, c'est la fameuse récompense ou bien un grand désagrément, avec à la clé une sécrétion de dopamine en lien avec la mémoire.

Le plaisir provient également de l'expérience esthétique. Selon Shaeffer (2020) le fait de contempler un tableau ou un paysage, d'écouter une pièce de musique, de lire un poème, de déguster un vin : telle est l'expérience esthétique. Or, dans chaque culture humaine, elle est, de toutes les expériences communément vécues, à la fois la plus banale et la plus singulière. Singulière car elle a pour condition qu'on s'y adonne sans autre but immédiat que cette activité elle-même banale, car elle n'en demeure pas moins une des modalités de base de l'expérience commune du monde. L'expérience esthétique exploite le répertoire de l'attention, de l'émotion et du plaisir, mais elle leur donne une inflexion particulière.

Cette expérience esthétique fait appel à la perception, à l'attention et à l'imagination. Il y a différents types d'attention, l'attention portée lors d'une dégustation aux sensations ressenties est différente de l'attention quotidienne dans notre vie courante. Cette attention particulière nous fait interroger nos sensations et émotions. Les émotions que nous donnent les souvenirs par l'imagination sont de vraies émotions.

Pour Schaeffer, l'expérience esthétique est un lieu pour cultiver ses émotions et apprendre à les gérer. La dimension hédonique(le plaisir) est le but de l'expérience esthétique. Regarder, écouter, sentir, goûter avec attention amènent au plaisir, ou parfois au déplaisir, mais toujours à l'émotion. Selon Schaeffer, le plaisir justifie le coût de l'expérience esthétique. La

méthode esthétique autour d'une œuvre d'art nous permettra d'aller plus loin dans cette expérience esthétique.

I.4.5 Troubles de l'olfaction et conséquences sur l'humeur, le plaisir et la qualité de vie ressentie.

Si nous avons vu le lien olfaction et émotions, son absence ou les troubles de l'olfaction prennent diverses formes. Nous allons voir qu'elles peuvent avoir un effet négatif pour la qualité de vie au quotidien, allant du manque d'appétence à la dépression sévère. L'anosmie est la perte totale des capacités olfactives, l'inaptitude à percevoir des odorants dits « pur ». L'hyposmie est la réduction ou la perte partielle des capacités de détection olfactive. Ces deux troubles peuvent être partiels ou généraux pour tous les odorants (Doty, 2003). Les dysosmies sont des distorsions de la qualité de perception des odeurs. Elles peuvent être associées quelquefois à des perturbations de la sensibilité olfactive. Elles se manifestent, soit par une perception désagréable d'une odeur qualifiée d'agréable (la parosmie), soit par une perception olfactive en l'absence de tout stimulus hallucination olfactive (Doty, 2003).
Une recherche menée par Varga et al. (2000)portant sur 105 patients ayant une déficience de l'olfaction montre que plus d'un tiers d'entre eux trouve leur humeur et le plaisir de manger altérés. Ces travaux montrent que la perte olfactive agit sur l'altération de l'appétit. Elle provoque de mauvaises pratiques de nutrition avec une utilisation excessive de sel, de sucre ou d'épices. Cette anosmie totale ou partielle crée un sentiment d'insécurité par la peur d'une mauvaise évaluation de la fraîcheur des aliments, mais également pour la surveillance de la préparation culinaire et l'aperception de fuites éventuelles de gaz. Ces anosmies ou hyposmies touchent également ce qui concerne l'hygiène corporelle dans l'auto-évaluation de sa propre odeur et de l'aperception des odeurs chez le petit enfant en tant que parents (De Vere, 2003). Ces troubles provoquent des désagréments sur l'ensemble de la vie sociale et sexuelle des patients qui créent des troubles psychologiques liés à l'humeur et ont pour conséquence des états dépressifs sévères. Ces troubles olfactifs ne sont détectés le plus souvent que quand le patient va consulter pour un état dépressif, mais pas toujours, car on ne recherche pas systématiquement à analyser les causes chimio-sensorielles olfactives ou de gustation (agueusie).

Conclusion Chapitre I

L'étude de la dégustation « critériée » dite experte du vin et leur soubassement scientifique respectif a permis de mettre en évidence certaines limites de ces approches technicistes, désincarnées, voire « froides», « rationnelles », où la tentative de l'introduction des émotions reste cantonnée à sa seule dimension hédonique, une approche individuelle du « plaisir ».
L'erreur ou la limite de l'approche classique et hédonique de la dégustation basée sur nos seuls sens s'inscrit dans une perspective techniciste intellectuelle de l'apprentissage où le piège de notre société est, dans la mesure de la réussite, à l'aune du succès et de la performance. « *Notre cerveau n'a jamais accès directement à la réalité, il se la construit. Il est en permanence en train de faire des calculs, des interprétations, des reconstructions complexes. Il cherche à mettre du sens partout, même là où il n'y en a pas. Alors il en fait trop, amplifiant les contrastes, créant contours, perspectives et autres reliefs, en fonction de ce qu'il connaît. Cette relativité de la perception ne doit pas nous amener à accuser notre cerveau de nous tromper. Il se construit et se structure de par ses interactions actives avec le monde. En outre, la perception produite dans le cerveau dépend étroitement du contexte au sens large – temporel, spatial, historique... – car le contexte fournit des clés pour percevoir le monde plus efficacement* », selon Rossetti, professeur de physiologie à la faculté de médecine de Lyon et chercheur au Centre de recherches de neurosciences de Lyon (CNRS/ Inserm). Le cerveau compose donc avec l'imperfection de nos différents sens et capteurs, mais aussi avec l'environnement et notre histoire (personnelle, culturelle).
Qu'en est-il, dans une démarche eudémonique en pleine conscience ? L'approche pédagogique eudémonique travaille à sortir de notre égo pour re-trouver l'art de la présence connectée, la présence attentive, la pleine conscience, la relation. Retrouver son âme d'enfant de l'instant présent, c'est retrouver la connexion ! L'enfant, l'œuvre, le vin... est présence, et, c'est sa présence qui fait que nous sommes reliés. Si la pédagogie travaillait davantage sur notre capacité à une présence habitée, nous pourrions re-trouver vitalité et œuvrer à une bienvivance à l'école et au travail (Gendron, 2018) ; telle est selon Gendron, la visée de la pédagogie eudémonique et du leadership capacitant au capital émotionnel *ad hoc*, une approche des émotions du point de vue de leurs compétences associées renvoyant au capital émotionnel de tout un chacun ? Approche que nous allons développer dans ce travail de recherche-action-intervention.

CHAPITRE II CADRAGES THEORIQUES

Introduction Chapitre II

Les récents travaux, inspirés de la théorie de l'autodétermination confrontent ce point de vue (Deci et Ryan, 1985 ; Ryan et Deci, 2000 ; Ryan et Frederick, 1997). [...]. *« Les écrits sur le bien-être empruntent deux voies divergentes et se réduisent à deux approches différentes quand ils définissent la santé psychologique. L'une met l'accent sur le plaisir hédoniste ou l'atteinte du bonheur et l'autre sur l'eudémonie ou sur le fonctionnement psychologique en accord avec sa propre nature. C'est selon la définition qu'elles donnent au bien-être et selon l'idée qu'elles se font de la réalisation optimale de l'être humain que diffèrent principalement les perspectives sur le sujet.* »

L'issue du débat entre ces deux orientations est d'une importance primordiale pour la psychologie et plus largement pour une conception de la société.

II.1 Des sens à l'essence : singularité du vin ?

II.1.1 La singularité du vin

Le vin est un des rares produits n'existant que grâce à l'intervention de l'homme comme le pain. La culture de la vigne a ses origines proches de la mer Caspienne dans le Caucase, le peuple Aryas a découvert par sérendipité la transformation du jus de raisin en vin. En voulant préserver le jus des raisins dans un récipient les hommes du néolithique ont créé les conditions anaérobies nécessaires à la fermentation. Le vin est devenu la boisson des dieux, d'Osiris en Égypte à Noé en passant par Dionysos et Bacchus, puis a été intégré à la religion catholique en symbolisant le sang du Christ. La culture de la vigne s'est développée tout autour du bassin méditerranéen, puis grâce à l'empire romain a colonisé les régions plus nordiques.

Si les romains ont inventé toutes les techniques de vinifications et de conservations par empirisme, la métamorphose du jus de raisin en vin est restée longtemps un mystère, un tour de magie, jusqu'à l'année 1857. Cette année-là, Louis Pasteur découvre les micros organismes et en particulier les levures présentent naturellement sur la pruine du grain de raisin qui permettent la transformation du sucre en alcool par la fermentation. Cela fait donc uniquement 164 ans que la magie a été remplacée par la science.

La singularité de cette métamorphose « magique » a fait du vin un produit mythique que l'homme a apprivoisé tout en lui gardant cette magie renouvelée à chaque millésime.

Lorsque l'on déguste un vin de grand élevage, nous ne buvons pas seulement du vin mais également du « temps » : le temps de la sélection des parcelles, le temps de la sélection des meilleurs cépages, le temps de la gestation des raisins, de la taille à la récolte, puis le temps de la métamorphose du jus de raisin en vin et de l'élevage, (dans le sens d'amener plus haut), qui peut durer 24 mois. A chaque étape, nous sommes dans le temps long de la recherche de l'optimum qualitatif. Ces différentes raisons amènent à considérer le vin comme un produit noble que l'on apprécie à sa juste valeur en découvrant le continuum de la terre qui le produit, au verre du dégustateur qui s'en délecte.

II.1.2 La dégustation pour la dégustation : la dégustation techniciste, une science ?

Qu'est-ce que la perception du plaisir ?

La perception du plaisir, c'est la manière, les techniques, les pratiques grâce auxquelles les personnes tentent – ou non – de mieux connaître cette émotion intimement liée au bonheur. Les travaux de physiologie, de sociologie et d'anthropologie du goût convergent sur les préférences gustatives où le plaisir associé à la consommation alimentaire sont des données sociales. L'hédonisme physiologique n'est pas discriminant à la naissance. De tous les composants biologiques du goût odorants ou gustatifs, seuls deux sont reconnus induire des réactions innées des bébés : le sucré et l'amer (Chiva 1985). Il est supposé résulter de mécanismes d'apprentissage (Galef & Zentall 1988) ou de pratiques socialement construites (Bourdieu 1979, 1980 ; Elias 1974, 1976 ; Lévi-Strauss 1964 ; Mennell 1985 ; White 1995 ; Meigs 1997).ainsi l'apprentissage de l'expertise en olfaction peut modifier la perception (Teil 1998). D'autres travaux ont également montré que l'attention, et donc l'engagement actif des personnes, modifiaient la perception.

Comment perçoit-on ? Quelle activité doit-on déployer pour percevoir ?
Les dégustateurs de vin utilisent plusieurs dispositifs d'apprentissage pour se former le goût, en particulier des cours de dégustation ou des livres. Les deux sont écrits ou donnés par des experts, « *les experts sont les spécialistes de l'invérifiable* » (Tesson, 2019) pour lesquels la diversité des vins, liée aux conditions et techniques de production, s'ordonne dans une hiérarchisation des produits. Le formateur dans ce cas-là, propose un apprentissage de la perception de cette bonne qualité.
Deux démarches différentes peuvent être distinguées : l'une s'appuie sur le travail des sciences de la perception et sur un déterminisme du goût extérieur au dégustateur, l'autre sur

un certain pouvoir de la pratique. La qualité est reconnaissable au plaisir qu'elle procure, mais à condition d'en avoir une vision claire, objective, d'être connaisseur. Cette objectivité de la perception explique la différence que l'apprenant peut ressentir entre sa perception et celle de l'expert et justifie qu'il appartient à « l'apprenti » dégustateur d'éduquer sa perception. L'apprentissage qui lui est proposé tente de réduire la différence de perception entre l'apprenant et la retranscription de celle de l'expert. Il comporte deux moments. D'abord, il assure le fait que l'expert fait référence, c'est-à-dire que la différence est à mesurer à l'aune de *sa* perception et qu'il appartient à l'apprenant de changer. Ensuite, il propose deux modalités d'action pour transformer la perception : la première tente de l'équiper pour en faire un récepteur parfait ; la seconde l'aide à reproduire la perception de l'expert. L'expérience olfactive est ainsi réduite, structurée, rendue plus comparable et répétable. L'évaluation objective de la qualité reste fondée sur un jugement de conformité à une typicité établie et à une esthétique, elle aussi indépendante des goûts du dégustateur.

II.1.3 La dégustation : un art ? Illustratif d'un art de vivre ?

L'autre voie expérientielle, propose un autre apprentissage. Les formateurs n'insistent pas, comme dans la dégustation « experte » sur le but du changement à produire – acquérir une perception objective – mais sur l'accumulation d'expériences diverses. La figure de l'expert est momentanément renvoyée à une nécessité technique indispensable comme le serait n'importe quel outil de contrôle de qualité, mais sans lien direct avec le changement à opérer ; elle n'est plus l'objectif à viser, le guide à suivre.

Cette approche s'apparente à une maïeutique. Le buveur doit changer, mais non pas en travaillant son goût. Il doit plutôt chercher à accélérer l'évolution et la perception du plaisir en multipliant les expériences. Le goût n'est pas une caractéristique stable en soi, dont on hériterait à la naissance. Goûts, dégoûts et aversions ne sont pas figés, ce sont des péripéties variables et temporaires de la passion, la diversité des goûts des vins n'est plus dès lors hiérarchisée et « hiérarchisable » selon une « bonne et une mauvaise » qualité :

« *Il n'y a pas de « bon » ou de « mauvais » vin dans l'absolu. Ni de grand et de petit. Comme il n'y a pas de « grande » et de « petite » musique : il y a celle qui vous fait vibrer, c'est tout.* » (Lecouty, 1989)

En s'interrogeant sur ses goûts exempts de toute considération normative, l'apprenti dégustateur apprend à se connaître. Le dégustateur doit être curieux pour enrichir son expérience. Tout élément d'une situation de dégustation est susceptible de devenir une ressource pour l'ajustement et doit être pris en considération : les invités, la saison, la température, le lieu, le repas, le menu.

Ainsi s'opposeraient deux théories du plaisir de la dégustation : la première fondée sur « l'objectivité » et sa promesse de vrai plaisir et la seconde plus opportuniste, où tout plaisir, quelle qu'en soit la nature, est toujours bon à prendre » (Teil. 2001). Le goût des autres pour cette dernière n'est plus une source de désaccord ou de gêne, il devient une ressource, des représentations des qualités du vin. Ces représentations, parce qu'elles sont le fait d'autrui qui a des intérêts ou des désirs particuliers, peuvent révéler des qualités que l'on n'aurait pas ressenties ou perçues/au sens de perce-voir. L'ouverture de l'expérience du dégustateur aux autres points de vue lui permet alors de compléter sa connaissance du vin pour produire l'inventaire le plus riche, le plus exhaustif des qualités des vins.

II.1.4 La science et l'art de la dégustation : une question de « sens »: vers le respect de l'œuvre d'Autrui, de l'homme et/ou de la terre

Apprendre à déguster du vin, ce n'est pas normer son goût, c'est apprendre à faire des différences, mais aussi à changer, à se surprendre. Visiter des vignobles c'est découvrir, relier dans un continuum la production, l'élaboration et la dégustation des vins. Le plaisir du vin a donc une *culture* au sens plein et pluriel du terme : de sa terre de culture à son appréciation dont elle est le résultat incertain d'une métamorphose indissociable des éléments qui le composent.

« Le vin, c'est le contenu cellulaire d'un fruit mûr remanié par la fermentation » (Puisais, 1973).Les grands vins ne sont donc plus seulement définis intrinsèquement, par une esthétique particulière qu'il faudrait apprendre à percevoir et analyser ; ils sont définis par la pratique qu'ils sont capables d'entretenir et la résistance qu'ils opposent à la standardisation. L'apprentissage de la dégustation requiert au minimum une attention soutenue sans chercher à porter un jugement, dans une forme de pleine conscience dans le moment présent. Cependant, la question que nous pouvons nous poser : sans réflexivité, peut-on éprouver du plaisir, du bonheur, des émotions ?

II.2 Approches hédonique et eudémonique de la dégustation : vers une vie pleine de sens

Cette réflexivité s'arrête-t-elle au plaisir hédonique, personnel ou peut-elle aller jusqu'à la compersion, c'est-à-dire se réjouir du plaisir que ressent autrui ?

II.2.1 Les apports de la philosophie

Les fondements historiques du concept de bien-être ou de « bonheur » apparaissent avec les philosophes de la Grèce Antique. Deux grands courants philosophiques influenceront plus tard les théories du bien-être psychologique : l'hédonisme et l'eudémonisme.
L'hédonisme, fondé en 306 Av. J.C. par Épicure dans le prolongement d'Aristippe de Cyrène et Platon (White, 2006), définit le bonheur comme une recherche du plaisir et la satisfaction des désirs qui constituent l'objectif de l'existence humaine. Selon Waterman (1993) et White (2006), la notion de bonheur dans notre époque est grandement assimilée à la perspective hédonique. Selon Gaucher (2010), l'hédonisme irrigue le nouveau champ de la psychologie hédonique (Kahneman et al., 1999 ; Ryan et Deci, 2001 ; Reis et al., 2018). Le bien-être hédonique (dimension affective) renvoie à la satisfaction de nos attentes dans les différentes sphères de notre vie et aux émotions plaisantes ressenties (Diener et al., 1985). L'eudémonisme apparaît avec Hésiode au 7ème siècle av. J.C., puis avec Aristote pour qui *« Le bonheur, [eudaimonia] est un principe ; c'est pour l'atteindre que nous accomplissons tous les autres actes ; il est bien le génie de nos motivations et le bien humain suprême.* ». « *C'est un principe vers lequel tout être humain tend en orientant ses actions en vue de l'atteindre*.» (McMahon, 2006).

Selon Kraut (1979), l'approche eudémonique représente la volonté de se réaliser et de vouloir atteindre son plein potentiel. L'«*eudémonia*» peut se comprendre aujourd'hui comme le « *bonheur* », l'« *épanouissement* » ou même le «bien-être». Avec leur définition du « bonheur authentique », nous retrouvons l'eudémonisme dans les travaux de Seligman (2002) et Peterson et Seligman (2004). On associe généralement les concepts d'autonomie, d'acceptation de soi, de but et de sens dans la vie, de relations positives avec les autres, de contrôle de son environnement, de développement personnel au bien-être eudémonique (dimension cognitive Ryff et Keyes, 1995).

II.2.2 Les apports de la psychologie

Au-delà des approches hédoniques et eudémoniques, le bien-être a également été influencé par le champ de la psychologie dans le courant du XIXème siècle. La psychologie a conditionné les conceptualisations modernes du bien-être psychologique, que ce soit au travers des théories psychologiques des émotions, de l'approche humaniste, de la psychologie positive, qu'au travers de la psychologie de la santé.

La théorie psychologique des émotions initiée à partir de la fin du XIXème siècle a conduit plus tard, dans les années 80, à la modélisation des émotions qui a considérablement influencé les travaux sur le bien-être psychologique (Ekman, 1982 ; Watson & Tellegen, 1985 ; Watson, Clark & Tellegen, 1988). Selon Watson et al. (1988), le bien-être psychologique peut être considéré comme une somme d'émotions positives et négatives. L'approche humaniste, née dans les années 40 (Vanden,Bos, 2007) d'une scission entre l'approche psychanalytique et l'approche behavioriste, reconnaît la capacité d'autodétermination de l'individu considéré comme une personne unique. Dans la continuité de l'approche eudémonique, le courant humaniste considère que l'individu a une capacité à se développer selon ses choix personnels et à se réajuster en fonction de son expérience. La théorie des besoins de Maslow (1943) a infusé abondamment ce courant humaniste et l'étude actuelle du bien-être psychologique. Cette théorie, portant néanmoins davantage sur les besoins que sur le bien-être psychologique, donne une place centrale à l'estime de soi, l'affiliation sociale et l'actualisation de soi par rapport aux besoins physiologiques.

La psychologie positive, créée en 1998 par Martin Seligman, alors Président de l'American Psychological Association (APA), est l'étude des conditions et processus qui contribuent à l'épanouissement ou au fonctionnement optimal des individus, des groupes et des institutions » (Gable & Haidt, 2005). Le bonheur et le bien-être sont les thèmes principaux de ce courant qui en étudie le concept, ses causes, ses conséquences et sa mesure. La psychologie positive s'intéresse aux aspects positifs de l'expérience subjective et du fonctionnement humain (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000), aux aspects les plus agréables de la vie et se préoccupe de rendre la vie des individus plus satisfaisante (Seligman, 2004). Contrairement à l'approche humaniste, la psychologie positive met l'accent sur l'étude des émotions positives, des traits de caractère positifs et des institutions positives permettant d'y accéder (Seligman, et al., 2005).

Afin de mesurer le bonheur, Seligman (2004) propose un découpage en trois parties distinctes (trois vies) :

- La vie plaisante : l'individu est à la recherche de vivre le plus d'émotions positives possibles, avec une certaine capacité à les amplifier, à en avoir conscience et à les apprécier à leur juste valeur. Ce qui renvoie à l'approche hédonique.
- La vie d'engagement : l'individu est complètement engagé dans son travail, sa famille, son couple, ses loisirs et le temps n'existe plus. Avec un niveau de concentration maximal, l'individu ne ressent pas plus d'émotions positives que négatives et ne voit pas le temps passer (cf. la théorie du Flow de Csikszentmihalyi, 1990)
- La vie pleine de sens : l'individu est à la recherche de sens dans sa vie. Il adopte un comportement en cohérence avec ses valeurs et s'engage dans des buts plus larges que lui. Ce qui renvoie à l'approche eudémonique.

II.2.3 Approche hédonique

Selon Laguardia, J. G., & Ryan, R. M. (2000). Pour les philosophies hédonistes, en effet, l'important est « d'obtenir ce qu'on désire », suggérant ainsi que quel que soit son but, on sera heureux et « subjectivement bien » si on atteint ce but. Cette façon de penser s'inscrit nettement dans la ligne de la théorie Expectancy-Value au sens classique du terme et suggère que le bonheur provient de l'obtention d'un but qu'on s'est fixé, quelle que soit la nature de ce but. En dernière analyse, les théories hédonistes visent le plaisir, les récompenses et le rendement comme si tels étaient les moteurs premiers de l'activité humaine ; elles laissent de côté les questions concernant la signification de la vie, l'essence de la nature humaine et les buts plus profonds que le plaisir personnel.

Les théories hédonistes reposent néanmoins sur un modèle théorique solide. Le bonheur et les affects agréables apparaissent clairement être des états recherchés. Ils sont également faciles à définir, se prêtent bien à la recherche et sont culturellement renforcés. Pour nos sociétés postmodernes, relativistes et centrées sur l'image, cette idée que « ce qui te rend heureux est bon » est manifestement agréable à entendre et correspond très bien à l'idéal des économies de marché. Comme les penseurs eudémonistes, nous croyons qu'il est important de nous interroger davantage sur la vraie signification de l'être humain, de chercher plus en profondeur et de trouver les facteurs contextuels et culturels qui favorisent le bien-être ou qui le compromettent.

II.2.4 Approche eudémonique

L'eudémonisme recherche précisément ce qui est « fondamentalement bon » pour la nature humaine et les besoins psychologiques qui stimulent le développement de l'humain et dont la satisfaction procure l'éveil et la vitalité. Les eudémonistes soutiennent que les buts poursuivis et les satisfactions obtenues ne sont pas tous également « bons » et qu'il est des formes de plaisir qui n'ont aucun lien avec le bien-être psychologique.

Selon Gendron (2015) « *les recherches sur le bonheur en psychologie et économie au sujet du bonheur ouvrent des espaces d'interrogations et d'actions nouvelles. Si l'approche hédoniste de l'économie domine la recherche sur le bien-être, un courant alternatif s'interroge actuellement davantage sur la vraie signification de l'être humain, et sur les facteurs qui favorisent le bien être. Il en va ainsi de l'approche eudémoniste de l'économie du bonheur et du capital émotionnel qui s'y rattache.* »

II.3 La pleine conscience et sa pratique

II.3.1 Mindfulness et pleine conscience : définitions

La pleine conscience selon la définition de Jon Kabat Zinn (1979) est *« L'observation sans jugement du flot continu des stimuli internes et externes tels qu'ils surgissent ».* Elle est basée sur deux composantes : l'autorégulation et l'orientation vers l'expérience. Elle implique trois capacités. L'attention soutenue : la capacité à maintenir son attention pendant une longue période sur un aspect particulier, par exemple, la respiration ou la description de la robe d'un vin.

La flexibilité : la capacité à changer son focus attentionnel d'un objet à un autre afin de pouvoir retourner à l'objet d'attention initial, une fois qu'une pensée ou une image a été identifiée. Et l'inhibition des processus secondaires : la capacité à inhiber l'élaboration de pensées, d'images, de sensations parasites.

Cette approche permet une conscience-réflexible de l'émotion, une voie d'accès à l'expérience d'être en relation avec le monde et les autres, grâce à ses sens. Une ouverture et une acceptation de l'expérience vécue. Il s'agit d'un développement de l'auto observation corporelle, qui permet de mieux ressentir et d'exprimer nos sensations en relation avec nos émotions.

II.3.1 La pratique de la pleine conscience

Il s'agit de prendre pleinement conscience du moment présent, de centrer son attention sur l'instant, sur tout ce que nous sommes et sur ce que nous ressentons. Il s'agit d'un éveil, d'un réveil au monde. Cette pratique de la méditation en pleine conscience séduit de plus en plus de personnes par sa manière de déborder ensuite sur tous les moments de la journée, de la vie. C'est aussi mettre fin à un flot incessant d'idées et à un assaut de jugements que l'on est toujours trop prompt à appliquer à ce que l'on observe. Ces derniers biaisant souvent notre capacité de perception en la soumettant à des préjugés, à des illusions et à des concepts dont on n'a pas conscience.

La méthode consiste à s'arrêter pendant un instant sur chacun de ses sens, un à la fois. Nous pouvons, dans n'importe quel ordre, remarquer un sens à la fois pendant quelques secondes. Nous sommes immédiatement dans le moment présent. Dans notre pratique nous commençons par focaliser notre attention sur la respiration qui est gérée de façon autonome par notre cerveau piriforme, nous prenons conscience que nous respirons.
Nous pouvons écouter notre respiration, sentir le flux inspiré et expiré calmement.
Puis nous focalisons notre attention sur la vue en regardant en pleine conscience la robe d'un vin sans jugement en observant la couleur, les reflets, la limpidité, la brillance…. Puis nous focalisons notre attention sur l'odorat, sans valence particulière, en appréciant l'intensité, la famille de senteurs, les nuances et l'évolution des arômes…
Puis on se focalise sur la gustation, on note les sensations de l'attaque en bouche au rétro-nasal sans jugement, de façon descriptive. On note les sensations de bases sucrées, salés, acides, amères, l'umami.
Ensuite avec ceux qui le désirent nous partageons nos impressions.

II.4 Capital émotionnel et « acti/vité » : vers une vie « pleine » et de sens, la bienvivance

II.4.1 Définition du capital émotionnel

Seligman (2004) distingue trois types de vie axée sur une représentation respectivement distincte du bonheur : « *La vie plaisante* » renvoie à une approche hédonique de la vie, « *la vie d'engagement* » à celle de vie en « *pleine présence et conscience* » ; Pour ces deux dernières caractéristiques et particulièrement celle de « *la vie pleine de sens* », Gendron (2015)l'associe à l'approche eudémonique de la vie et son concept de bienvivance ;

évolution de la personne qui suppose, pour son développement personnel, le développement de son capital émotionnel ; ce que nous allons voir maintenant.

Selon Gendron (2004), le capital émotionnel par ses compétences associées, les compétences émotionnelles personnelles et sociales, amène via son développement à se connaître soi-même (devise chère à Platon,« γνωρίζοντας τον εαυτόσου » « Gnothi seauton » et son ouverture à l'Autre (son alter-ego, l'environnement, le monde….). Gendron définit le capital émotionnel comme suit : « *C'est l'ensemble des ressources - renvoyant aux compétences émotionnelles - inhérentes à la personne, utiles au développement personnel, professionnel et organisationnel participant à la constitution et l'utilisation optimale du capital humain, du capital social et entre autres, à la cohésion sociale* ». (Gendron, 2004,2008). Son concept amène à réhabiliter les émotions dans leur dimension d'adaptation et de régulation approchée par les compétences. Pour Gendron (2004), cet ensemble, participant à une meilleure efficacité au travail et qualité de vie, relève d'un véritable capital à développer pour autoriser une meilleure qualité de vie et cohésion sociale.

II.4.2 Développement du capital émotionnel

Pour développer le capital émotionnel, Gendron mobilise différents outils dont la pratique de la pleine conscience. Ces travaux (Gendron, 2012) menés dans le cadre d'une recherche expérimentale ANR-IDEFI menée de 2012 à 2019, auprès de jeunes étudiants et étudiantes à l'université, ont montré que la pratique de la pleine conscience participe à une meilleure connaissance de soi et prise en compte de l'Autre. A partir de ses travaux appliqués à l'orientation, ré-orientation ou reconversion professionnelle, elle a mobilisé la pratique de la pleine conscience pour aider les étudiants, étudiantes à définir un « sens » à leur vie dans les trois acceptions qu'elle donne au terme « sens » : direction (répondant au « pour quoi » sous-entendu « quoi en faire ? »), signification (répondant au « pourquoi ? »), valeurs (le « parce que » qui justifie ses actions et choix) (Gendron, 2015) dans une perspective de la « bienvivance ».

II.4.3 Bienvivance : définition et caractéristiques

Gendron (2016) rapproche le développement du capital émotionnel à la qualité de vie, autant au travail que dans la sphère personnelle à partir du concept de la bienvivance qu'elle développe rendant compte de la vitalité de sa vie, quelles que soient les circonstances. Prenant une perspective différente, voire opposée à celle définie par l'OMS du bien-être comme « plénitude de ses moyens physiques », Gendron s'intéresse à la qualité de vie

« dans des situations ou contextes dégradés » pour se focaliser sur ce que la personne « a » et « est » et non pas ce qui lui « manque » pour œuvrer à maintenir une vitalité de sa vie, une liberté tout au moins celle intrinsèque dans la tête à défaut de celle totale à l'extérieur. La « bienvivance » renvoie à « *l'état d'esprit d'une personne, d'une institution, d'une organisation… à bien vivre sa vie, s'épanouir, grandir et évoluer avec vitalité ; elle renvoie à la vitalité de sa vie. Elle passe par un processus d'exploration de la conscience, une prise de conscience de sa raison d'être, et d'être là dans l'univers suivant une voie d'évolution humaine afin de pouvoir s'épanouir et accomplir son existence sur terre : vers son chemin d'élévation* ».(Gendron,2016)

Selon Gendron (2016), cette perspective s'inscrit dans une perspective de changement et de transformation, et pour cela, il convient d'abord d'aller à la rencontre de soi-même, des autres et du monde ; ce que l'on retrouve dans les approches méditatives, contemplatives ou encore de la pleine conscience rapportée par Kabat Zinn de l'Orient.

« *Prendre conscience, méditer, réfléchir sur nos actes pour un mieux vivre ensemble, on trouve cette approche déjà dans la pensée orientale et particulièrement confucéenne et ses fondements de la relation humaine qui s'articulent autour de deux notions. D'une part, la notion de bienveillance ou d'humanité (ren) se déclinant elle-même en termes de (bonne) volonté, et celui « d'harmonie* » ; c'est-à-dire d'absence de relations conflictuelles, de tolérance, de prise en compte de l'autre ou d'altruisme (shu) et de conscience des autres (chung). D'autre part, le sens du juste (yi) renvoyant à la fois à la dimension de la justice et de la justesse, aux notions d'équité et d'éthique, c'est-à-dire l'accord entre le geste et l'intention, source de l'harmonie et l'intégrité (Lavis, 2009). Deux principes indissociables expliquant que les relations humaines (guanxi) sont érigées au rang de science (guanxixue). » (Gendron, 2016)

La pensée consciente précède et crée la réalité, il nous faut penser « Autrement ». C'est le rôle de l'Éducation ; apprendre à « être » heureux et à se « sentir » « vivant » avec ce que l'on a et ce que l'on est, pour apprendre progressivement à nous détacher du « tout avoir », du « tout matériel » et s'accepter tel que l'on est, pour nous nous re-centrer sur l'essentiel : ce qui fait « sens » pour œuvrer à la bienvivance.

Par des ateliers expérientiels, son approche entend apporter ou re-donner du sens à l'activité, qu'elle décompose comme suit (Gendron, 2016, 2018, 2020): « Acti/vité », ce qui est « vital » en lien avec la vitalité et son concept de « bienvivance » qu'elle développe et mobilise au lieu de celui de « bien-être ».

Conclusion Chapitre II

Dans ce chapitre nous avons interrogé l'ensemble des concepts et définitions que touche cette recherche en partant de la singularité du vin, de la perception du plaisir, les notions d'hédonisme et eudémonisme, ainsi que défini les outils utilisés comme la pratique de la pleine conscience pour développer le capital émotionnel pour bien vivre et s'épanouir dans le concept de bienvivance défini par Gendron (2016,2018,2020).

CHAPITRE III QUESTIONNEMENT ET PROBLEMATIQUE

Introduction Chapitre III

Dans ce chapitre nous allons nous interroger sur l'importance de la pleine conscience en dégustation, également sur nos limites sensorielles et notre subjectivité. Nous aborderons la dégustation comme une évaluation, nous nous interrogerons sur l' approche de la méthode esthétique que nous décrirons en considérant le vin comme une œuvre d'art éphémère. Nous poserons la problématique quel style d'apprentissage de la dégustation privilégier ? L'approche critériée ou l'approche via une pédagogie eudémonique et la méthode esthétique ?

III.1 Questionnements

III.1.1 La dégustation en pleine conscience : la conscience de nos limites

Une approche de la dégustation en pleine conscience permet une conscience-réflexible de l'émotion, une voie d'accès à l'expérience d'être en relation avec le monde et les autres, grâce à ses sens ou encore une ouverture et une acceptation de l'expérience vécue. Il s'agit d'un développement de l'auto-observation corporelle, qui permet de mieux ressentir et d'exprimer nos sensations en relation avec nos émotions. C'est aussi connaître nos limites par la pleine conscience de nos capacités physiologiques. C'est connaître la limite de nos capacités de discrimination, ainsi que la reconnaissance de toutes les influences (positives ou négatives) qui viennent parasiter toute séance de dégustation.

Avoir conscience des parasites internes (nos préjugés, notre culture, notre expérience propre, notre humeur du jour) et externes (temps, lumière, bruits, odeurs …) importent pour les accepter. Prendre conscience de notre subjectivité (idées reçues, conditionnement culturel…), mais aussi prendre conscience de notre subjectivité, au sens du sujet singulier que nous sommes, avec nos expériences propres au niveau olfactif, reconnaître et accepter nos goûts et, par là même, reconnaître et accepter la singularité de l'autre dans son altérité. Ceci afin d'échanger et de partager les plaisirs ressentis.

Des ateliers expérientiels sont initiés en ce sens. Par exemple : découvrir dans deux verres noirs, sans la perception de la couleur, c'est-à-dire sans regarder, seulement par l'olfaction en pleine conscience lequel contient un vin blanc et lequel contient un vin rouge, est intéressant et riche d'enseignements. L'expérience a montré que seulement la moitié des participants sont en mesure de rendre compte du vin et de sa couleur. Une autre mise en

pratique lors de nos cours, la dégustation de trois vins, dont deux identiques et seul le troisième est différent. La consigne, toujours en dégustation avec des verres noirs, est de désigner celui qui est différent. Comme précédemment, seulement la moitié des participants identifie le vin différent. Également, la valence d'un vin et son influence sur la dégustation sont intéressantes à rendre compte. Lors de la dégustation de deux vins identiques est introduite une fausse information : nous indiquons que ces deux vins sont différents et l'un des deux est plus cher que l'autre. Si on indique le prix avant la dégustation de chaque échantillon, les résultats désignent à 90 % le vin le plus cher « meilleur » que le moins cher alors qu'il s'agit de la dégustation du même vin. Ces différentes expériences, comme les travaux de Morrot et Brochet (2012) le montrent également au travers de plusieurs expérimentations, illustrent la nécessité de la prise de conscience de ces biais pour relativiser nos capacités de jugement et d'évaluation et pour en conclure que la qualité première d'un dégustateur resterait l'humilité.

III.1.2 La dégustation : une évaluation

La dégustation étant une évaluation, nous proposons dans notre recherche de questionner et mobiliser la méthode esthétique (Zérillo, 2012) comme approche nouvelle de l'évaluation, susceptible de conduire les participants à « accomplir un chemin » qui mènerait de la première rencontre émotionnelle avec un vin considéré comme « œuvre d'art » jusqu'à l'analyse de celui-ci en tant que vin et en tant qu'œuvre d'art. Notre perspective prend sa source et s'inscrit dans la logique de la notion de créativité, telle que pensée par Winnicott, Psychanalyste anglais (1896-1971). Vivre créativement n'est pas, pour Winnicott (1970), l'exclusivité de l'artiste mais appartient à tout un chacun. Car, dans toute situation, il y a toujours moyen pour quelqu'un de vivre créativement. Winnicott applique à tous les champs de la vie cette façon de vivre : dans la nature du regard porté autour de soi, dans les relations à autrui, dans l'espace professionnel, dans les diverses activités de la vie quotidienne.
« *Quand on vit créativement, on voit que tout ce que l'on fait, renforce le sentiment que l'on est vivant, que l'on est soi-même* » (Winnicot. 1970). En affirmant d'une part, que la créativité n'est pas l'apanage du seul artiste et que, d'autre part elle s'enracine de manière innée dans la vie du bébé, Winnicot fait de la créativité une véritable question.
Dans cette créativité l'Antiquité distingua « ars et technê ».
L'ars signifie l'habileté, le savoir-faire aussi bien dans la peinture, dans la sculpture que dans la rhétorique ou dans la réalité pratique ; on parlera de l'ars du vigneron, par exemple.

La technê qualifie l'ensemble des savoir-faire nécessaires pour l'exécution d'une tâche. L'ars est conçu comme parfaite maîtrise des savoir-faire, il est donc une « théorie du métier». Cette créativité crée de la nouveauté qui questionne le jugement de goût qui, pour Kant repose sur un sentiment de plaisir ou de déplaisir. Il est en ce sens subjectif et ces jugements ne peuvent être ni vrais ni faux. Le plaisir esthétique est lié pour Kant au libre jeu des facultés représentatives, l'imagination et l'entendement. Le désintérêt caractérise le jugement de goût car Kant admet que le « plaisir esthétique » n'a rien à voir avec la satisfaction d'un intérêt personnel, intellectuel ou moral. Le plaisir qu'il propose vient de sa gratuité et de l'harmonie des facultés de l'esprit. Le rapport à l'esthétique ne peut donc pas être recherché dans l'objet lui-même, mais dans la réaction que la perception ou la représentation de l'objet suscite de notre part. Le goût n'exprime pas une connaissance objective de la chose jugée, mais l'attitude réflexive de la conscience qui saisit la manière dont elle est affectée par l'objet. Chez Kant, l'esthétique désigne la manière dont notre sensibilité (aisthanesthai : sentir) est affectée par l'objet.

La sensibilité est, liée au système de perception organique. La carence d'un organe entraîne une impossibilité de percevoir tel ou tel aspect du monde environnant (par exemple l'anosmie, ou l'agueusie totale ou partielle). La sensation pourrait se définir comme un vécu immédiat biologique des organes sensoriels à leur milieu. Cependant comme l'observait Bergson (1888) la sensation est une synthèse mentale. Elle n'est donc pas une copie de l'existant, mais une activité de synthèse. La sensibilité humaine orientée et conditionnée par le langage, spécifie les choix d'une culture donnée. Sans le langage, c'est-à-dire sans l'expression de la pensée et des émotions par la parole et l'écriture, il serait impossible à la sensibilité de trouver la moindre expression. Cependant, sensation n'est pas sensibilité. Si cette dernière a un support physiologique et biologique, elle est aussi en relation étroite avec la culture. Elle est à l'interface entre le biologique et le culturel. La méthode esthétique peut nous permettre de faire le lien entre ces deux paramètres.

III.1.3 La méthode esthétique

La méthode esthétique va de l'expression de la première impression (bon, pas bon), puis de la description technique (phénoménologie) suivie des informations sur le vin et son auteur (herméneutique) pour arriver à une argumentation de la valence positive ou négative, j'aime ou je n'aime pas.

La méthode esthétique comprend deux approches complémentaires :l'une phénoménologique et l'autre herméneutique, pour aller de l'impression première à l'émotion finale explicitée. L'approche phénoménologique suppose ce que les grecs appelaient « épokhé », c'est-à-dire la suspension de tous jugements au profit de la démarche descriptive. Cependant, il s'avère extrêmement difficile de sortir totalement de l'interprétation « *…il n'y a pas de faits, rien que des interprétations. Nous ne pouvons jamais constater un fait « en soi » ; peut-être est-ce folie que de vouloir l'essayer. »* (Nietzsche, 1888). L'approche phénoménologique : L'étymologie grecque phainesthai (phôs : la lumière) signifie montrer, briller, paraître, apparaître, se montrer comme. On retrouve cette racine dans phantasia, l'imagination, la représentation. Le phénomène est ainsi ce qui se dit, se voit, se manifeste, se dévoile, du verbe phêmi : dire. Le phénomène est donc une épiphanie du monde qui peut se traduire dans l'ordre du discours qu'il soit poétique ou scientifique, mais aussi dans les œuvres d'art. Le phénomène est ce qui apparaît à la conscience. En ce sens, les phénomènes sont d'abord à décrire sans que l'on ait à chercher les lois, les causes et les principes cachés qui les régissent. C'est une approche qui permet la distanciation par rapport à une interprétation immédiate, en entrant dans une démarche descriptive. Cette première étape descriptive est d'ordre technique (visuelle, olfactive et haptique). Cette étape phénoménologique est nécessaire mais non suffisante quant à l'appréhension des productions artistiques.

Une seconde approche nommée « herméneutique » renvoie à la capacité à interpréter à partir des données descriptives. Alors que la phénoménologie s'engage à circonscrire le phénomène lui-même, l'herméneutique s'attache à interroger le sens de l'œuvre. Au plan étymologique « herméneutique » vient du grec herméneuô aux significations multiples : donner du sens, traduire, amener à la compréhension. Cette approche va interroger l'œuvre en la remettant dans son contexte, l'époque, le lieu, la période historique, l'état d'esprit de l'artiste, l'intention de l'auteur. Dans le cadre de notre sujet, cette étape renvoie à la préhension du millésime, l'appellation, le climat de l'année, l'intention du vigneron, la cuvée. La dernière étape étant de re-déguster le vin avec l'ensemble des éléments récoltés et de dire j'aime ou je n'aime pas en argumentant son avis.

III.2 Problématique

Que nous ont appris les travaux de Morrot et Brochet sur les influences liées à la pratique de la dégustation. Quels rôles ont nos sens ? Au regard des travaux relatifs aux atouts et faiblesses de nos sens et le rôle de nos émotions dans tout jugement, quelle « bonne » approche ? peut-il y avoir une approche de la dégustation autre que celle critériée, ou centrée sur nos émotions sachant que les recherches ont montré les disparités génétiques, physiologiques, culturelles, de l'olfaction chez Homo sapiens? Une approche pédagogique développant notre capital émotionnel via la pratique de la pleine conscience et la mobilisation de la méthode esthétique d'évaluation considérant le vin comme une œuvre d'art éphémère peut-elle être une alternative et/ou une perspective intéressante à explorer ?
Deux questions se sont posées à nous dans cette recherche sur la démarche de dégustation. La rationalité de la démarche critériée nous empêche-t-elle de vivre nos émotions provenant de notre cerveau émotionnel ? La démarche laissant place à l'instant présent, à son inverse, est-elle un outil pour partager nos émotions avec autrui ? Relevant d'une approche eudémonique de la vie, via la méthode esthétique et de dégustation en pleine conscience, cette pédagogie de la dégustation nous amène-t-elle à nous ouvrir à des horizons nouveaux, nous invitant à un voyage dans la mémoire de nos émotions dans un continuum du raisin au flacon, au verre/vers et dans l'esprit de son *art-isan* et le respect de l'œuvre ? en quoi cette perspective ouvre à une pédagogie nouvelle de la dégustation ? Ce sont à ces questions que s'intéresse notre thèse. Nous nous proposons dans cette thèse d'appréhender dans le cadre d'une recherche action, cette approche pédagogique novatrice basée sur la pratique de la pleine conscience et la méthode esthétique de l'évaluation, pour la dégustation du vin. En quoi le vin appréhendé comme une « œuvre » peut-il participer à revisiter son approche gustative pour une approche esthétique mobilisant et/ou développant le capital émotionnel de ses apprentis et dégustateurs/trices ? La nature ou l'approche de la dégustation ne serait-il pas le reflet de son dégustateur et sa conscience d'une œuvre plurielle (terre et homme et intention) ou le reflet de la part d'art qu'il attribut à l'œuvre pour ne pas rester dans la technique ou la science ? N'informe t-elle pas sur le dégustateur et sa prise en compte du contexte (la culture : de la terre au producteur..) et sa connexion au monde ?

Conclusion Chapitre III

Ce chapitre montre les limites de notre perception olfactive et gustative face aux diverses influences subies. La pratique en pleine conscience permet de prendre conscience de nos limites. La mise œuvre de la méthode esthétique comme évaluation permet de dépasser le jugement hâtif en intégrant l'ensemble des éléments aussi bien descriptif (phénoménologique) que ceux relevant de l'intention du vigneron s'appuyant sur son terroir, sa technique, ses choix de vinification, sa philosophie (herméneutique). Cette approche novatrice questionne le vin comme une œuvre d'art et nous interroge sur l'utilisation par le dégustateur de son capital émotionnel pour saisir le continuum de la terre au verre.

CONCLUSION PARTIE I

Les différents travaux présentés dans cette partie ont permis de rendre compte des approches de la dégustation et leurs référents scientifiques, ainsi que les limites de certaines approches. Aussi, partant de ces limites, nous cherchons à explorer une démarche innovante de dégustation basée sur une pédagogie esthétique en mobilisant la pratique de la pleine conscience en vue de développer le capital émotionnel des participants, vecteur de prise de conscience de l'Autre. Pour cela, nous allons rendre compte des objectifs de ce travail de recherche et des questions et hypothèses qui l'animent.

RESUME PARTIE I

Nous avons vu dans cette première partie les limites de l'approche critériée dite experte qui tente de faire correspondre à des critères précis et reproductible la dégustation. Cette approche motivé par un intérêt économique, commercial, va définir des normes de « qualités », en conformité avec un « vin type » lié aux cépages, aux appellations, aux millésimes. Au-delà, des différences de perception d'ordre culturel en terme « d'agréable ou désagréable », les différences physiologiques, de sensibilités olfactives et gustatives, les anosmies partielles liées à l'absence de certains récepteurs olfactifs, les agueusies partielles liées à l'absence de certaines papilles gustatives et/ou par la différence du nombre de papilles gustatives d'un individu à l'autre sont autant de facteurs qui soulignent les limites de l'objectivité attendue.

D'autres influences viennent perturber la perception lors d'une dégustation, il en va de la vue dans l'impression visuelle première, du goût selon Morrot et Brochet (2012), même auprès de publics avertis comparés à des néophytes.

Nous avons décrit le système olfactif avec sa complexité et ses particularités, notamment le fait que ce soit le premier sens à se former sur le tronc cérébral dans la zone limbique siège des émotions. Nous avons montré le côté combinatoire de ce sens, qui lui donne une capacité discriminatoire très importante avec une possibilité infinie de combinaisons de stimuli associée à une neuro-genèse permanente tout au long de la vie. Nous avons mentionné les différentes recherches menées par l'université de Dijon. Avec Holley nous avons noté qu'il ne pouvait y avoir de référentiel collectif car 347 gènes du génome humain codent les récepteurs olfactifs et 50% de ces gènes sont polymorphes. Donc parler de ses perceptions olfactives c'est partager ses souvenirs, ses émotions et ses plaisirs, c'est donc dévoiler une partie de son intimité. Nous explicitons ce que nous entendons par approche hédonique et approche eudémonique. L'ensemble de cette première partie nous amène à nous questionner sur une autre approche de la dégustation qui serait basé sur la prise en compte de nos émotions. Nous pouvons penser que cette approche peut, par le partage individuel et collectif de ces émotions, permettre le développement de notre capital émotionnel. C'est le but de cette recherche-action-intervention. La démarche d'apprentissage sera initiée par des dégustations en pleine conscience, ainsi qu'en appliquant la méthode esthétique liée au monde de l'art en considérant le vin comme une œuvre d'art éphémère puisqu'il ya un auteur, une intention et un public.

PARTIE II OBJECTIFS, POPULATION, NATURE ET METHODOLOGIES DE LA RECHERCHE

Introduction Partie II

La population de recherche est constituée de personnes en formation professionnelle à « L'école Jules Verne » à Agde dans l'Hérault.. La formation suivie est celle de Responsable de Coordination Touristique Territorial (RCTT) option vin.

Cette recherche comporte deux axes de travail :

- un axe quantitatif avec une recherche-action-intervention de formation à la dégustation avec un test de compétences émotionnelles (PEC) avant l'intervention (Pré-test) et un test identique (Post-test) en fin du parcours de formation.
- un axe qualitatif les réponses aux questions ouvertes du questionnaires seront analysées via le logiciel ALCESTE pour connaître le ressenti des apprenants.

CHAPITRE I Objectifs, population et nature de la recherche

Introduction Chapitre I

Nous allons dans ce premier chapitre décrire les hypothèses générales et opérationnelles constituants les objectifs de notre recherche.

I.1 Objectifs de la recherche

I.1.1 Objectif de la recherche

Au-delà de l'étude du lien olfaction-émotions, largement documentés par des travaux scientifiques que nous avons tenté de synthétiser dans les premiers chapitres de cette thèse, ce travail de recherche-action-intervention part de la volonté d'intervenir dans l'apprentissage de la dégustation avec une autre approche autre que celle « critériée » ou experte classique. Précisément ce travail de recherche-action-intervention cherche, en mobilisant deux démarches, (la pratique de la pleine conscience et la méthode esthétique pour une approche revisitée de la dégustation), à développer le capital émotionnel et ses compétences associées des participants.

I.1.2 Hypothèse générale

De manière générale, l'action de formation que nous initions dans cet apprentissage de la dégustation devrait permettre de développer un ensemble de compétences émotionnelles, sociales et personnelles par l'apprentissage novateur en pleine conscience de la dégustation. Nous faisons l'hypothèse que la personne va développer une « meilleure » connaissance de soi et des autres, qui lui permettront de mieux s'évaluer et accepter ses perceptions et les différences de perceptions chez autrui. Pour cela, nous chercherons à étudier l'impact de l'intervention. L'action de formation se fera à partir d'une approche double, celle de la pleine conscience et celle de la méthode esthétique dans l'apprentissage de la dégustation.

I.1.3 Hypothèses opérationnelles

De manière opérationnelle, à l'issue de l'action, la personne devrait pouvoir éprouver, percevoir, identifier, traiter et réguler de manière juste ses émotions et mieux appréhender celles des autres. Ce capital émotionnel développé ou conscientisé (prise en conscience) devrait impacter sa connaissance et sa manière d'aborder la dégustation. Précisément, à

partir de l'approche de la pleine conscience et de la méthode esthétique, la personne devrait améliorer sa capacité de présence attentive, le lâcher prise, l'écoute de soi et des autres. Ainsi, l'apprentissage étant centré sur les émotions, les personnes devraient, entre autres, améliorer leur connaissance d'elle-même et leur rapport aux autres, leur empathie, l'acceptation de la différence, la capacité à exprimer ses émotions sans jugement. L'hypothèse opérationnelle sur laquelle repose ce travail est la suivante : l'action de formation devrait faire évoluer leur capital émotionnel, c'est-à-dire leur profil en termes de compétences émotionnelles, mesuré par le test psychométrique PEC (Profil Emotionnal Compétences) dont nous allons rendre compte.

I.2 Population et nature de la recherche

I.2.1 Choix de la population

La population de recherche est constituée de personnes en formation professionnelle à « L'école Jules Verne » à Agde dans l'Hérault. Précisément des adultes apprenants en reconversion professionnelle âgés de 25 à 55 ans dans le tourisme. La formation suivie est celle de Responsable de Coordination Touristique Territorial (RCTT) option vin.

Cette recherche est effectuée sur deux groupes, un groupe expérimental et un groupe témoin suivant une formation similaire en tourisme, sans l'option vin. Cette recherche a été dupliquée sur trois ans. Comportant au total 39 personnes dans le groupe OenoTourisme et 26 personnes dans le groupe témoin. Le groupe expérimental Oenotourisme se compose de 22 femmes et 17 hommes. Le groupe témoin comporte 14 femmes et 12 hommes.

I.2.2 Nature plurielle de la recherche

Cette recherche comporte deux axes de travail : un axe expérimental avec une recherche-action-intervention de formation à la dégustation avec un test de compétences émotionnelles (PEC) avant l'intervention (Pré-test) et un test identique (Post-test) en fin du parcours de formation.

L'axe de nature compréhensive vise, par un questionnaire à questions ouvertes, à recueillir des éléments d'argumentations du changement et de la perception des participants. Les réponses sont analysées via le logiciel ALCESTE pour connaître le ressenti des apprenants.

I.3 Posture et conflit d'intérêt : démarche d'objectivation pour une recherche d'objectivité

La singularité de notre population de recherche, nos apprenants, implique une démarche d'objectivation pour toute recherche- intervention-action où la participation du chercheur pose le problème de l'objectivité et de son recul nécessaire pour une analyse objective. Cependant, les tests psychométriques sont scientifiquement orchestrés dans un temps limité pour permettre une réponse sans conscientisation et ne laissant pas place à la réflexion en mode « réponse de désirabilité sociale ».

Pour la partie compréhensive, elle sera traitée par le logiciel ALCESTE. Ce traitement via ce logiciel préserve de sélections biaisées et d'interprétations personnelles en évitant le biais cognitif de l'attente des résultats espérés. Cette partie compréhensive nous éclairera sur le ressenti de l'apport de la formation, de la pédagogie et des méthodes employées.

Conclusion Chapitre I

Nous avons décrit dans ce chapitre les objectifs généraux et opérationnels, qui sont l'évaluation de l'évolution du capital émotionnel des membres de la population, que nous avons décrite. Pour cela nous avons mis en place de façon opérationnelle les tests PEC avant et après l'intervention en formation pour la partie quantitative. Pour l'analyse qualitative nous avons procédé au recueil des données à l'aide d'un questionnaire à questions ouvertes et l'analyse de ces verbatim se fera via le logiciel ALCESTE.

CHAPITRE II Méthodologie de l'intervention

Introduction Chapitre II

Nous allons définir les objectifs de cette recherche expérimentale, qui est une recherche intervention dans le cadre d'une formation en tourisme intégrant une partie œnologie. Nous décrirons les étapes de la recherche-intervention ainsi que le cadre général de cette intervention.

II.1 La recherche-intervention : définition, objectifs et étapes

II.1.1 Objectifs de la recherche-intervention

Selon Gendron (2016) La recherche-intervention ou recherche-action est une forme de recherche qui poursuit conjointement deux objectifs : la production de connaissances et le changement de la réalité par l'action. Précisément, en sciences sociales, elle tente d'appréhender des situations et problèmes concrets en contexte réel par opposition à la recherche dite de laboratoire en mettant l'accent non seulement sur une meilleure compréhension de ces problèmes tout en essayant de contribuer à leur résolution. La recherche devient donc un moyen d'action et pour cela, elle est dite « recherche-action ». La recherche action est une recherche impliquée pour « former et transformer ». Sa visée transformative apparaît clairement, quelle que soit sa forme selon Hugon et Seibel (1988.) : « *(elles) sont toutes marquées par une volonté commune : associer pratiques de recherche et pratiques sociales (dont les pratiques de formation relèvent) puisqu'elles mettent en œuvre et étudient, en collaboration avec les acteurs de l'éducation, des transformations du système éducatif* » Elle est également une recherche impliquée pour « se former et (se) transformer ». La recherche-action est un processus de recherche en sciences sociales donnant une large place à la prise en compte de l'expérience des acteurs dans l'analyse de pratiques concrètes (praxéologie) ; à l'implication des acteurs au processus d'objectivation et de formalisation (recherche impliquée) et enfin à la production d'un savoir utile dans l'action (recherche appliquée). Pour Colin (2003), lorsque la recherche-action porte sur l'action, il s'agit d'une explication ; lorsqu'elle se fait pour l'action, c'est une application, et lorsqu'elle s'opère par l'action, ce serait une implication. (Colin, 2003.) Cette approche de la recherche se rattache au paradigme du pragmatisme qui part du principe que c'est par l'action que l'on peut

générer des connaissances scientifiques utiles pour comprendre et changer la réalité sociale des individus et des systèmes sociaux. Cette intention de changement par l'action menée déborde la simple description, compréhension et explication des phénomènes associées habituellement à la recherche (Robson, 2011). Elle remet directement en question la dissociation fréquente entre théorie et pratique puisqu'ici, la théorie soutient l'action ou émerge de l'action. La théorie permet ainsi de comprendre et d'agir sur les problèmes réels rencontrés sur des terrains concrets.

II.1.2 La recherche intervention : ses étapes

La recherche action comporte plusieurs étapes. La première commence par l'identification du problème et la définition de la question de recherche qui émerge suite à une observation pragmatique et/ou des données factuelles et/ou encore une revue de la littérature participant à une réflexion approfondie sur le problème à investiguer, ici le développement du capital émotionnel par l'apprentissage de la dégustation et les pratiques pédagogiques (pleine conscience et méthode esthétique). La seconde consiste à mettre à plat les techniques de recherche qui seront mobilisées et la conception des instruments de collecte des données. Elle nécessite de se conformer à une méthode existante de recherche et présuppose l'utilisation d'outils rigoureux pour la collecte préalable de données. La troisième porte sur l'élaboration du plan d'action-intervention en phase avec le problème et sa révision permanente. Une fois le plan établi, la recherche-action-intervention proprement dite peut commencer. Au fur et à mesure de la collecte d'informations et de leur examen, des schémas commencent à apparaître amenant à apporter des changements le long de la recherche. Dans le cadre de notre travail les études de cas présentées dans ce travail s'inscrivent dans une démarche quasi-expérimentale de recherche-action-intervention suivant le protocole classique d'un groupe d'expérimentation et d'un groupe de contrôle dans le respect des règles éthiques. La quatrième étape consiste à analyser et évaluer les effets de l'action-intervention menée. Elle passe par des procédures d'analyse de données qui vont étudier les changements observés.

II.2 Le protocole d'intervention de formation à la dégustation

Cette formation à la dégustation de vin se déroule dans le cadre d'une formation en Œnotourisme : Responsable de Coordination Touristique Territorial. Option vin.

Cette formation dure 9 mois dont 3 mois de stage en entreprise du Languedoc. Cette formation est financée par la région Occitanie. L'équipe pédagogique de cette formation est restée identique durant les 3 ans. C'est la même équipe pédagogique qui intervient sur les

deux groupes. Le groupe témoin lui, n'a pas de formation en œnologie, la partie formation tourisme est identique. La seule variable est notre intervention pour l'apprentissage de la dégustation, toute chose étant égale par ailleurs.

Conclusion Chapitre II

Nous avons défini les objectifs de cette recherche expérimentale, qui est une recherche intervention dans le cadre d'une formation en tourisme intégrant une partie œnologie. Nous avons décrit les étapes de la recherche-intervention et décrit le cadre général de cette intervention.

CHAPITRE III Méthodologies de recueil, de traitement et d'analyse des données

Introduction Chapitre III

Dans le cadre de cette recherche, les participants ont été informés des objectifs de la recherche et de la démarche. Leurs réponses aux différents tests et questionnaires ont été faites sur la base du volontariat et les données ont été garanties et traitées de manière anonyme.

III.1 Recueils de données quantitatives

Les données quantitatives ont été recueillies via le test psychométriques P.E.C (Profil of Emotional Competences). Les tests ont lieu en début de formation sur les deux groupes groupe Expérimental et groupe témoin puis renouvelés en fin de formation soit 9 mois plus tard.

Le profil de compétence émotionnelle (PEC, Profile of Emotional Competences)

Le profil de compétence émotionnelle est un test développé par Brasseur et Mikolajczak qui mesure séparément l'**EC intra-personnelle** et **EC interpersonnelle**. Il a évalué les cinq compétences émotionnelles de base (identification, compréhension, expression, régulation et utilisation des émotions) distinctement pour ses émotions et celles des autres. Il a été validé dans plusieurs études sur un total de près de 22 000 sujets.

Formulaires d'information de base : PEC complet (50 éléments)

Administration :Auto-évaluation

Temps d'administration : 10-15 min pour le formulaire de 50 items

Qualification requise pour administrer le test : psychologue familiarisé avec la recherche, la théorie de l'intelligence émotionnelle et de la compétence émotionnelle.

Profil de compétence émotionnelle (PEC) – Sous-échelles et scores

Le PEC complet (50 items) comprend 10 sous-échelles formant 2 facteurs (EC intra et interpersonnel) et 1 score global EC.

Dimensions	Soi	Autre
Identification	Identifier mes émotions	Identifier les émotions des autres
Compréhension	Comprendre mes émotions	Comprendre les émotions des autres
Expression	Exprimer mes émotions	Écouter les émotions des autres
Régulation	Réguler mes émotions	Réguler les émotions des autres
Utiliser	Utiliser mes émotions	Utiliser les émotions des autres
	EC intra-personnelle	**EC inter-personnelle**
	EC Global	

Article de validation : Brasseur, S., Grégoire, J., Bourdu, R. &Mikolajczak, M. (2013). Le profil de compétence émotionnelle (PEC) : Développement et validation d'une mesure qui correspond aux dimensions de la théorie de la compétence émotionnelle. *PLoS ONE,* 8(5) : e62635.

III.2 Recueil de données qualitatives

Les données qualitatives sont recueillies via un questionnaire avec des questions ouvertes pour une analyse compréhensive qui n'a été adressé qu'aux participants du groupe œnotourisme. Il porte sur les apports de l'apprentissage de la dégustation. Ce questionnaire est fourni en fin de formation et il rend compte de leur appréciation sur les différents items notés de 1 à 5. Cette partie se présente comme un test d'évaluation sous forme d'échelle de Likert, il comprend également des questions ouvertes analysées via le logiciel ALCESTE. Il permet de rendre compte du ressenti de chaque étudiant par l'analyse des occurrences et du vocabulaire récurrent.

Le questionnaire comprend trois questions ouvertes :

1 Que vous a apporté l'apprentissage de la dégustation ?
2 Que vous a-t-il permis de découvrir en vous/sur vous ?
3 Que vous a-t-il permis de découvrir chez autrui ?

Puis neuf items correspondant à des compétences à noter sur une échelle de Likert de 1 à 5 selon leur ressenti.

L'apprentissage de la dégustation vous a-t-il permis de développer laquelle ou lesquelles de ces compétences ?

1 L'estime de soi
2 L'optimisme
3 Le contrôle de soi
4 La gestion du stress
5 La perception de vos émotions
6 La capacité à exprimer vos émotions
7 La perception des émotions d'autrui
8 L'assertivité (s'exprimer sans jugement de valeur)
9 L'expression de vos sensations/émotions sans jugement (en pleine conscience).

Une dernière question ouverte pour l'explicitation de leur ressenti :
En reprenant chaque item noté par vous de 1 à 5, pouvez-vous expliquer pourquoi, comment et dans quelles mesures ces compétences ont été sollicitées ou développées ?

III.3 Méthodologie de traitements des données

III.3.1 Traitement statistique

Les données quantitatives sont recueillies grâce à un test de Student pour échantillons appariés. Les analyses se font intra groupe et inter groupes et également par genre.
L'analyse qualitative concerne uniquement le groupe Expérimental. pour connaître son ressenti par rapport à notre intervention sur l'apprentissage de la dégustation. Une analyse de l'apport de dégustation elle-même et également sur les pratiques pédagogiques employées, dégustation en pleine conscience, approche méthode esthétique, ateliers d'écriture.

Les données quantitatives recueillies par les tests psychométriques PEC effectués en début et fin de parcours sur le groupe « Oeno » et le groupe « témoin » visent à évaluer les écarts avant et après notre intervention comparativement au groupe qui n'a pas reçu d'intervention. Les écarts intra groupe et inter groupes seront étudiés au travers du test de Student pour échantillons appariés.

Une analyse qualitative via un questionnaire avec des questions ouvertes permettra une approche compréhensive ; sur la base des données du questionnaire sera procédé un traitement lexical par le logiciel ALCESTE

III.3.2 Traitement logiciel

Les données des tests psychométriques seront traitées par le logiciel Excel. Les écarts intra groupe et inter groupes seront étudiés au travers du test de Student pour échantillons appariés.

Les données recueillies par le questionnaire seront traitées avec le logiciel ALCESTE visant à analyser le vocabulaire employé et les occurrences de manière globale, puis par question et enfin par genre.

Conclusion Chapitre III

Nous avons décrit les outils de recueil des données quantitatives via le test psychométrique le PEC (Profil Emotional Compétences) validé par Brasseur, S., Grégoire, J., Bourdu, R. & Mikolajczak, M. (2013). Le recueil des données qualitatives a été fait via le questionnaire à questions ouvertes présenté. Le verbatim recueilli a été analysé via le logiciel Alceste. Ces différents traitements permettent d'étudier l'évolution des compétences émotionnelles des participants tant d'un niveau quantitatif, que qualitatif et leurs ressentis personnels par rapport à l'approche pédagogique.

Conclusion Partie II

Dans cette partie II nous avons décrit l'objectif de la recherche-action- intervention qui est de recueillir des données tant quantitatives via le test psychométrique PEC que qualitatives via le verbatim issu des réponses aux questionnaires à questions ouvertes. Nous avons donné la définition de la recherche-action- intervention. Nous avons décrit le protocole d'intervention et la population avec laquelle nous avons interagi. Nous avons présenté les outils de recueil des données tant quantitatives que qualitatives.

Résumé Partie II

La recherche menée dans ce travail de recherche est une recherche-action-intervention portant sur des personnes en formation de reconversion professionnelle dans le secteur du tourisme qui reçoivent un apprentissage sur la dégustation. La population, partitionnée en deux groupes expérimental et témoin, passe, avant le début de l'intervention un pré-test psychométrique et à la fin de la recherche un post-test, afin de mesurer l'évolution de leur capital émotionnel initial comparativement au groupe témoin qui n'a pas reçu la formation. Une enquête qualitative par voie de questionnaire à questions ouvertes vise à collecter la perception de leur ressenti par rapport à l'intervention sur l'apprentissage de la dégustation pour capturer dans les récits l'évolution de leur capital émotionnel argumentée au prisme de la formation.

PARTIE III RESULTATS ET ANALYSES DESCRIPTIVES ET REFLEXIVES DES RESULTATS

INTRODUCTION PARTIE III

Dans cette partie nous allons présenter les tableaux de recueil des données quantitatives effectuées grâce au test psychométrique PEC initié avant et après la formation. Nous allons comparer les résultats des tests intra groupe, groupe expérimental. avant/ après – groupe témoin avant/après. Un comparatif inter groupe est également effectué groupe expérimental. et groupe témoin. Un comparatif par genre est également initié. Nous avons analysé tableau par tableau les évolutions des compétences émotionnelles constituant le capital émotionnel pour chaque groupe. Dans un second temps nous présentons les résultats de l'analyse des verbatim via le logiciel Alceste et analysons ceux-ci.

CHAPITRE I DESCRIPTION DES RESULTATS

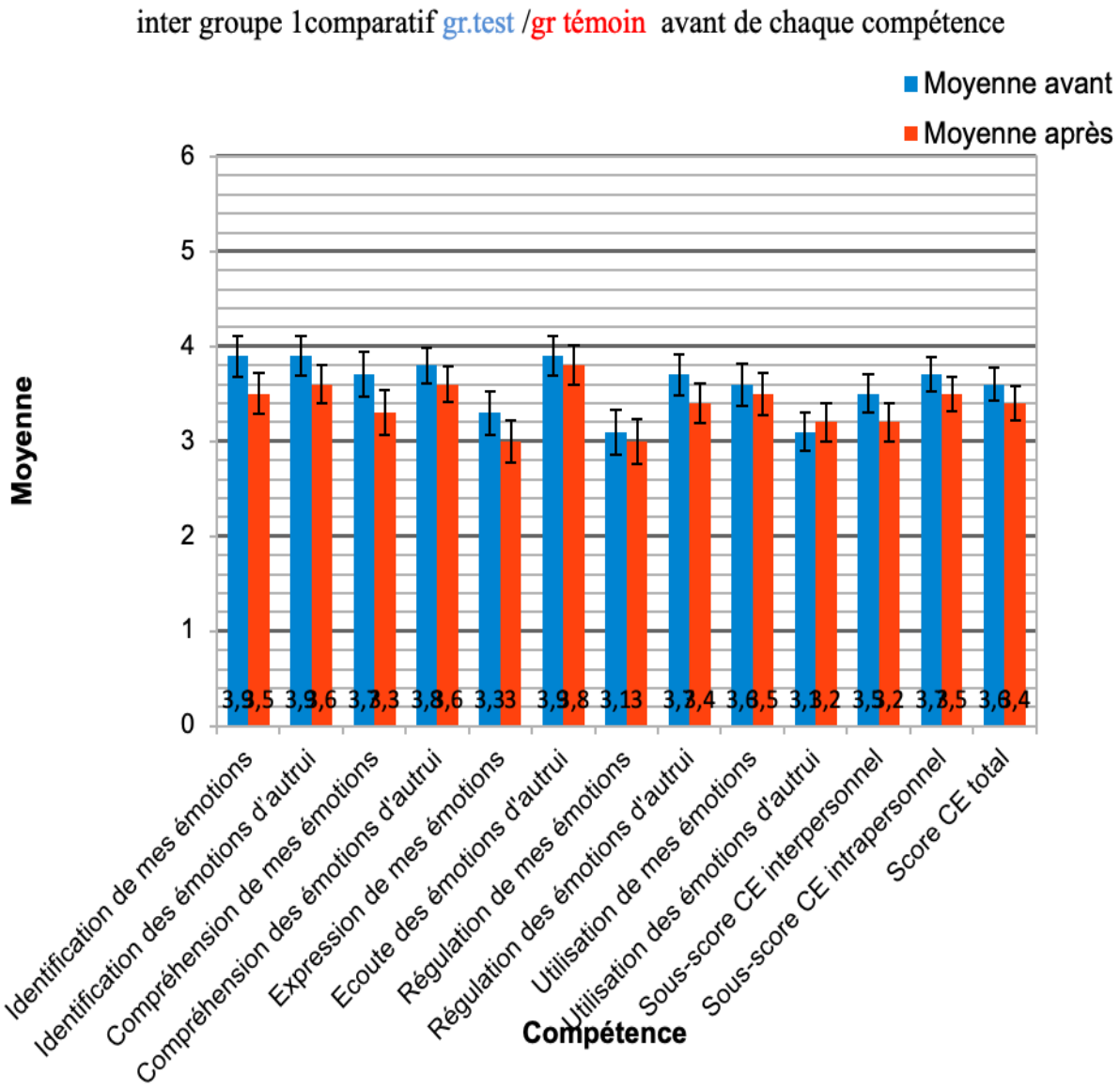
Introduction Chapitre I

Dans ce chapitre, nous allons dans un premier temps, comparer les résultats « inter-groupe » des tests PEC avant et après l'action-intervention. C'est-à-dire que nous regarderons l'évolution du niveau des compétences émotionnelles du groupe expérimental en bleu et celui du groupe témoin en rouge, ceci en début et en fin de formation.

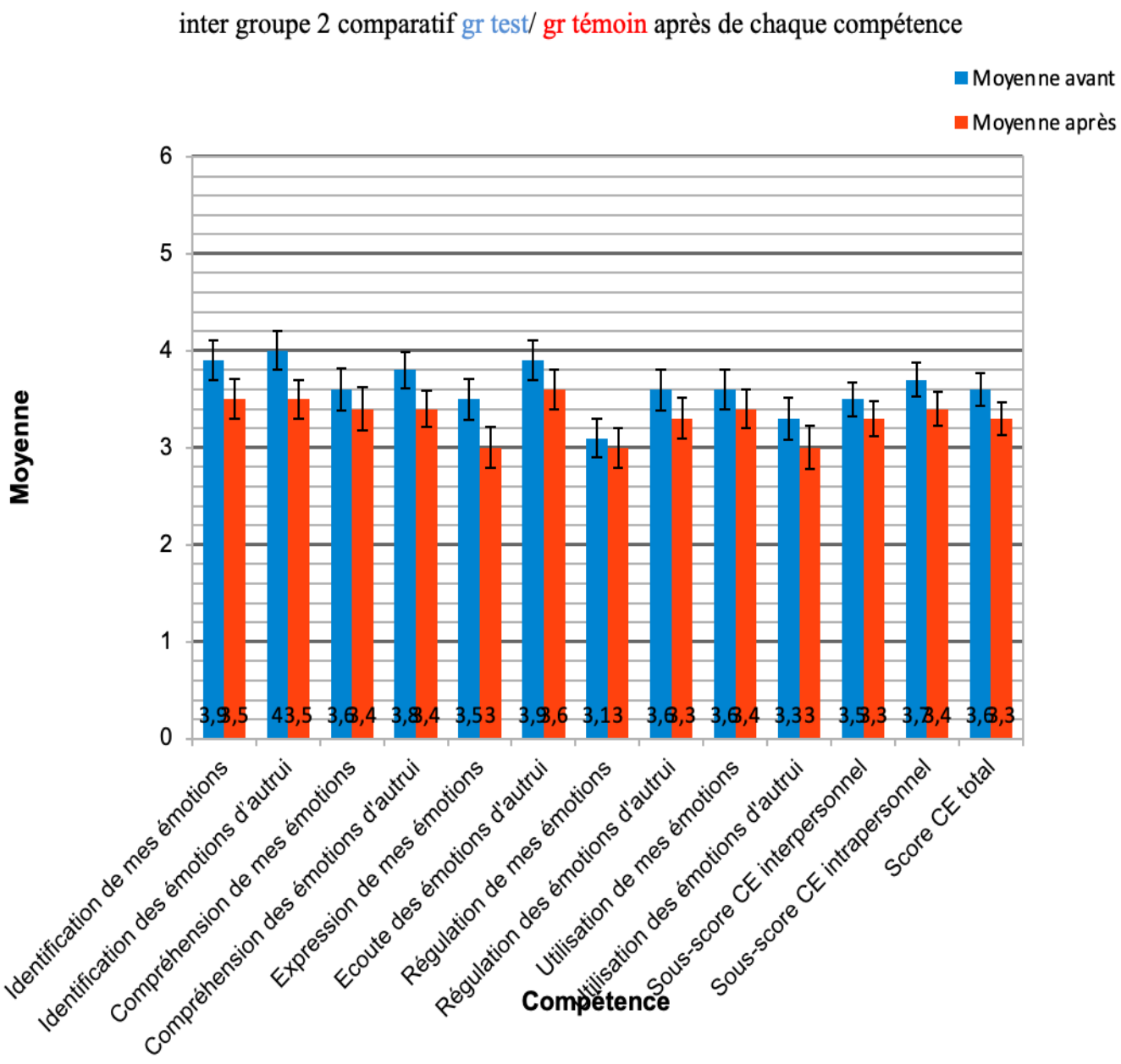
Dans un second temps, nous comparons les résultats des tests dans chaque groupe. C'est-à-dire que nous regardons l'évolution du groupe expérimental par rapport au groupe témoin entre le test de début de formation et celui de fin.

Dans un troisième temps, nous allons comparer l'évolution dans chaque groupe par genre soit la comparaison avant/après la formation sur la population féminine dans le groupe expérimental et le groupe témoin. Nous ferons de même pour la population masculine.

I.1 Analyses descriptives des résultats« inter-groupes » des tests Profile of Emotional Competences (PEC)



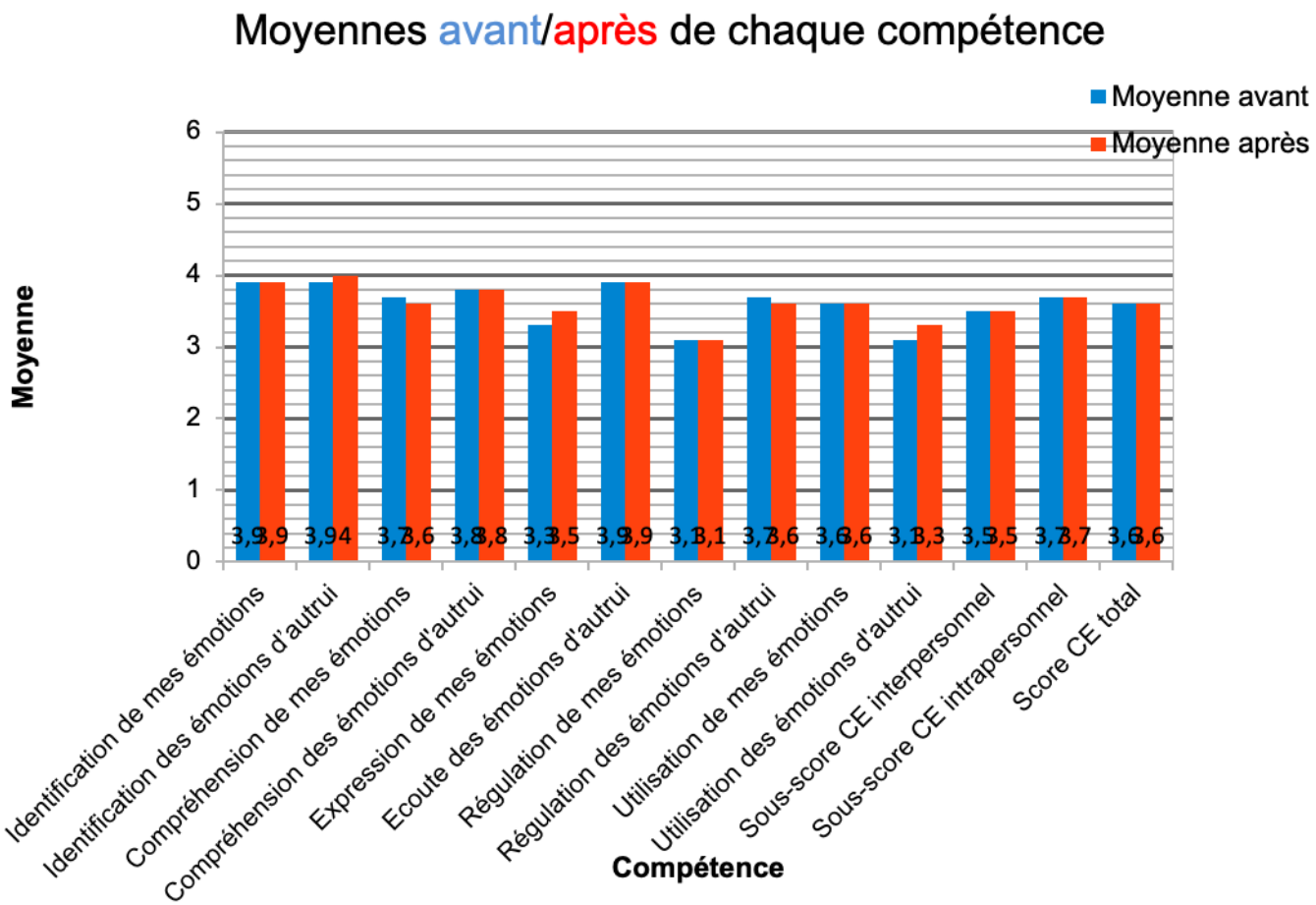
Le groupe expérimentation affiche des scores plus hauts que le groupe témoin en début de parcours sauf en ce qui concerne l'utilisation des émotions d'autrui.



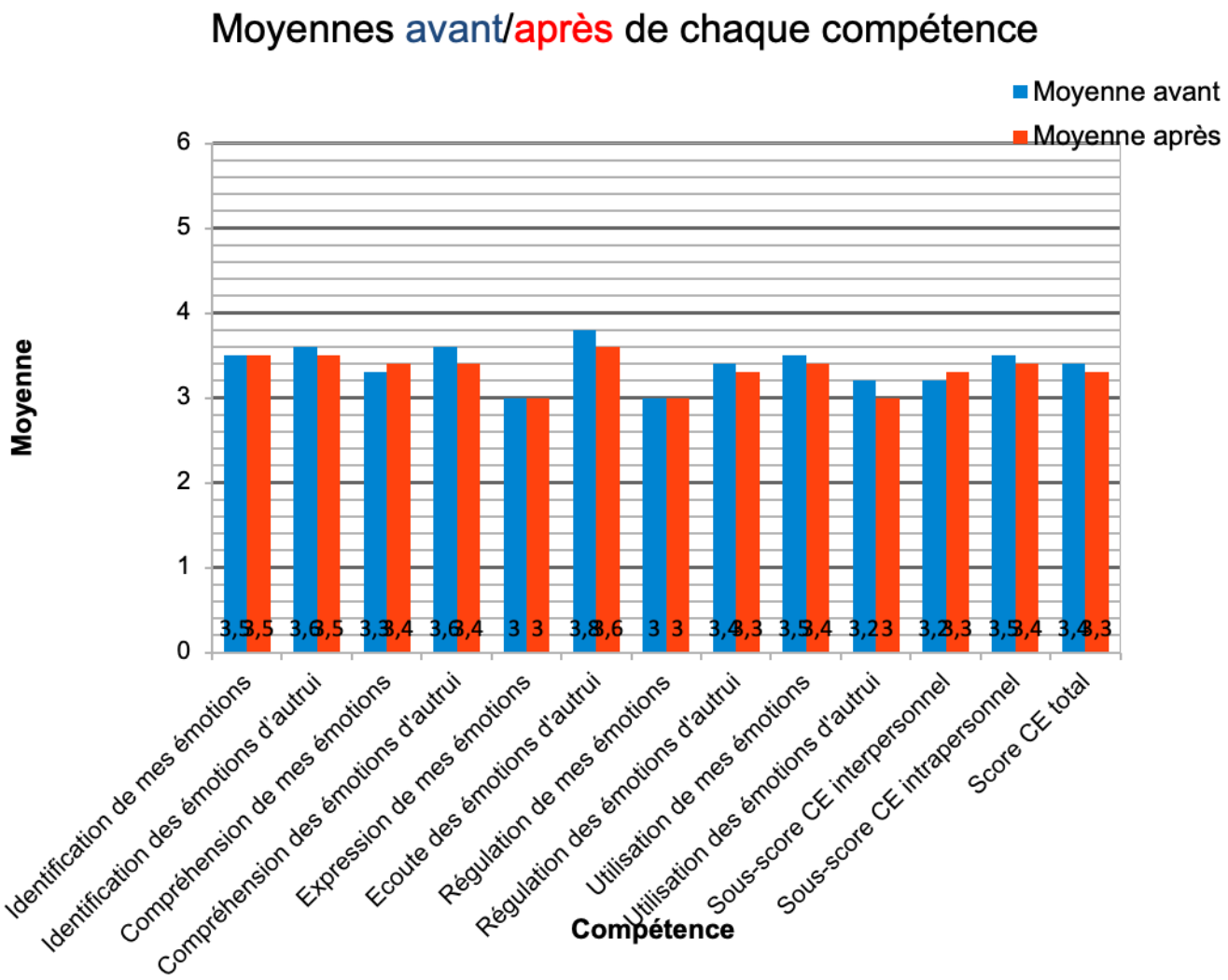
Dans le test, après la formation, le groupe expérimental a des scores plus hauts que le groupe témoin sur l'ensemble des items. Le score utilisation des émotions d'autrui est inversé (3-3.2)(3.3-3).

I.2Descriptions des résultats « intra-groupes »

Graphique général groupe Expérimental .avant/Après



Graphique général groupe témoin Avant/Après



L'analyse des moyennes sur l'ensemble des participants des 3 groupes tests, soit 39 personnes avec un risque à 5% ne donne pas de résultat significatif. On peut noter tout de même les réévaluations entre le test 1 et le test 2. Les items à la hausse sont **l'identification des émotions d'autrui, la compréhension des émotions d'autrui et l'utilisation des émotions d'autrui,** ainsi qu'une évolution positive des compétences interpersonnelles. A

noter également une progression d'une compétence intra personnelle non significative, mais limite (pvalue 0.08) : **l'utilisation de mes émotions.**

Les items à la réévaluation à la baisse sont **la compréhension de mes émotions**, très surévaluées par nombre de participants lors de la réponse au test 1. Une surévaluation de ses capacités qui est largement répandue : la plupart d'entre nous se sentent « un peu mieux que la moyenne ». Selon Taylor 67 à 96% se surévaluent (Taylor S.E, Armor D.A., « *Positive illusion and coping with adversity* » *journal of personality*, 1996, 64 : 873-898).

L'analyse par genre nous éclairera sur ces surévaluations et sous-évaluations.

L'analyse du groupe témoin montre des différences d'évaluation, tant dans les compétences intra personnelles qu'interpersonnelles. Le groupe comprend 22 personnes. Le nombre de personnes étant moins important, cela peut avoir une influence sur les résultats comparatifs, c'est une des limites de l'aspect comparatif.

Dans le groupe témoin, les compétences surévaluées intra personnelles sont : **l'utilisation de mes émotions.**

Les compétences intra personnelles en évaluation positive sont : **la compréhension de mes émotions.**

Il n'y a pas de compétences interpersonnelles à la hausse, les résultats sont identiques pour les tests 1 et 2, soit à la baisse : **régulation des émotions d'autrui/écoute des émotions d'autrui**, **identification des émotions d'autrui, compréhension des émotions d'autrui, utilisation des émotions d'autrui**. Le sous-score intra personnel est identique pour les tests 1 et 2, le sous score interpersonnel est en baisse, et, le score total également (-01). Dans l'ensemble, les résultats du test 2 sont inférieurs au test 1, excepté **la compréhension de mes émotions**. Dans le groupe expérimental, 4 compétences sont en hausse,. 2 intra personnelles, **expression de mes émotions et utilisation de mes émotions**, 2 interpersonnelles, **identification des émotions d'autrui et compréhension des émotions d'autrui.**

L'analyse de ces résultats du groupe Expérimental ou du groupe témoin ne nous éclaire pas vraiment sur l'apport de l'apprentissage de la dégustation comme facteur de développement des compétences émotionnelles, ni sur l'importance de l'approche pédagogique, même si nous pouvons noter des changements plus marqués dans le groupe Expérimental que dans le groupe témoin.

L'analyse par genre est intéressante au vu des réajustements et réévaluation à la hausse ou à la baisse des groupes.

Tableau récapitulatif des tableaux précédents. comparatif groupe expérimentation et groupe témoin

Groupe Expérimental test PEC compétences en hausse

Les scores entre parenthèses renvoient aux écarts types constatés dans le second test PEC

CE intrapersonnelles	Expression de mes émotions(+0.2)	Utilisation de mes émotions(Pvalue.0.08) (+0.3)	
CE interpersonnelles	Identification des émotions d'autrui (+0.5)	Compréhension des émotions d'autrui (+0.4)	Score CE interpersonnelles global (+0.1)

Compétences réévaluées à la baisse

CE intrapersonnelles	Compréhension de mes émotions (-0.1)			
CE interpersonnelles				

Groupe Témoin

Compétences en hausse

CE intrapersonnelles	Compréhension de mes émotions (+0.1)			
CE interpersonnelles				

Compétences réévaluées à la baisse

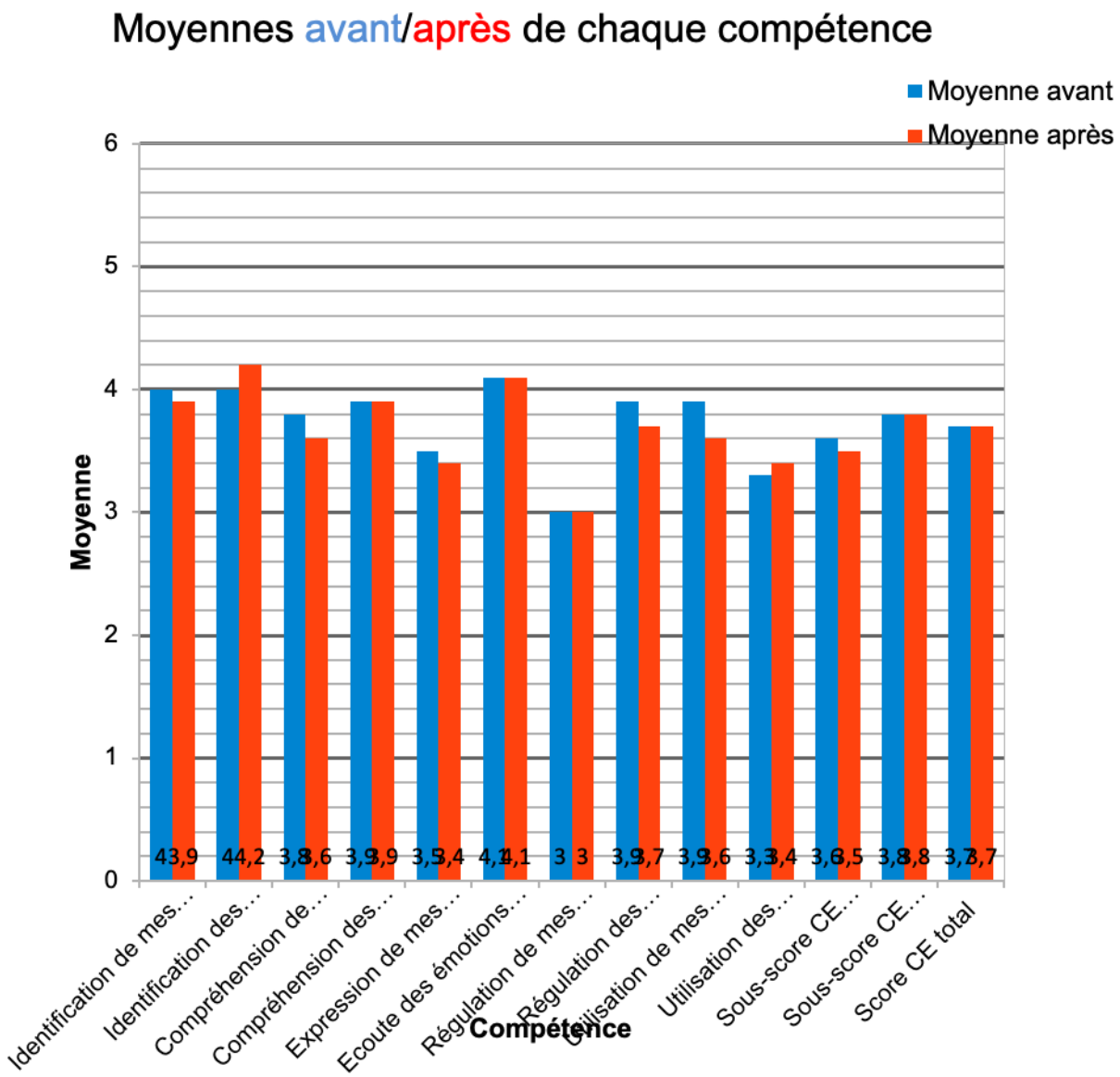
CE intrapersonnelles	Utilisation de mes émotions (-0.1)				
CE interpersonnelles	Identification des émotions d'autrui (-0.1)	Compréhension des émotions d'autrui (-0.1)	Ecoute des émotions d'autrui(0.1)	Régulation des émotions d'autrui(-0.1)	Utilisation émotions d'autrui-(-0.1)

I.3 Descriptions des résultats « intra-groupes » par genre

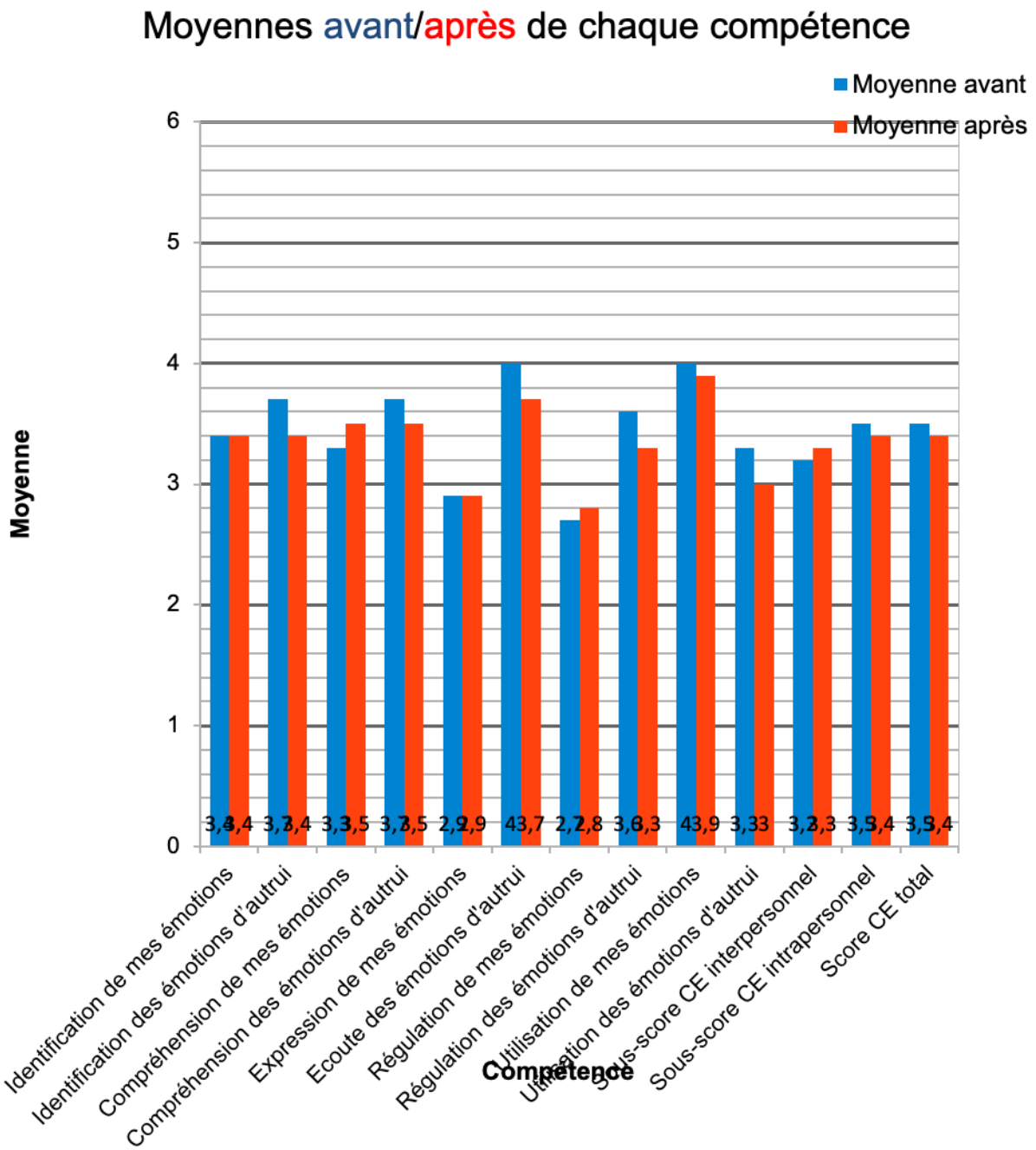
Tableaux par genre Femme (F) Homme (H)

Il ressort des tableaux descriptifs par genre de manière significative que les femmes du groupe expérimental, particulièrement, tendent à réévaluer à la baisse la plupart des items, sauf l'identification des émotions d'autrui, et, la régulation de leurs émotions.

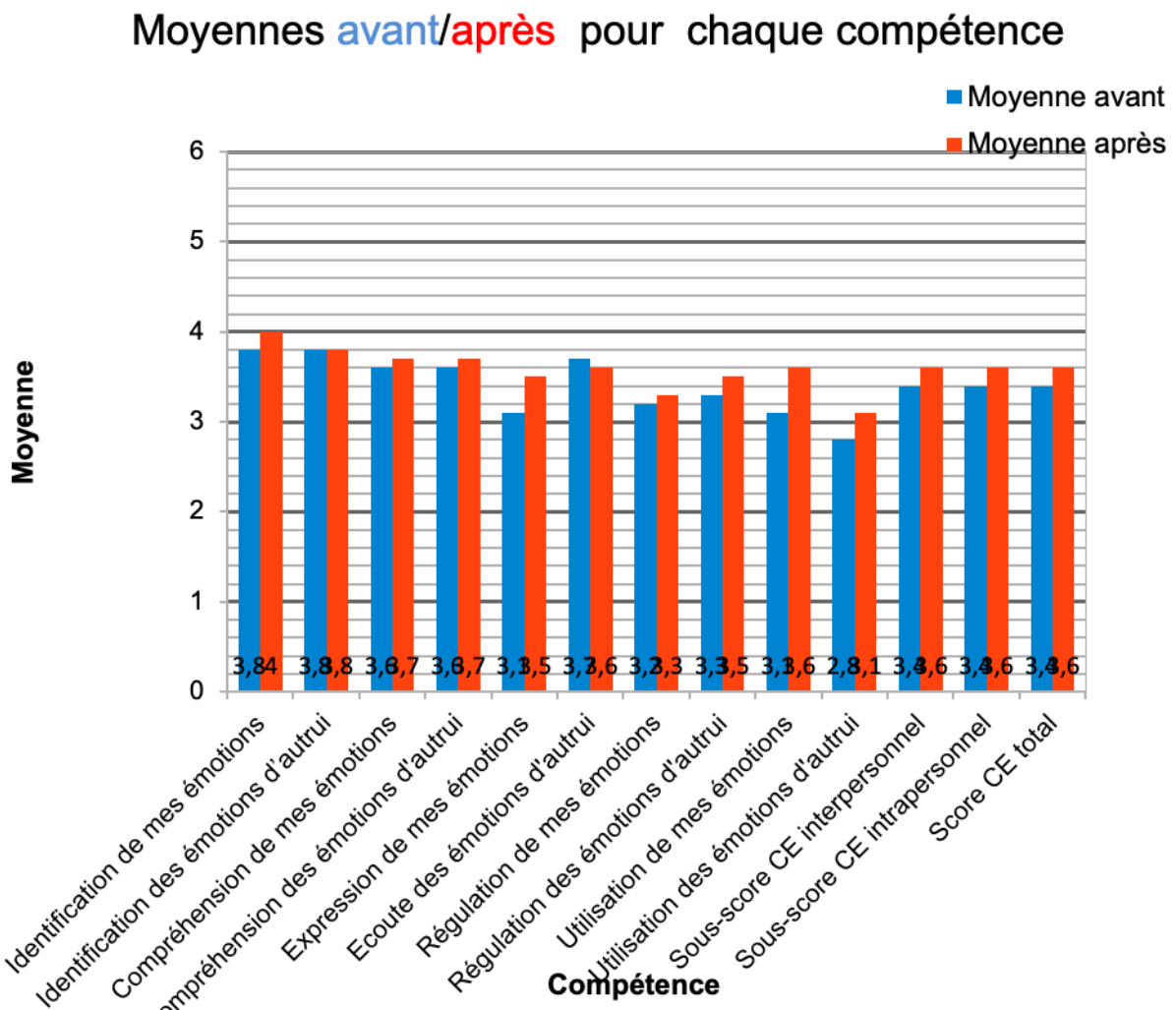
Groupe expérimental. Genre Femme



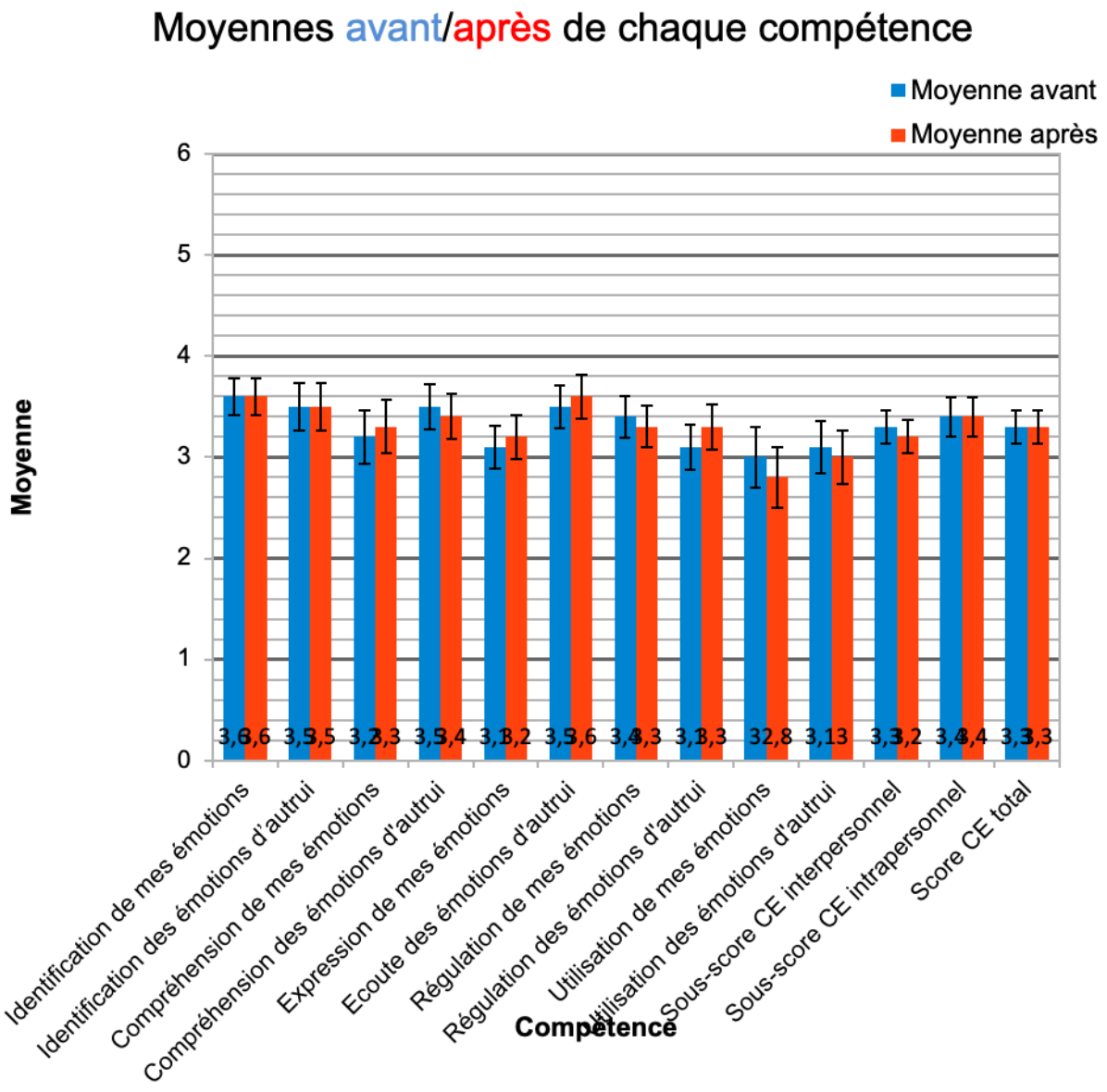
Groupe témoin. Genre Femme



Groupe Expérimental. genre Homme



Groupe témoin genre Homme



CHAPITRE II ANALYSE DES RESULTATS

Introduction Chapitre II

Nous allons analyser les résultats quantitatifs qui vont nous permettre de comparer l'évolution du capital émotionnel sur les deux groupes et de comparer également l'évolution de ce capital émotionnel par genre. L'analyse qualitative nous permettra de vérifier l'importance de l'intervention dans cette recherche action-intervention et, par là même l'importance de l'approche pédagogique appliquée.

II.1 Analyse des résultats significatifs des tests Profile of Emotional Competences–(PEC)

L'analyse globale des tests PEC sur les deux groupes test, Expérimental (EXP) et groupe témoin, ne donne pas de résultats significatifs à propos d'une compétence émotionnelle particulière. Elle montre une évolution plus marquée dans le groupe Expérimental que dans le groupe témoin que l'on peut attribuer à une meilleure autoévaluation de ses compétences émotionnelles en fin de parcours. Toute chose étant égale par ailleurs, même équipe pédagogique, même programme de la formation tourisme, il y a peu d'écart sur les scores PEC de début de formation ; l'apport de l'intervention-action semble avoir un effet notable sur le groupe EXP.

L'analyse des résultats par genre nous donne des indications intéressantes. En effet, l'analyse des réponses du groupe des femmes rend compte du poids de l'éducation dans cette perception *a priori* de leur capacité à identifier et à exprimer les émotions. Les filles, dès leur plus jeune âge, par l'éducation, sont encouragées à ne pas dissimuler leur émotions, contrairement aux garçons « *elle est sensible, c'est une fille* » est une phrase que l'on peut entendre encore aujourd'hui. « *Elle pleure, c'est normal c'est une fille* » etc. Nous pourrions multiplier les exemples indiquant qu'une fille est vue, et, considérée comme socialement sensible, qu'elle a le droit d'exprimer ses émotions. Également dans la continuité des fonctions dites maternelles, elle est la personne qui « console », donc qui fait preuve d'empathie. L'environnement social joue un rôle important dans l'éducation des filles et des garçons. L'environnement familial, la famille, les parents n'éduquent pas de la même façon

les filles et les garçons (Mosconi.1994) et participent en cela à la différenciation du capital émotionnel selon Gendron (2005). Les garçons sont plutôt encouragés à défendre leurs intérêts, à prendre des risques, à s'affirmer personnellement. Les filles sont plutôt encouragées à être dociles, obéissantes, à se conformer aux règles. « *Elles seraient plus conformistes, ou 'socialement formées' à se conformer aux règles, elles seraient moins assertives que les garçons, avec une mise en avant moins fortes et une plus basse estime de soi* » (André et Lelord. 2002 et Loranger 1988).

Tableau des différences Fille – Garçon. Gendron (2005)en termes de compétences émotionnelles

CE intra	**Garçon**	**Fille**	**CE Inter**	**Garçon**	**Fille**
Auto-Evaluation	+Haute	+Basse	**Empathie**	+basse	+Haute
Auto-régulation	+Basse	+Haute	**Aptitude sociale communication**	+Basse	+Haute

Ce tableau a été réalisé à partir d'une approche méta-analytique de revues de littérature scientifiques nationales et internationales, approchant la dimension du genre par le Professeur Gendron. Les profils caractéristiques alloués aux filles et aux garçons, énoncés dans la littérature en termes d'attributs, de traits, d'attitudes, de comportements, ont été « assimilés » comme des compétences émotionnelles. Ces compétences émotionnelles sont classées de façon comparative relativement à l'un des deux sexes plus fortement ou plus faiblement. (+haute) (+basse).

Retrouvons-nous ces tendances dans nos groupes en formation ?

En ce qui concerne les compétences intra personnelles, notamment l'auto-évaluation, on constate, dans le premier test, dans le groupe des hommes, une sous-évaluation et dans le groupe des femmes, une surévaluation. Un réajustement s'opère dans le second test, tant pour les hommes que pour les femmes, respectivement à la hausse et à la baisse.

En ce qui concerne les compétences interpersonnelles, nous retrouvons à peu près le même schéma. Dans le premier test, les hommes ont tendance à sous-estimer leurs compétences émotionnelles, et, les femmes à les surestimer. Chacun, à la hausse ou à la baisse, réajuste son évaluation dans le test final.

Nous retrouvons dans les sous-scores de notre recherche la même tendance : augmentation chez les hommes et régulation chez les femmes. Le score des compétences émotionnelles total est identique ce qui montre bien une réévaluation identique à la hausse et à la baisse.
Il y a concordance avec le tableau du professeur Gendron, sauf dans le cadre « auto-évaluation » où nous retrouvons, dans nos résultats, une surévaluation par les femmes de leurs capacités par rapport aux hommes. Les travaux de Gendron soulignent que les filles ont tendance à sous-estimer leurs compétences et être moins assertive ; Mais les deux approches ne sont pas comparables, entre une méta-analyse à partir de revues scientifiques et la spécificité d'un petit groupe répondant à un test précis dans une situation précise.
La tendance + basse pour les hommes et + haute pour les femmes se retrouve dans les autres cadres : auto-régulation- empathie et aptitude sociale et communication. Nous retrouvons les mêmes tendances dans le groupe témoin, mais moins marquées. Les variations à la hausse ou à la baisse sont de 0.1 ou égale avec les mêmes réajustements. Il est à noter le peu d'écart entre le test 1 et le test 2 dans le groupe témoin comparé au groupe Expérimental où les évolutions sont plus marquées.
Ces résultats peuvent laisser penser que l'apprentissage de la dégustation, accompagné d'une pédagogie centrée sur l'expression de ses émotions, conforte le capital émotionnel des participants par une meilleure auto-évaluation d'eux ou d'elles-mêmes. Les facteurs externes, qui jouent dans l'écart constaté entre le groupe témoin et le groupe test, peuvent être de plusieurs ordres, notamment la composition des groupes (âge, genre) : les groupes témoins ont une moyenne d'âge moins élevée, ceci pouvant peut-être constituer un biais. Cependant, les données qualitatives vont nous permettre d'observer le ressenti des participants du groupe test, tant sur l'acquisition/développement des compétences émotionnelles, que sur l'importance ou non des approches pédagogiques. Nous aurons la mesure du thermomètre et le ressenti réel du participant.

Rapport de synthèse

Texte analysé : QDFH (21 Ko) Mardi 29 Juin 2021 à 08 h 28

Le corpus QDFH a été analysé à l'aide de la méthodologie Alceste. Comme indiqué ci-dessous, 99% des unités textuelles du corpus ont été classées (Niveau de pertinence : Très élevé), et 1% ont été rejetées de l'analyse. Les unités classées sont réparties en 3 groupes que nous appelons *classes d'énoncés significatifs* ou tout simplement *classes*. Chaque classe est numérotée et coloriée suivant l'ordre d'apparition dans la classification. Nous observons que la classe 1 est la plus spécifique, c'est la première à s'être détachée dans l'arbre de classification, son vocabulaire est le plus homogène, elle représente 39,18% des unités textuelles classées et se caractérise par des mots tels que apprentissage, different, vin, decouvrir, arome, monde Ensuite se détache la classe 2, qui représente 22,68% des unités textuelles classées : ses mots significatifs sont estimer, controler, gestion, stress, optimisme, travaille. Elle est suivie de la classe 3 qui représente 38,14% des unités textuelles classées : ses mots significatifs sont assertion, capacite, perception, chose, exprimer, emotif. La lecture détaillée de ce rapport met en évidence les lignes directrices du corpus analysé.



Pertinence du traitement : Très élevée
(99% d'unités classées)



Nombre d'individus	9
Nombre de variables	2
Nbre de mots analysés	86
Richesse de l'analyse	76 %
Nombre de mots distincts	840
Nombre total de mots	3695
Nbre d'unités classées	97



Classe 2

Mot associé
estimer
controler
gestion
stress
optimisme
travaille
sens
conscience
plein
temps
premier
legitime
donner
connaissance
ouvrir
*Q_4
*Q_1
*Q_2
*Sexe_F
*Sexe_M



Classe 3

Mot associé
assertion
capacite
perception
chose
exprimer
emotif
ressentir
dire
competent
concentrer
apprendre
mot
annee
mettre
essayer
*Q_4
*Sexe_M
*Q_2
*Q_3
*Sexe_F



Classe 1

Mot associé
apprentissage
different
vin
decouvrir
arome
monde
gout
odeur
propre
entendre
sentir
decouvert
saveur
permis
plaisir
*Q_1
*Q_3
*Sexe_F
*Q_2
*Sexe_M

© IMAGE - Alceste Entreprise

Classe n°1

Cette classe est formée de 38 unités, soit 39,18% des unités classées. Les mots significatifs de cette classe sont des termes tels que apprentissage, different, vin, decouvrir, arome, monde.

Mots significatifs

Présences	Khi2	Effectif
apprentissage	17	11
different	14	12
vin	12	22
decouvrir	12	8
arome	10	6
monde	10	8
gout	8	6
odeur	8	5
propre	8	5
entendre	8	5
sentir	6	4
decouvert	6	4
saveur	5	4
permis	4	9
plaisir	3	5
moment	2	3
apporter	2	3
convivial	2	3
ouverture	2	3
*Q_1	10	14
*Q_3	9	10
*Sexe_F	2	23
*Q_2	0	7
*Sexe_M	-3	14
*Q_4	-26	7

Absences	Khi2	Effectif
capacite	-9	0
assertion	-9	0
perception	-9	3
controler	-8	0
estimer	-7	0
stress	-6	0
trouver	-6	0
*Q_4	-26	7
*Sexe_M	-3	14

Extrait des unités en fonction des mots significatifs

- L ecoute, pour moi et pour les autres. un moment convivial et de constant apprentissage. que le vin pouvait etre elegant. une approche du gout, des differents aromes. L art de chopiner avec elegance! L envie de decouvrir des gouts et saveurs nouveaux
- cet apprentissage m a permis de developper mes connaissances en termes de nez, de saveurs et de technicite. J ai beaucoup apprecie et profite des odeurs/ aromes qui caracterisent le vin.
- la complexite dans l elaboration d un vin, ainsi que sa singularite. C est un peu comme l ADN d une personne. L apprentissage: la redecouverte d un monde que l on m avait enseigne de facon stricte et conformiste
- J ai appris que c etait justement un apprentissage, que tout le monde etait capable d identifier les saveurs. je pensais que c etait un don, mais en pratiquant regulierement, on peut determiner les differentes saveurs et caracteristiques du vin.
- J ai egalement appris beaucoup de vocabulaire. A decortiquer les odeurs presentes dans les vins et a les associer aux humeurs. la technique, le plaisir, la decouverte. se construire sa propre bibliotheque olfactive, gustative. maitriser le vocabulaire et le developper en l adaptant a soi
- que le monde du vin me passionne. il a reveille mes sensations olfactives. cela m a permis de decouvrir ma passion pour le vin et que mon orientation etait vraiment pour la viticulture
- je me suis reapproprie un monde que je segmentais par formation, par necessite. J ai decouvert que devant une dizaine de personnes toutes differentes les unes des autres, avec a chaque fois des points de vue differents, j etais moi, j existais
- J ai appris a developper une reconnaissance des gouts et des emotions, a differencier des vins et leurs compositions, a sentir des odeurs que je connaissais, mais que je n arrivais pas toujours a identifier
- il a permis de decouvrir chez autrui qu il n y a pas de regle, dans le sens ou chacun ressent des emotions differentes en fonction de ses gouts, de sa memoire, de son affect
- cela m a permis de decouvrir chez autrui que nous pouvons partager beaucoup de choses autour du vin. que les gouts et les couleurs peuvent facilement varier d une personne a l autre
- J ose parler d un vin avec mes mots sans me sentir ridicule. une meilleure comprehension du monde de la vigne, de la maniere d apprehender le vin et sa culture
- il n y a aucune honte a dire que l arome qui vous inspire est celui de la banane alors que tout le monde s accorde a dire que c est celui de la poire
- je reconnais plus facilement les aromes et j ai realise qu un vin peut vous faire vous sentir leger et procurer parfois des emotions indescriptibles au niveau

Nuage et réseaux







Classe n°2

Cette classe est formée de 22 unités, soit 22,68% des unités classées. Les mots significatifs de cette classe sont des termes tels que estimer, controler, gestion, stress, optimisme, travaille.

Mots significatifs

Présences	Khi2	Effectif
estimer	38	11
controler	33	12
gestion	26	7
stress	25	9
optimisme	25	10
travaille	22	6
sens	19	10
conscience	17	7
plein	7	4
temps	7	3
premier	7	5
legitime	7	3
donner	5	4
connaissance	4	4
ouvrir	3	3
confiant	3	3
deguster	3	10
avis	2	2
odorat	2	2
couleur	2	2
personnel	2	2
concentration	2	2
trouver	1	3
*Q_4	6	16
*Q_1	0	3
*Q_2	0	3
*Sexe_F	0	12
*Sexe_M	0	10
*Q_3	-4	0

Absences	Khi2	Effectif
mot	-4	0
different	-4	0
chose	-3	0
libre	-3	0
exprimer	-3	2
apprentissage	-3	0
gout	-2	0
arome	-2	0
*Q_3	-4	0

Extrait des unités en fonction des mots significatifs

- L estime de soi: les connaissances obtenues m ont donne la sensation d avoir une certaine legitimite a parler du vin. L optimisme. le controle de soi: j ai du apprendre a me controler pour ouvrir mes sens lors-de la degustation. la gestion du stress.
- L estime de soi: les connaissances obtenues m ont donne la sensation d avoir une certaine legitimite a parler du vin. le controle de soi: j ai du apprendre a me controler pour ouvrir mes sens lors-de la degustation.
- L estime de soi: apporter par la prise de confiance et la perte de la peur de l avis des autres qui peut-etre contraire. L optimisme: egalement par la prise de confiance. controle de soi: par l ecoute et l analyse de mon ressenti. la gestion du stress: par la perte de la peur de ne pas donner les bonnes reponses
- tres belle experience dont je n etais pas convaincue au depart. L estime de soi: avoir des connaissances sur un sujet complexe et qui me ressemble. L optimisme: je ne suis pas de-nature optimisme. le controle de soi: je reflechis plus avant de parler. la gestion du stress: legere amelioration pour canaliser le stress.
- que j ai choisi la bonne voie. il m a permis d ouvrir mes sens, de les ecouter, d etre en pleine conscience au-moment de la pratique, comme un chakra supplementaire et multiple
- que l imaginaire se travaille par l experience aussi des sens en pleine conscience. je ne sais pas, je suis mal a l aise pour ce-qui a trait a la psychologie, le ressenti, l abstrait
- enfin, je me suis lachee sur la pleine conscience au fil des degustations. L estime de soi: m accepter comme je suis, meme a-travers une degustation, je reste moi meme avant tout
- pour l estime de soi, l optimisme, le controle de soi et la gestion du stress, je ne pense pas que la degustation ait joue un role direct mais pour la perception de mes emotions et la capacite a les exprimer, elles ont joue un role intermediaire
- le controle de soi quelquefois un peu frustrant de ne pas trouver et de devoir developper mon odorat. la degustation ne m a pas vraiment aide pour la gestion du stress.
- estime et optimisme: pas d incidence sur mon estime personnelle et mon optimisme. controle de soi: par la concentration particuliere sur mes sens. stress, perception, emotion: je suis deja dans une pratique personnelle d une meditation en conscience. expression: en essayant de mettre une emotion honnete sur un ressenti a la degustation.
- L optimisme: ce terme rime avec pessimisme desole, mais realiste et humaniste. le controle de soi: par-rapport aux ressentis des autres. la gestion du stress: par-rapport a un groupe non choisi dans une matiere non maitrisee. la perception de mes emotions etendus et certains nouveaux

Nuage et réseaux







Classe n°3

Cette classe est constituée de 37 unités, soit 38,14% des unités classées. Les mots significatifs de cette classe sont des termes tels que assertion, capacite, perception, chose, exprimer, emotif.

Mots significatifs

Présences	Khi2	Effectif
assertion	17	11
capacite	12	10
perception	9	17
chose	7	8
exprimer	7	17
emotif	5	24
ressentir	5	20
dire	4	5
competent	4	5
concentrer	4	4
apprendre	3	10
mot	2	7
annee	2	3
mettre	2	4
essayer	2	3
trouver	2	5
emotionnel	2	3
facilement	2	4
juge	1	5
penser	1	4
meilleur	1	3
partager	1	4
expressif	1	6
experience	1	4
*Q_4	9	26
*Sexe_M	3	22
*Q_2	0	5
*Q_3	-1	3
*Sexe_F	-3	15
*Q_1	-6	3

Absences	Khi2	Effectif
vin	-10	3
estimer	-7	0
apprentissage	-7	0
sens	-6	1
monde	-6	0
gestion	-5	0
*Q_1	-6	3
*Sexe_F	-3	15
*Q_3	-1	3

Extrait des unités en fonction des mots significatifs

- je sais mieux decrypter quelles emotions je ressens. J ai appris a m exprimer davantage sur mes emotions, en-particulier, a mes proches car j ai compris qu il ne me fallait pas tout garder en moi.
- la perception des emotions s est affinee et la capacite a les exprimer a-travers les ateliers d ecriture a ete une belle decouverte de ce point de vue, a exploiter dans d autres domaines
- la perception des emotions: essayer d aller plus loin, de les pousser. capacite a exprimer ses emotions: permet de mieux se concentrer pour mettre des mots. L assertivite: voir qu on n a pas toujours tort et qu on ne dit pas sa sensation par peur de se tromper. apprendre a ne pas se laisser influencer, a gardre son ressenti, son idee
- rien n est ecrit dans le grand livre! tout est accessible a tous, il suffit de se liberer de choses pesantes et pompeuses. il faut savoir dire librement, sans aucune honte, son ressenti, son emotion en toute franchise, sans ne jamais rien deguiser
- la capacite de communiquer des perceptions sensorielle meme si la langue de moliere pour moi est souvent encore un handicap
- L assertivite: j ai developpe cette competence dans-la-mesure ou j ai exprime mes sensations sur une degustation tout en respectant le fait que les autres pouvaient ressentir autre chose.
- L assertivite: j ai developpe cette competence dans-la-mesure ou j ai exprime mes sensations sur une degustation tout en respectant le fait que les autres pouvaient ressentir autre chose.
- la perception de vos emotions: par l acceptation de celles ci sans emettre un jugement reflechi et formel. la capacite a exprimer: par l acceptation de mes emotions sans emettre un jugement reflechi et formel
- la perception des emotions d autrui est une competence que j avais developpee auparavant etant tres observatrice. L assertivite releve du domaine peut-etre plus technique de la degustation que je n avais pas la sensation de maitriser du tout en debut de formation
- aucune honte de moi meme, aucune faiblesse ou frustration ne viendraient alterer le fruit de ma pensee. justement j ai ete surpris de mon evaluation et de ma capacite a apprendre.
- la perception de mes emotions: concentration, analyse, synthese. la capacite a exprimer mes emotions: je ressens moins de jugement lorsque j exprime ce-que je ressens. je trouve plus facilement mes mots. la perception des emotions d autrui: meilleure comprehension des ressentis d autrui.
- L optimisme: la degustation, c est la recherche du plaisir avant tout, le plaisir s exprimant dans l optimisme. le controle de soi: gerer mes emotions m est souvent difficile, car je ressens, tres et/ ou bien trop, intensement les choses.

Nuage et réseaux







Analyse globale via ALCESTE : une synthèse globale

Ces 3 classes significatives font ressortir 3 axes différents.

Le premier lié à l'apprentissage de la dégustation du vin met en avant la découverte de ses sensations autour des arômes, des saveurs des vins. Elle montre également les différences de chaque individu au niveau de la perception des arômes, des senteurs et de ses émotions. Cet apprentissage n'est pas uniquement sensoriel. Il est également social par la prise de conscience de nos différences physiologiques et culturelles dans cet exercice qu'est la dégustation.

Le deuxième axe insiste sur l'estime de soi et le contrôle de soi notamment par la pratique de la pleine conscience lors des séances de dégustation. La pratique pédagogique du partage sans jugement de ses impressions, de ses émotions lors des dégustations amène les participants à prendre confiance en eux, et, à s'estimer légitimes dans la description de leur ressenti olfactif et gustatif.

Le troisième axe fait ressortir l'importance de l'assertivité dans les échanges lors des dégustations. Il met en avant les nouvelles capacités pour ressentir ses émotions, les partager et les exprimer. Cet axe fait ressortir aussi une meilleure connaissance de soi de ses capacités mais également une meilleure écoute de la sensibilité de l'autre.

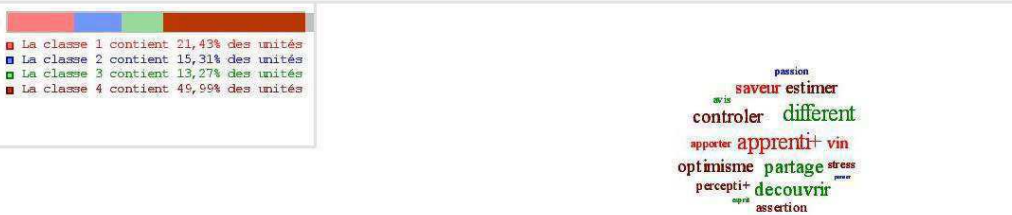
Il semble que les participants utilisent et développent leurs compétences émotionnelles tant intra-personnelles que interpersonnelles grâce à une meilleure identification de ses émotions et de celles d'autrui mais aussi une meilleure expression de ses émotions et d'écoute de celles des autres participants.

Rapport de synthèse

Texte analysé : QDFH (21 Ko)

Mardi 29 Juin 2021 à 08 h 31

Le corpus QDFH a été soumis à un tri-croisé sur la variable Q_. Comme indiqué ci-dessous, 100% des unités textuelles du corpus ont été classées (Pourcentage de classement), et 0% ont été rejetées de l'analyse. Les unités classées sont réparties en 4 groupes que nous appelons *classes d'énoncés significatifs* ou tout simplement *classes*. Chaque classe est numérotée et coloriée suivant l'ordre d'apparition dans la classification. Nous observons que la classe 1 est la plus spécifique, c'est la première à s'être détachée dans l'arbre de classification, son vocabulaire est le plus homogène, elle représente 21,43% des unités textuelles classées et se caractérise par des mots tels que apprentissage, saveur, vin, apporter, odeur, connaissance Ensuite se détache la classe 2, qui représente 15,31% des unités textuelles classées : ses mots significatifs sont passion, penser, decouvert, personnes, sens, plein. Elle est suivie de la classe 3 qui représente 13,27% des unités textuelles classées : ses mots significatifs sont different, partage, decouvrir, entendre, avis, esprit ; puis de la classe 4 qui représente 49,99% des unités textuelles classées, marquée par les mots controler, estimer, stress, assertion, optimisme, perception. La lecture détaillée de ce rapport met en évidence les lignes directrices du corpus analysé.



Nombre d'individus	9
Nombre de variables	2
Nbre de mots analysés	86
Richesse de l'analyse	98
Nombre de mots distincts	840
Nombre total de mots	3695
Nbre d'unités classées	98

Classe 1 — *Q_1

Mot associé
apprentissage
saveur
vin
apporter
odeur
connaissance
arome
monde
dire
temps
moment
odorat
sentir
concentration
gout
libre
meilleur
*Q_1
*Sexe_F
*Sexe_M

Classe 2 — *Q_2

Mot associé
passion
penser
decouvert
personnes
sens
plein
ouvrir
permis
travaille
*Q_2
*Sexe_F
*Sexe_M

Classe 3 — *Q_3

Mot associé
different
partage
decouvrir
entendre
avis
esprit
convivial
ouverture
gout
chose
propre
arome
partager
*Q_3
*Sexe_F
*Sexe_M

Classe 4 — *Q_4

Mot associé
controler
estimer
stress
assertion
optimisme
perception
emotif
gestion
competent
expressif
trouver
deguster
annee
donner
essayer
capacite
exprimer
*Q_4
*Sexe_F
*Sexe_M

© IMAGE - Alceste Entreprise

Classe n°1

Cette classe est formée de 21 unités, soit 21,43% des unités classées. apprentissage, saveur, vin, apporter, odeur, connaissance.

Mots significatifs

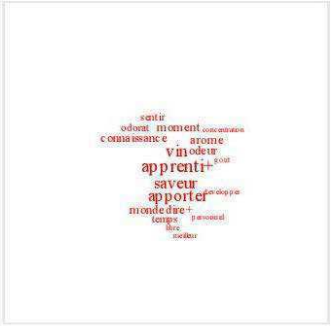
Présences	Khi2	Effectif
apprentissage	31	9
saveur	11	4
vin	10	15
apporter	7	3
odeur	5	3
connaissance	4	4
arome	3	3
monde	3	4
dire	2	3
temps	2	2
moment	2	2
odorat	2	2
sentir	2	2
concentration	2	2
gout	1	2
libre	1	3
meilleur	1	2
personnel	1	2
developper	1	5
*Q_1	98	21
*Sexe_F	0	9
*Sexe_M	0	11
*Q_3	-4	0
*Q_2	-5	0
*Q_4	-27	0

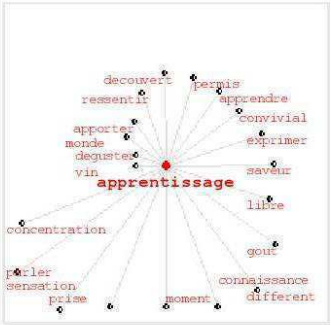
Absences	Khi2	Effectif
perception	-5	1
assertion	-4	0
emotif	-3	3
stress	-3	0
estimer	-3	0
controler	-3	0
*Q_4	-27	0
*Q_2	-5	0
*Q_3	-4	0

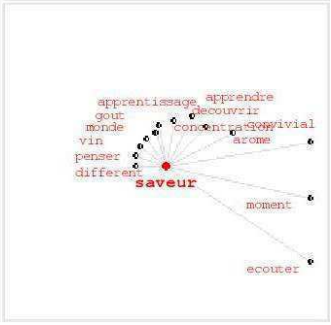
Extrait des unités en fonction des mots significatifs

- cet apprentissage m a permis de developper mes connaissances en termes de nez, de saveurs et de technicite. J ai beaucoup apprecie et profite des odeurs/ aromes qui caracterisent le vin.
- la complexite dans l elaboration d un vin, ainsi que sa singularite. C est un peu comme l ADN d une personne. L apprentissage: la redecouverte d un monde que l on m avait enseigne de facon stricte et conformiste
- L art d analyser le vin avant de le boire. L apprentissage de la degustation m a apporte des connaissances supplementaires sur l oenologie et a m exprimer sur la degustation d un vin.
- J ai appris que c etait justement un apprentissage, que tout le monde etait capable d identifier les saveurs. je pensais que c etait un don, mais en pratiquant regulierement, on peut determiner les differentes saveurs et caracteristiques du vin.
- L ecoute, pour moi et pour les autres. un moment convivial et de constant apprentissage. que le vin pouvait etre elegant. une approche du gout, des differents aromes. L art de chopiner avec elegance! L envie de decouvrir des gouts et saveurs nouveaux
- il n y a aucune honte a dire que l arome qui vous inspire est celui de la banane alors que tout le monde s accorde a dire que c est celui de la poire
- L apprentissage de la degustation m a permis d acquerir plus-de concentration, d etre plus attentive. cela m a egalement apporte connaissances evidemment, et confiance en moi et en mon jugement
- cet apprentissage m a apporte un moyen d echange. chacun a la possibilite d exprimer librement ses sensations. aucun ressenti n etait mieux ou moins bien qu un autre
- J ai egalement appris beaucoup de vocabulaire. A decortiquer les odeurs presentes dans les vins et a les associer aux humeurs. la technique, le plaisir, la decouverte. se construire sa propre bibliotheque olfactive, gustative. maitriser le vocabulaire et le developper en l adaptant a soi
- J ose parler d un vin avec mes mots sans me sentir ridicule. une meilleure comprehension du monde de la vigne, de la maniere d apprehender le vin et sa culture
- J ai appris a developper une reconnaissance des gouts et des emotions, a differencier des vins et leurs compositions, a sentir des odeurs que je connaissais, mais que je n arrivais pas toujours a identifier
- L apprentissage de la degustation m a permis de me concentrer sur mes sensations, de reflechir et faire appel a ma memoire, d exprimer mes emotions, de partager le plaisir du vin.
- me servir de tous mes sens a un instant T_ laisser mes sensations et non ma reflexion. A developper mon odorat, a prendre le temps de regarder, de deguster et

Nuage et réseaux







© IMAGE - Alceste Entreprise

La valeur du Khi2 indique la force du lien entre la forme et la classe

Classe n°2

Cette classe est formée de 15 unités, soit 15,31% des unités classées. passion, penser, decouvert, personnes, sens, plein.

Mots significatifs

Présences	Khi2	Effectif
passion	6	3
penser	4	4
decouvert	4	2
personnes	4	2
sens	3	4
plein	2	2
ouvrir	2	2
permis	2	4
travaille	2	2
*Q_2	98	15
*Sexe_F	0	7
*Sexe_M	0	8
*Q_3	-3	0
*Q_1	-5	0
*Q_4	-18	0

Absences	Khi2	Effectif
deguster	-5	1
exprimer	-3	1
developper	-3	0
juge	-2	0
chose	-2	0
libre	-2	0
*Q_4	-18	0
*Q_1	-5	0
*Q_3	-3	0

Extrait des unités en fonction des mots significatifs

- je me suis reapproprie un monde que je segmentais par formation, par necessite. J ai decouvert que devant une dizaine de personnes toutes differentes les unes des autres, avec a chaque fois des points de vue differents, j etais moi, j existais
- aucune honte de moi meme, aucune faiblesse ou frustration ne viendraient alterer le fruit de ma pensee. justement j ai ete surpris de mon evaluation et de ma capacite a apprendre
- il m a permis d etre a l ecoute de mes sens et de me focaliser sur des sentiments de plaisir et uniquement de plaisir. qu on pouvait reapprendre ce qu on croyait acquis
- aujourd hui je peux dire sereinement que si je me trouvais devant une audience plus importante, 1000 ou 10000 personnes, ni le nombre, ni l expertise, ni le grade ne changeraient mon ressenti.
- je m exprimais en toute liberte et je n avais rien d autre a prouver que le fruit de mes sensations. J affichais mes pensees, mon ressenti sans aucune pression exterieure et ca m a fait beaucoup de bien
- que le monde du vin me passionne. il a reveille mes sensations olfactives. cela m a permis de decouvrir ma passion pour le vin et que mon orientation etait vraiment pour la viticulture
- que j ai choisi la bonne voie. il m a permis d ouvrir mes sens, de les ecouter, d etre en pleine conscience au-moment de la pratique, comme un chakra supplementaire et multiple
- que l imaginaire se travaille par l experience aussi des sens en pleine conscience. je ne sais pas, je suis mal a l aise pour ce-qui a trait a la psychologie, le ressenti, l abstrait
- J ai aussi decouvert un grand interet pour la degustation de vins et le partage autour de ce produit. une curiosite accrue et une soif de connaissance
- une ouverture et une acceptation de mon propre ressenti. que c est le lacher prise qui me fait parfois defaut. que le vin est une veritable passion.
- laisser parler les emotions sans forcement les intellectualiser. que je pouvais discerner des odeurs, des gouts et poser des mots dessus. que mes premieres pensees et impressions rejoignaient parfois celles des autres et que peut-etre je peux, d une certaine facon, deviner ou ressentir plus precisement leurs pensees.
- il m a permis d apprendre a ouvrir mes sens a l environnement qui m entoure, a mettre des mots sur des perceptions. etant de-nature a garder pour moi ce-que je ressens, il m a permis au-contraire de partager mes sensations aux autres
- je reconnais plus facilement les aromes et j ai realise qu un vin peut vous faire vous sentir leger et procurer parfois des emotions indescriptibles au niveau du palais
- A mieux preter attention a mes sensations, a faire confiance a ces sensations et comprendre que tout n est pas inne, qu on peut aussi s ameliorer en travaillant

Nuage et réseaux





Classe n°3

Cette classe est constituée de 13 unités, soit 13,27% des unités classées. different, partage, decouvrir, entendre, avis, esprit.

Mots significatifs

Présences	Khi2	Effectif
different	18	7
partage	14	3
decouvrir	13	5
entendre	10	3
avis	5	2
esprit	5	2
convivial	5	2
ouverture	5	2
gout	3	2
chose	3	3
propre	3	2
arome	2	2
partager	2	2
*Q_3	98	13
*Sexe_F	0	7
*Sexe_M	0	6
*Q_2	-3	0
*Q_1	-4	0
*Q_4	-15	0

Absences	Khi2	Effectif
mot	-2	0
fait	-2	0
parler	-2	0
stress	-2	0
estimer	-2	0
capacite	-2	0
*Q_4	-15	0
*Q_1	-4	0
*Q_2	-3	0

- chacun est libre de ressentir et d exprimer ce qu il ressent. et tout cela dans des moments de convivialite et de partage. nos sensations sont differentes donc vision des choses differentes. A deviner parfois leur etat d esprit en entendant leurs propres impressions et descriptions sur un vin qu elles soient positives ou negatives
- une ouverture. autrui peut accepter un avis different du sien sans se sentir lese ou pas entendu. des personnalites relativement saines et des futurs epicuriens, bon pour le tourisme
- que chacun peut avoir ses propres sensations et qu elles peuvent etre differentes mais pas fausses pour autant
- il a permis de decouvrir chez autrui qu il n y a pas de regle, dans le sens ou chacun ressent des emotions differentes en fonction de ses gouts, de sa memoire, de son affect
- de decouvrir l importance et la place prise par les idees recues chez les autres. au-contraire, de decouvrir l ouverture d esprit des autres. la difficulte d exprimer des emotions ou de laisser-aller son imaginaire. je ne sais pas, je suis mal a l aise pour ce-qui a trait a la psychologie, le ressenti, l abstrait
- cela m a permis de decouvrir chez autrui que nous pouvons partager beaucoup de choses autour du vin. que les gouts et les couleurs peuvent facilement varier d une personne a l autre.
- bien souvent qu autrui est reactif lorsqu on aborde les sujets en partage. les autres ont des choses a dire. il arrive que ces choses dites ne correspondent pas aux attentes
- L observation et la reflexion sont les dimensions essentielles de la comprehension. L envie de partager de chacun lors-d une seance de degustation. la degustation et le vin facilitent le desir de donner son avis. la convivialite, le partage et l assertivite des autres.
- ce-que je retrouve comme aromes ne sera pas forcement le cas pour quelqu un d autre. la difference et la diversite des sensations eprouvees et exprimees lors-d une degustation
- que les sens ne sont pas developpes de la meme maniere chez tout le monde. que les ressentis de la degustation sont avant tout tres personnels. L exigence des gens et les differentes perceptions, emotions que l on peut avoir sur un meme produit. leur sensibilite
- les jugements portes a-priori ne sont pas toujours legitimes. ce-qui reste est que chacun a permis de decouvrir les facettes de chacun. souvent, dans l intimite, j ai appris a reajuster mes premieres impressions. un parfum parfois suffit a reunir des gens
- il est facile de s entendre et de se comprendre autour de quelques aromes. cette experience valait la peine d etre vecue. J ai decouvert, mais je le savais

Nuage et réseaux







© IMAGE - Alceste Entreprise

La valeur du khi2 indique la force du lien entre la forme et la classe

Classe n°4

Cette classe est constituée de 49 unités, soit 49,99% des unités classées. controler, estimer, stress, assertion, optimisme, perception.

Mots significatifs

Présences	Khi2	Effectif
controler	12	13
estimer	11	11
stress	10	11
assertion	10	11
optimisme	10	12
perception	10	21
emotif	8	33
gestion	8	7
competent	8	8
expressif	8	10
trouver	5	8
deguster	5	24
annee	4	7
donner	4	6
essayer	4	5
capacite	3	9
exprimer	3	15
sensation	3	17
mot	2	8
sujet	2	4
apprendre	2	12
concentrer	2	4
vie	1	3
cours	1	3
lacher	1	3
legitime	1	3
reflechir	1	3
developper	1	10
emotionnel	1	3
experience	1	5
*Q_4	98	49
*Sexe_F	1	28
*Sexe_M	0	21
*Q_3	-15	0
*Q_2	-18	0
*Q_1	-27	0

Absences	Khi2	Effectif
vin	-7	7
apprentissage	-7	1
arome	-6	0
gout	-5	0
different	-5	2
sentir	-4	0
*Q_1	-27	0
*Q_2	-18	0
*Q_3	-15	0

Extrait des unités en fonction des mots significatifs

- pour l estime de soi, l optimisme, le controle de soi et la gestion du stress, je ne pense pas que la degustation ait joue un role direct mais pour la perception de mes emotions et la capacite a les exprimer, elles ont joue un role intermediaire
- je-pense que c est la faculte de separer et d identifier la sensation de chaque sens qui a permis de developper ces competences. chaque item, estime de soi, optimisme, controle de soi, gestion du stress, perception des emotions, capacite a exprimer les emotions, perception des emotions d autrui, assertivite, expression des sensations/ emotions sans jugement, en pleine conscience
- L optimisme: ce terme rime avec pessimisme desole, mais realiste et humaniste. le controle de soi: par-rapport aux ressentis des autres. la gestion du stress: par-rapport a un groupe non choisi dans une matiere non maitrisee. la perception de mes emotions etendus et certains nouveaux
- la perception des emotions s est affinee et la capacite a les exprimer a-travers les ateliers d ecriture a ete une belle decouverte de ce point de vue, a exploiter dans d autres domaines
- estime et optimisme: pas d incidence sur mon estime personnelle et mon optimisme. controle de soi: par la concentration particuliere sur mes sens. stress, perception, emotion: je suis deja dans une pratique personnelle d une meditation en conscience. expression: en essayant de mettre une emotion honnete sur un ressenti a la degustation.
- la perception des emotions d autrui est une competence que j avais developpee auparavant etant tres observatrice. L assertivite releve du domaine peut-etre plus technique de la degustation que je n avais pas la sensation de maitriser du tout en debut de formation
- le controle de soi quelquefois un peu frustrant de ne pas trouver et de devoir developper mon odorat. la degustation ne m a pas vraiment aide pour la gestion du stress.
- L optimisme: la degustation, c est la recherche du plaisir avant tout, le plaisir s exprimant dans l optimisme. le controle de soi: gerer mes emotions m est souvent difficile, car je ressens, tres et/ ou bien trop, intensement les choses
- L estime de soi: apporter par la prise de confiance et la perte de la peur de l avis des autres qui peut-etre contraire. L optimisme: egalement par la prise de confiance. controle de soi: par l ecoute et l analyse de mon ressenti. la gestion du stress: par la perte de la peur de ne pas donner les bonnes reponses
- la perception de vos emotions: par l acceptation de celles ci sans emettre un jugement reflechi et formel. la capacite a exprimer: par l acceptation de mes emotions sans emettre un jugement reflechi et formel
- la perception des emotions d autrui: par l ecoute bienveillante. L assertivite: c est dans mon ideologie. L expression de mes sensations: l autorisation d ele faire a libere l emergence et l acceptation de mes sensations.

Nuage et réseaux







Commentaire ALCESTE détaillé : résumé de l'analyse des résultats du traitement du logiciel ALCESTE par question et par genre.

Les résultats par question font ressortir 4 classes.

La première classe se focalise sur l'apprentissage sensoriel de la dégustation les mots clés sont : *saveur, arômes, vin, odorat, concentration.* Cela correspond à la découverte de ce sens peu utilisé d'une manière consciente qu'est l'odorat. Sens qui est le plus important pour la description du goût des choses.

La deuxième classe met en avant les émotions ressenties, les mots clés sont : *Passion, découvertes des personnes, écoute de ses sens, pleine conscience, et écoute des autres.* Cela correspond en termes de compétences émotionnelles intra personnelles à une meilleure compréhension de ses émotions et une meilleure expression. En terme de compétences interpersonnelles cela correspond à une meilleure compréhension des émotions d'autrui et une meilleure écoute des émotions d'autrui.

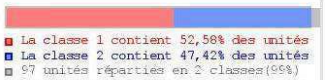
La troisième classe met l'accent sur l'aspect social de l'apprentissage, les mots clés sont : *partage des différences, convivialité, ouverture d'esprit.* Cela correspond à l'objectif de la pédagogie eudémonique qui veut encourager le partage, la bienveillance et l'apprentissage capacitant et la bienvivance.

La quatrième classe fait ressortir l'utilisation des compétences émotionnelles intra personnelles les mots clés sont : *estime de soi, émotions, expression de ses émotions, contrôle de soi pour écouter l'autre.* Ces aspects sont favorisés par la pratique de la dégustation en pleine conscience et l'approche qui permet, par la méthode esthétique, d'analyser ses émotions et celles d'autrui avec un certain recul une certaine hauteur de vue.

Rapport de synthèse

Texte analysé : QDFH (21 Ko) Mardi 29 Juin 2021 à 08 h 33

Le corpus QDFH a été soumis à un tri-croisé sur la variable Sexe_. Comme indiqué ci-dessous, 99% des unités textuelles du corpus ont été classées (Pourcentage de classement), et 1% ont été rejetées de l'analyse. Les unités classées sont réparties en 2 groupes que nous appelons *classes d'énoncés significatifs* ou tout simplement *classes*. Chaque classe est numérotée et coloriée suivant l'ordre d'apparition dans la classification. Nous observons que la classe 1 est la plus spécifique, c'est la première à s'être détachée dans l'arbre de classification, son vocabulaire est le plus homogène, elle représente 52,58% des unités textuelles classées et se caractérise par des mots tels que emotif, plaisir, exprimer, gout, propre, accepter Ensuite se détache la classe 2, qui représente 47,42% des unités textuelles classées : ses mots significatifs sont dire, vie, cours, legitime, decouvert, mettre.. La lecture détaillée de ce rapport met en évidence les lignes directrices du corpus analysé.





Nombre d'individus	9
Nombre de variables	2
Nbre de mots analysés	86
Richesse de l'analyse	76 %
Nombre de mots distincts	840
Nombre total de mots	5695
Nbre d'unités classées	97

Classe 1

***Sexe_F**

Mot associé
emotif
plaisir
exprimer
gout
propre
accepter
lacher
sentir
different
reflechir
apporter
faire
plein
permis
laisser
*Sexe_F
*Q_1
*Q_2
*Q_3
*Q_4

Classe 2

***Sexe_M**

Mot associé
dire
vie
cours
legitime
decouvert
mettre
ouvrir
donner
parler
penser
apprendre
experience
connaissance
couleur
partage
*Sexe_M
*Q_1
*Q_2
*Q_3
*Q_4

© IMAGE - Alceste Entreprise

Classe n°1

Cette classe est formée de 51 unités, soit 52,58% des unités classées. emotif, plaisir, exprimer, gout, propre, accepter.

Mots significatifs

Présences	Khi2	Effectif
emotif	7	29
plaisir	7	9
exprimer	6	20
gout	5	6
propre	5	5
accepter	5	6
lacher	4	4
sentir	4	4
different	4	10
reflechir	4	4
apporter	3	3
faire	2	6
plein	2	5
permis	2	9
laisser	2	4
trouver	2	6
concentrer	2	4
gestion	1	5
decouvrir	1	5
*Sexe_F	97	51
*Q_1	0	9
*Q_2	0	7
*Q_3	0	7
*Q_4	0	28
*Sexe_M	-97	0

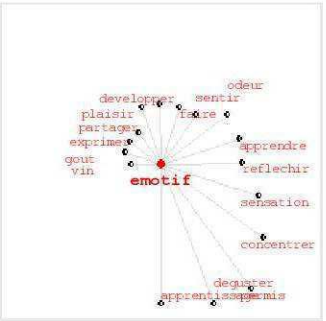
Absences	Khi2	Effectif
dire	-8	0
vie	-5	0
cours	-5	0
legitime	-5	0
decouvert	-5	0
mettre	-3	1
ouvrir	-3	1
donner	-2	2
*Sexe_M	-97	0

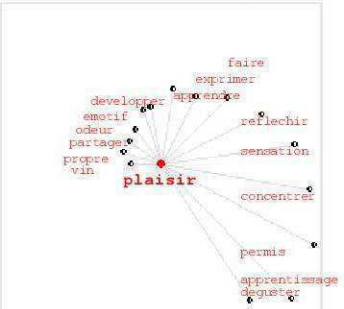
Extrait des unités en fonction des mots significatifs

- la perception de vos emotions: par l acceptation de celles ci sans emettre un jugement reflechi et formel. la capacite a exprimer: par l acceptation de mes emotions sans emettre un jugement reflechi et formel
- que chacun peut avoir ses propres sensations et qu elles peuvent etre differentes mais pas fausses pour autant
- une ouverture. autrui peut accepter un avis different du sien sans se sentir lese ou pas entendu. des personnalites relativement saines et des futurs epicuriens, bon pour le tourisme
- L expression des ses emotions: ca m a permis de plus lacher mes propres sensations.
- J ai appris a developper une reconnaissance des gouts et des emotions, a differencier des vins et leurs compositions, a sentir des odeurs que je connaissais, mais que je n arrivais pas toujours a identifier
- il a permis de decouvrir chez autrui qu il n y a pas de regle, dans le sens ou chacun ressent des emotions differentes en fonction de ses gouts, de sa memoire, de son affect
- L apprentissage de la degustation m a permis de me concentrer sur mes sensations, de reflechir et faire appel a ma memoire, d exprimer mes emotions, de partager le plaisir du vin
- je sais mieux decrypter quelles emotions je ressens. J ai appris a m exprimer davantage sur mes emotions, en-particulier, a mes proches car j ai compris qu il ne me fallait pas tout garder en moi
- la perception des emotions s est affinee et la capacite a les exprimer a-travers les ateliers d ecriture a ete une belle decouverte de ce point de vue, a exploiter dans d autres domaines
- L optimisme: la degustation, c est la recherche du plaisir avant tout, le plaisir s exprimant dans l optimisme. le controle de soi: gerer mes emotions m est souvent difficile, car je ressens, tres et/ ou bien trop, intensement les choses
- je vis pleinement les choses. la degustation me permet de me concentrer tout en restant moi meme, tout en lachant prise. la perception de mes emotions: je peux retrouver des souvenirs et des plaisirs dans une degustation
- la capacite a exprimer mes emotions: trouver des mots justes sur ce-que je ressens c est parfois difficile; differents sujets donnes lors-des ateliers d ecriture m ont permis d exprimer librement, sans retenue, sans trop reflechir.
- une ouverture et une acceptation de mon propre ressenti. que c est le lacher prise qui me fait parfois defaut. que le vin est une veritable passion
- ce-que je retrouve comme aromes ne sera pas forcement le cas pour quelqu un d autre. la difference et la diversite des sensations eprouvees et exprimees lors-d une degustation

Nuage et réseaux







© IMAGE - Alceste Entreprise

La valeur du Khi2 indique la force du lien entre la forme et la classe

Classe n°2

Cette classe est formée de 46 unités, soit 47,42% des unités classées. dire, vie, cours, legitime, decouvert, mettre.

Mots significatifs

Présences	Khi2	Effectif
dire	8	7
vie	5	5
cours	5	4
legitime	5	4
decouvert	5	4
mettre	3	5
ouvrir	3	5
donner	2	5
parler	2	7
penser	2	5
apprendre	2	11
experience	2	5
connaissance	2	5
couleur	1	3
partage	1	3
personnes	1	3
comprendre	1	3
emotionnel	1	3
*Sexe_M	97	46
*Q_1	0	11
*Q_2	0	8
*Q_3	0	6
*Q_4	0	21
*Sexe_F	-97	0

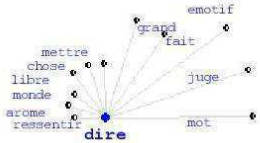
Absences	Khi2	Effectif
emotif	-7	8
plaisir	-7	0
exprimer	-6	6
gout	-5	0
propre	-5	0
accepter	-5	0
lacher	-4	0
sentir	-4	0
*Sexe_F	-97	0

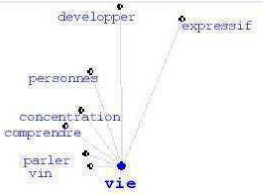
Extrait des unités en fonction des mots significatifs

- qui mieux que moi peut dire que je me suis trompe, mis a part mon cerveau qui me dit qu il a fait une erreur de jugement, grossiere
- mais j ose dire que l apprentissage de la degustation m a aide encore plus a developper tout ca. J aimerais te remercier pour tous les cours d oenologie et l apprentissage de la degustation cette annee
- lors-du dernier cours, nous avons brievement aborde le phenomene de la cinesthesie. je n en avais jamais entendu parler de ma vie. ca m a semble cool, tellement improbable, que certains humains puissent allier des mots, des visions, des sensations a des couleurs.
- il n y a aucune honte a dire que l arome qui vous inspire est celui de la banane alors que tout le monde s accorde a dire que c est celui de la poire
- il m a permis d apprendre a ouvrir mes sens a l environnement qui m entoure, a mettre des mots sur des perceptions. etant de-nature a garder pour moi ce-que je ressens, il m a permis au-contraire de partager mes sensations aux autres.
- je me suis reapproprie un monde que je segmentais par formation, par necessite. J ai decouvert que devant une dizaine de personnes toutes differentes les unes des autres, avec a chaque fois des points de vue differents, j etais moi, j existais
- aujourd hui je peux dire sereinement que si je me trouvais devant une audience plus importante, 1000 ou 10000 personnes, ni le nombre, ni l expertise, ni le grade ne changeraient mon ressenti
- bien souvent qu autrui est reactif lorsqu on aborde les sujets en partage. les autres ont des choses a dire. il arrive que ces choses dites ne correspondent pas aux attentes
- perception d autrui: par une ecoute empathique. assertivite: par l ecoute de l experience d autrui en essayant de comprendre par empathie leur ressenti. donner libre cours a un imaginaire basesur un ressenti emotionnel le plus sincere. desole, je ne souhaite pas dire n importe quoi
- L estime de soi: les connaissances obtenues m ont donne la sensation d avoir une certaine legitimite a parler du vin. le controle de soi: j ai du apprendre a me controler pour ouvrir mes sens lors-de la degustation.
- rien n est ecrit dans le grand livre! tout est accessible a tous, il suffit de se liberer de choses pesantes et pompeuses. il faut savoir dire librement, sans aucune honte, son ressenti, son emotion en toute franchise, sans ne jamais rien deguiser
- J ai aussi decouvert un grand interet pour la degustation de vins et le partage autour de ce produit. une curiosite accrue et une soif de connaissance.
- les jugements portes a-priori ne sont pas toujours legitimes. ce-qui reste est que chacun a permis de decouvrir les facettes de chacun. souvent, dans l intimite, j ai appris a reajuster mes premieres impressions. un parfum parfois suffit a reunir des gens

Nuage et réseaux







Commentaire ALCESTE par GENRE

Les résultats de l'analyse par Genre (homme, femme) montre deux ressentis différents bien marqués.

La classe 1 féminin fait ressortir les notions d'émotion et de plaisir, les mots clés sont : *émotion, plaisir, s'exprimer, accepter, réfléchir, lâcher prise.*
Dans cette analyse, nous retrouvons les même tendances liées à la pression sociétale que dans le premier test PEC par genre où les femmes surévaluent leurs compétences émotionnelles, mais aussi réévaluent en conscience leurs appréciations sur leurs capacités intra et inter personnelles. Elles semblent être très attentives ou à l'écoute de leurs ressentis émotionnels.
La classe 2 masculin fait ressortir des notions plus pragmatiques. Les deux mots mis en exergues sont *dire*, dans le sens de s'exprimer correctement avec les mots *juste* et *vie,* dans le sens où les compétences acquises serviront dans leur vie. Nous sommes donc sur des aspects techniques, professionnels, pratiques et non sur la découverte de ses émotions ; ce qui ne corrobore pas les résultats du test PEC post formation. On peut penser qu'il s'agit là d'une retenue pudique sur l'expression de leurs émotions dans les verbatim renvoyant à l'éducation genrée par Gendron (2005).
Les données recueillies via le questionnaire adressé aux participants du groupe œnotourisme ont porté sur les apports de l'apprentissage de la dégustation. Nous rendrons compte ici des principaux résultats pour chaque groupe. Nous relèverons les mots et expressions utilisés par chaque groupe et nous mettrons en avant les occurrences similaires afin de les croiser avec le traitement global du logiciel ALCESTE ainsi que le traitement par question et par genre vu précédemment.

Il y a deux niveaux d'analyse, un niveau de ressenti, via les notes données à chaque item, et le vocabulaire employé dans les réponses aux questions ouvertes.
Nous pouvons voir que les items les plus appréciés sont les 9, 5 et 6.

Soit l'item n° 9 correspondant à *l'expression de ses sensations/émotions sans jugement.(en pleine conscience)*

L'item n°5 : *la perception de vos émotions*

L'item n° 6 : *la capacité à exprimer vos émotions*.

Groupe global (3 sessions) Titre des items	Résultats scores échelle de Likert	Classement
Estime de soi	49	6
Optimisme	42	8
Contrôle de soi	46	7
Gestion du stress	40	9
Perception de mes émotions	71	2
Capacités à exprimer mes émotions	61	3
Perception des émotions d'autrui	58	5
Assertivité	59	4
Expression de mes émotions sans jugement	75	1

Il est à noter que les résultats sont identiques si l'on fait ce même tableau par genre

Groupe féminin	Résultat scores échelle de Likert	Classement
Estime de soi	45	6
Optimisme	45	6
Contrôle de soi	42	7
Gestion du stress	39	9
Perception de mes émotions	61	2
Capacités à exprimer mes émotions	54	3
Perception des émotions d'autrui	51	5
Assertivité	52	4
Expression de mes émotions sans jugement	68	1

Groupe masculin	Résultats scoreséchelles de Likert	Classement
Estime de soi	17	7
Optimisme	13	9
Contrôle de soi	19	5
Gestion du stress	15	8
Perception de mes émotions	22	2
Capacités à exprimer mes émotions	21	3
Perception des émotions d'autrui	21	4
Assertivité	18	6
Expression de mes émotions sans jugement	26	1

Soit le développement 1 de *l'expression de ses sensations /émotions en pleine conscience.*

Puis 2 *la perception de ses émotions* et enfin 3 *la capacité à exprimer ses émotions.*

Il ressort de ce comparatif que la pratique de la dégustation en pleine conscience est plébiscitée

Les termes récurrents pour chaque question sont repris ci-après :

Nous pouvons constater que les termes employés sont identiques ou semblables d'une promotion à une autre.

Promotion 2018 :

Apport de l'apprentissage : découverte de l'olfaction, approche du goût, concentration sur les sens, mettre des émotions sur mes sens, s'exprimer librement, écouter le ressenti des autres.

Découverte sur soi : capacité de concentration, compréhension des différences de perception, assertivité, écoute sans jugement, acceptation de ses ressentis, imaginaire, souvenirs.

Découverte chez les autres : partage des sensations, ouverture d'esprit, acceptation de la subjectivité, altérité, la difficulté d'exprimer ses émotions pour être compris par autrui.

Promotion 2019 :

Apport de l'apprentissage : connaissance sur le vin, reconnaître les arômes, mettre des mots sur des sensations, découverte d'un monde, liberté d'expression, ouvrir sa bibliothèque olfactive.

Découverte sur soi : la possibilité de ressentir des émotions grâce à l'olfaction, concentration en pleine conscience, l'écoute de mes sens.

Découverte chez les autres : partage des sensations, différence de ressentis d'une personne à une autre, le partage des sensations en acceptant les différences, la différence et la diversité des sensations exprimées lors d'une dégustation d'un vin.

Promotion 2020

Apport de l'apprentissage : compréhension du monde de la vigne et du vin, apprécier et profiter des arômes/odeurs, enrichissement personnel, prendre le temps d'apprécier, exprimer mon avis sans peur du ridicule, se servir de tous ses sens.

Découvert en soi : faire confiance à mes sensations, capacité à communiquer mes perceptions, confiance en moi, laisser parler mes émotions sans censure.

Découverte chez autrui : chacun a ses propres sensations avec un plaisir partagé, volonté de s'écouter, envie de partager, désir de donner son avis et de laisser s'exprimer autrui, la convivialité, le partage, l'assertivité, deviner leur état d'esprit, ouverture d'esprit.

Récapitulatif des mots ou expressions communes aux trois groupes :

Nous synthétisons par question ce qu'exprime les participants à cette formation.

Dans la première question **l'apport de l'apprentissage** : découverte des possibilités de l'olfaction, la mise en mots des sensations, la découverte d'un monde, la liberté de s'exprimer.

Dans la deuxième question, **les découvertes en soi** : la capacité de concentration, l'écoute de ses sens, la confiance et l'acceptation de ses ressentis.

Enfin dans la troisième question, **les découvertes chez autrui** : le partage de ses sensations et de celles de l'autre, l'acceptation des différences de perceptions, l'écoute d'autrui sans jugement.

Nous retrouvons des notions de subjectivité, d'acceptation et de partage des différences de perceptions qui sont vécues comme un enrichissement commun. La notion de mindfulness apparait ici au travers des notions d'écoute, de partage des sensations, et la capacité d'apprécier sans jugement.

Les résultats des données qualitatives font ressortir l'importance de l'approche en pleine conscience qui permet une meilleure écoute de soi et d'autrui. Elle permet également une expression de ses émotions sans jugement par autrui et l'accueil des émotions d'autrui également sans jugement. La conscience de notre singularité physiologique et culturelle autorise l'expression de ses ressentis.

CHAPITRE III ANALYSE REFLEXIVE

Introduction Chapitre III

Dans ce chapitre nous allons nous intéresser aux pédagogie mise en place. Nous définirons ce que nous entendons par pédagogie eudémonique. Nous reviendrons sur l'importance de la dégustation en pleine conscience et nous ferons le lien entre ces pratiques par une approche esthétique pour une vision humaniste de l'apprentissage.

III.1 De l'approche classique de l'apprentissage de la dégustation à celle eudémonique

L'analyse des résultats a montré l'importance de la nature de l'approche pédagogique pour le développement et la consolidation du capital émotionnel : d'abord le recours à la pleine conscience en dégustation, puis, dans un second temps, l'apport de la méthode esthétique. Résultats qui nous interpellent du point de vue des apprentissages et d'une réflexion sur l'avancée ou le retour vers la prise en compte du savoir pluriel, du savoir expérientiel et du savoir scientifique, une vision holiste et humaniste du savoir et de la connaissance pour tendre vers un humanisme.

III.1.1 Importance de l'approche pédagogique.

Il ressort des résultats d'analyse que l'approche pédagogique par la dégustation en pleine conscience est importante et singulière pour les participants; elle permet de trouver une autre expression scientifique de l'approche esthétique. Nous qualifierons cette pédagogie d'accompagnement de l'apprentissage de la dégustation; pédagogie « eudémonique » dans le sens où grâce à la méthode esthétique et la pleine conscience un continuum entre le travail du raisin à la vigne et le plaisir du dégustateur s'établit. Les bonnes vibrations des bonnes pratiques viticoles se retrouvent dans le verre du dégustateur. Les vignerons s'orientent, de plus en plus, vers des pratiques en biodynamie. Ces pratiques ne sont pas aujourd'hui réservées à un petit nombre de vignerons travaillant sur de petites surfaces ; elles semblent s'étendre désormais sur des vignobles de grandes surfaces et dans des vignobles de différentes régions. Est-ce là le reflet d'une question d'hommes et d'humanité bien plus que de taille ou de lieux géographiques ? Mais déjà, nous nous intéresserons à développer et rendre compte de ce qu'est la pédagogie eudémonique ?

III.1.2 La pédagogie eudémonique

L'eudémonisme, fréquemment mobilisé dans les travaux sur le bien-être et le bonheur vient qualifier les doctrines éthiques qui font du bonheur le souverain bien et le critère ultime de choix des actions humaines. La conception eudémonique du bonheur est basée sur la prémisse que les gens se sentent heureux s'ils connaissent une croissance personnelle, et, ont le sentiment d'avoir des buts et une vie qui a du sens.

Issue de la philosophie grecque, l'eudémonisme, du grec εὐδαιμονία / eudaimonía (béatitude) est une doctrine philosophique posant comme principe que le bonheur est le but de la vie humaine. Le bonheur n'est pas perçu comme opposé à la raison, il en est la finalité naturelle. La doctrine se concentre sur cette potentialité d'épanouissement que constitue la vie terrestre et consacre son effort à la réussite de cette vie, au bonheur, tant au sien qu'à celui d'autrui. Elle conçoit le bien-être en tant que but ultime de la vie humaine, et, renvoie selon Waterman (1993) à la capacité de l'individu à actualiser son potentiel dans une perspective holistique.

Cette approche renvoie à un fonctionnement individuel et social. Elle se fonde sur une confiance générale en l'être humain qui reste la clé irremplaçable de l'humanisme. Ce que l'on retrouve dans les travaux de Gendron (2015) en tant que perspective et démarche eudémonique avec son approche eudémonique de l'économie du bonheur « Je suis heureux, lorsque les autres sont aussi heureux » bousculant les fondements individualistes des modèles macro et micro-économiques standards. Pour Ryff (1989), elle est basée sur les défis personnels que rencontre l'individu dans la réalisation de son potentiel, et propose dans cette vision eudémonique un modèle à six dimensions comprenant l' acceptation de soi, des relations positives avec les autres, une croissance personnelle, un but dans la vie, le contrôle et la prise en compte de son environnement et de son autonomie.

Rapportée à une démarche pédagogique que l'on retrouve entre autres dans les travaux de Rogers et Jung, la pédagogie eudémonique participe à donner une orientation et du sens aux actions de la personne dans un monde et un environnement qu'elle partage. La pédagogie eudémonique introduit une notion de partage, de recherche d'un moment de bonheur partagé.

A la différence de l'hédonisme, qui est une recherche du plaisir immédiat et fugace, l'eudémonisme s'inscrit dans une démarche de développement personnel conscient qui

demande un effort pour acquérir un nouvel apprentissage, par exemple, l'apprentissage d'une langue ou l'apprentissage de la dégustation du vin. L'apprentissage de la dégustation réunit l'hédonisme, recherche et prise de plaisir immédiat, au développement personnel par la connaissance, la découverte, des sensations et des émotions par leur partage avec le groupe. L'identification de ses sensations, l'expression de ses émotions, la capacité à exprimer son ressenti apportent une meilleure connaissance de soi. L'écoute des ressentis, différents chez autrui, la compréhension de cette différence et l'acceptation de ces différences apportent une connaissance de l'autre dans sa complexité et son altérité.

Cette satisfaction eudémonique, en pleine conscience, résulte du fait d'être fier, en tant que personne, de notre croissance cognitive – morale – émotionnelle. Il s'agit d'une perception agréable de soi-même, dans la durée, due à l'effort et à la motivation pour atteindre nos objectifs.

L'eudémonisme est une réalisation de soi. Elle passe par une meilleure connaissance de soi et une meilleure compréhension d'autrui avec une ouverture plus large à la compréhension du monde par l'utilisation de ses sens et de la complexité du continuum nature, travail de l'homme et plaisir du partage.

Partager avec des amis une dégustation d'un vin, c'est de l'eudémonie ; partager ses sensations, écouter les émotions d'autrui, chercher à donner du plaisir à ses convives…font partie de la démarche eudémonique. La notion de partage avec le plus grand nombre, des sensations, émotions, plaisirs ressentis, permet de dépasser la seule dimension de l'hédonisme centré sur soi qui importe néanmoins et a une fonction ; celle de commencer par ressentir ses propres émotions, savoir les exprimer, pour pouvoir les partager avec l'autre. Cependant, être à l'écoute des sensations et émotions de l'autre qui peuvent être différentes, mais relever d'une même sensation de plaisir, le plaisir de l'autre, le plaisir partagé, devient ainsi notre plaisir au sens singulier comme pluriel.

Dans ce cadre, les compétences émotionnelles, tant personnelles qu'interpersonnelles, jouent un rôle de multiplicateur, « booster » pour Gendron (2004) qui nous met en joie et participe à notre bonheur (bonne heure) de l'instant présent.

A travers le partage de ces instants de bonheur, la notion de partage du plaisir, de nos émotions positives, ontologiquement fait partie de cette démarche eudémonique. L'eudémonisme va plus loin que notre propre bonheur personnel. Il vise le bonheur du plus grand nombre « *il n'y a pas d'homme plus heureux que celui qui fait le bonheur du plus grand nombre.* » (Diderot, 1713-

1784). L'acceptation de soi, de nos limites et la bienveillance avec les autres sont un chemin qui permet de développer nos compétences émotionnelles individuelles et sociales.

Comme forme de bonheur existentiel qui naît lorsque la vie, les activités et les actions menées par une personne lui apportent du sens, l'apprentissage de la dégustation, comme partage de nos sensations et de nos émotions, fait partie de ce chemin. Un tout petit bout du chemin, certes, mais « *Tout grand voyage commence par un premier pas* » (Lao Tseu). Cet apprentissage de la dégustation, abordé sous cet angle, est un voyage initiatique qui nous oblige à mieux nous connaître, à mieux connaître nos sensations, nos capacités olfactives et gustatives, à apprendre à les ressentir en pleine conscience, à les exprimer pour être compris par d'autres, à affiner l'expression de nos émotions pour être intelligible. Également, dans cette approche pédagogique, le travail sur le vocabulaire commun est un outil, qui en ateliers d'écriture par analogie avec d'autres situations, d'autres émotions va permettre d'aller au-delà du lexique classique pour apporter un « supplément d'âme », un « plus poétique », « sensible ».
L'apprentissage de la dégustation en pleine conscience est une voie, « un chemin » pour la connaissance de soi et donc de nos émotions qui nous permet une vie sociale et affective.
La pédagogie eudémonique est une pédagogie qui a pour but l'autonomie de l'apprenant. Une pédagogie qui espère que le disciple dépassera le maître. Elle est basée sur une économie mutualiste de la connaissance : « ce que je donne enrichie l'autre sans me déposséder ». Elle s'appuie sur trois piliers et une vertu que nous résumons ainsi :

- Premier pilier : la confiance en la capacité d'apprendre de l'apprenant qui renforce sa propre confiance en lui.
- Deuxième pilier : la bienveillance considérée comme une « guidance capacitante » pour atteindre par l'effort un objectif qui donne du sens à son apprentissage.
- Troisième pilier : la pratique de la pleine conscience pour exprimer ses sensations, ses émotions de façon assertive, recevoir et accepter le ressenti d'autrui sans jugement.

Une vertu au sens des philosophes grecs de l'antiquité : l'*humour* qui permet le discernement, la capacité à se moquer de soi-même pour pratiquer l'humilité.

Pour résumé il y a deux approches de la dégustation en termes d'apprentissage. Celle critériée techniciste, répondant à des objectifs précis mobilisant essentiellement la mémorisation et l'approche en pleine conscience et eudémonique. Elle est basée sur la perception et la compréhension de ses émotions et de celles d'autrui dans un partage sans jugement.

III.2 D'une démarche en Pleine conscience et esthétique de la dégustation aux émotions et vibrations vers un chemin humaniste du vivre-ensemble

III.2.1 De l'expérience de la pleine conscience à l'humanisme.

La pleine conscience de l'individu, pour réussir une dégustation, ou pour une dégustation réussie requiert un lâcher-prise de la performance pour favoriser la spontanéité, via son capital émotionnel : paramètres négligés dans les approches classiques d'apprentissage de la dégustation ou en éducation au goût. L'impact des émotions reste encore non systématiquement ni réellement mesuré dans les modèles classiques d'apprentissage de la dégustation qui se focalisent seulement sur une approche mnésique et formatée du modèle de l'expert : changer l'expression de son goût pour correspondre à celui de « l'expert ».

L'écoute de ses émotions devient le capital « essentiel » dans le sens de l'essence de l'Homme; capital émotionnel au sens de Gendron 2004 que nous pouvons spécifier et nommer « capital émotionnel gustatif» constitué des expériences olfactives et gustatives propres à chacun et fruit de nos expériences esthétiques personnelles. Aussi, « nommer » permet de « visibiliser ». Pour « Rendre visible l'invisible », il s'est agi dans notre travail d'explorer cet ensemble de compétences du capital émotionnel gustatif ; compétences jusqu'alors pas nommées comme telles, mais évoquées sous des termes de « sensibilité particulière », de « nez exceptionnel » ou encore d'« aptitudes innées ». Afin de pouvoir identifier, appréhender ce capital émotionnel gustatif, il importe désormais de l'inscrire dans les pratiques éducatives dépassant le simple apprentissage classique de la dégustation. Ces compétences dans l'apprentissage de la dégustation dépassent ce cadre dans le sens où elles développent une sensibilité humaine par la prise de conscience de notre interdépendance au monde permettant de préparer l'Être à la prise en compte de l'autre et son/l'environnement. Ici, dans cette approche, le vin, la vigne, son ancrage dans le terroir et territoire, l'histoire, l'intention et l'engagement du vigneron dans la fabrication du vin sont pris en compte pour apprécier le vin. Cette posture associée au capital émotionnel mobilisé, et ses compétences associées, importe dans la prise de conscience de cette interdépendance pour des comportements et actions-réaction *ad hoc* qui peuvent permettre de participer et d'œuvrer, par le changement de l'Homme, à celui de la société. On retrouve ces préoccupations dans les approches du care. C'est dans un cercle vertueux que doivent s'alimenter mutuellement les changements de l'homme et de la société ; un cercle vertueux qui nous autorise à penser une « évolution », tant de l'Homme que de la civilisation.

A partir de l'expérience esthétique en pleine conscience de nos capacités olfactives et de nos émotions, l'analyse des résultats de l'approche compréhensive montre que les participants à la formation à la dégustation projettent, sur l'ensemble de leur vie, la prise en compte de l'importance de mieux se connaître pour accepter ses émotions et accueillir celles des autres dans une attitude bienveillante et un enrichissement mutuel. *Le trésor de l'unité de l'Humanité (n'est-il pas dans)la diversité humaine* comme l'écrit Edgar Morin (2020).
L'expérience esthétique ici appliquée à la dégustation peut être une des clés d'entrée de la métamorphose personnelle où les buts de l'humanisme doivent se réaliser en chacun. L'approche esthétique de la dégustation permet la connaissance complexe qui relie les savoirs viticoles et vinicoles, les savoirs olfactifs et gustatifs, ainsi que les connaissances physiologiques et émotionnelles. Cette expérience archaïque, au sens d'ancien et premier, peut nous permettre de concevoir les problèmes fondamentaux et globaux. Une expérience qui peut s'avérer une porte d'entrée pour la prise de conscience de l'interdépendance de chacun dans notre diversité, mais également le premier pas de la prise de conscience de la communauté de destin terrestre. Être humaniste, ce n'est pas seulement penser que nous faisons partie de cette communauté de destin au sens de Morin,(2011) mais aussi que nous sommes tous humains tout en étant tous différents. C'est également ressentir que chacun d'entre nous est un moment éphémère, une partie minuscule de l'aventure humaine commencée avec les premiers hominidés il y a sept millions d'année.

III.2.2 De l'esthétique à l'histoire, mémoire et vibration du vin comme œuvre

L'approche par la méthode esthétique, partant de la première impression en passant par la phénoménologie de la description technique du vin, se voit enrichie par l'herméneutique qui ne s'arrête pas à des informations sur le vin et le vigneron mais va jusqu'à la rencontre du vigneron dans ses vignes et son chai. Cette pédagogie, s'appuyant sur la rencontre des vignerons, met en exergue la vibration vitale, du vin, résultat d'un travail du sol jusqu'à la mise en bouteille. La vitalité du vin ici influence la vibration vitale ; celle-ci se calcule en unités Bovis : plus le vin sera naturel plus le taux vibratoire sera élevé (voir l'expérimentation de Sablières, P.145)

Cette méthode esthétique provoque une réflexion sur la vibration vitale du producteur de vin, dynamique quantique par laquelle la matière devient énergie. Il s'agit d'une phénoménologie expérientielle qui repose sur la théorie de la mémoire de l'eau. Le vin, constitué de plus ou

moins 80 % d'eau, pourrait alors également conserver l'empreinte de la mémoire de sa transformation, du raisin à la bouteille. Comme l'écrivait Jacques Benveniste, médecin et immunologiste, chercheur à l'INSERM, dans un article sur la "mémoire de l'eau" publié dans "Nature" « *C'est comme si l'eau gardait la mémoire de la substance disparue à la façon de la cire qui garde l'empreinte de la clé qu'on y a moulée…* », le vin ne pourrait-il pas conserver et transmettre la mémoire de son histoire et les vibrations positives reçues au moment de son élaboration et les restituer lors de la dégustation ?

Les travaux sur l'eau semblent occuper et préoccuper les chercheurs depuis plusieurs siècles. Déjà début 1900, donnant lieu à la création de dispensaires marins, René Quinton qui sauva des milliers d'enfants d'une épidémie de choléra par les vertus de l'eau de mer et son successeur Alexis Carrel, prix Nobel de médecine, démontraient par leurs travaux que l'eau de mer permettait de redonner de la vitalité à un organisme fragilisé et pouvait remplacer la transfusion sanguine. Scientifiquement et cliniquement, ils démontrèrent que l'eau de mer isotonique, intervenait dans la régulation de l'homéostasie générale d'un corps en bonne santé correspondant au "milieu interne" défini par Claude Bernard. Plus tard, dans les années 1950, des scientifiques Japonais et Russes reprirent ces travaux pour lutter contre l'accumulation de l'acidité dans l'organisme et s'aperçurent que toutes les sources d'eau de cure avaient des caractéristiques particulières. Ils mirent au point l'eau de Kangen agréée depuis 1965 par le Ministère de la Santé japonais et utilisée dans les hôpitaux pour prévenir efficacement un large nombre de maladies et de favoriser un retour à la santé.

Plus récemment, les travaux de Masaru Emoto démontrent par la photographie des cristaux d'eau exposés à des pensées, que l'eau est tributaire de nos intentions. Ce que parallèlement, le biologiste Bruce Lipton, formé à la biologie cellulaire à la faculté de médecine de l'Université du Wisconsin, et reconnu pour ses recherches novatrices sur les cellules souches menées à l'Université de Stanford, propose à partir d'une biologie prenant en compte nos perceptions, opérant et soulignant les liens entre sciences et spiritualité. Avant même de s'interroger sur nos cellules, il importerait selon lui de « *s'adresser à nos pensées et à nos croyances, elles semblent plus importantes que nos gènes. Nous ne sommes pas victimes de nos gênes. Dans le nouveau paradigme, les lois de l'univers confirmées par la science, impliquent une responsabilité personnelle. La clef c'est d'apprendre à agir sur soi même* ». Cette biologie est basée sur une science récente et moderne à laquelle de nouvelles perceptions ont été ajoutées.

Si en biologie classique, où l'action d'une molécule se fait par le contact de diverses molécules entres elles, dans l'approche physique quantique de Benveniste s'intéressant aux normes qui régissent l'univers de l'infiniment petit (les quantas), une molécule est à la fois un corps (dit corpuscule) et une onde. Passant de l'atome au quantum, à cette échelle tout est information, et, ce sont la fréquence, la vibration qui déterminent la nature du réel.
La physique quantique est intéressante dans une vision du monde différente du sens commun dans le sens où elle met l'observateur au centre de ce qui devient sa réalité. Onde ou particule cela dépend de la mesure. Il ne peut y avoir deux personnes qui perçoivent l'Univers, ou même une chose particulière d'une manière absolument similaire. La physique quantique est une théorie de l'information. Pour Randsford(2017), *« la matière qu'on croit inerte est donc informée, informante, communicante. En un mot elle est intelligente.* ».

Le processus de l'olfaction ne serait donc pas seulement chimique mais également électromagnétique. Les stimuli seraient transformés en ondes électromagnétiques par les neurones au niveau de l'épithélium olfactif, afin de permettre au cerveau de les interpréter. Ainsi, selon Hornberger (2012), « *le monde est une construction de nos sensations, perceptions et mémoire. Il est pratique de le considérer comme existant en propre de manière objective. Mais il est certain qu'il ne devient pas manifeste de par sa simple existence.* ». Ce que les courants de spiritualité et de sagesse affirment depuis des millénaires : la vie est intelligente, elle développe des stratégies et évolue dans le sens d'un plus grand bien (l'homéostasie). « *La vie, sous sa forme évoluée, est une conscience qui ne demande qu'à coopérer avec nous* » affirmait le chercheur Max Plank déjà en 1931. Elle est en lien permanent avec nous et répond à nos intentions si on se tourne vers elle. « *Toute matière trouve son origine et son existence en raison de force unique. Nous devons supposer l'existence derrière cette force d'une conscience et d'un esprit intelligent. Cet esprit est la matrice de toute nature »* (Planck 1931).

Cette expérience esthétique, par une pédagogie eudémonique, fait s'épanouir le « Je » dans le « Nous » ; un épanouissement personnel dans une communauté humaine, cela pourrait être une définition de l'humanisme. Cette transformation individuelle et collective à venir sera certainement liée à une meilleure connaissance ou re-connaissance de la mécanique et physique quantiques, vieille de plus de cent ans dont « sa réalité » se confirme progressivement (confirmation de l'existence du Boson de Higgs en 2012) grâce à l'évolution des outils et aux progrès techniques. Dans l'histoire de l'évolution, toute idée nouvelle commence par être

hérétique en étant hors de la doxa jusqu'à la démonstration de sa réalité. Le défi est d'accepter de ressentir des vibrations positives ou négatives liées à nos actions, accepter de concevoir l'inconcevable, ce qui est en dehors du sens commun. « *les effets quantiques sont déstabilisant et paradoxaux parce que nous n'avons aucune intuition ni compréhension qui pourrait permettre de les décrire* » (Klein,E. 2019.)

Cette approche souligne ce que Socrate nous partageait déjà« *connais-toi, toi-même et tu connaîtras le monde* ». C'est actuellement la connaissance de soi et, si nous comprenons cet ancien axiome "La connaissance c'est le pouvoir," alors nous commençons à comprendre ce qu'est la connaissance en tant que pouvoir personnel. Cette connaissance nous amènerait selon Lipton « *de l'état de victime à celui de créateur, nous sommes très puissant pour créer et développer notre vie* ».

Si cette approche s'attache à éveiller les consciences avec plus d'acuité, que d'autres travaux plus spécifiques sur les retombées de la méditation sur la santé psychologique et physiologique corroborent et soulignent l'importance de ces liens sur notre vie et son épanouissement, c'est goutte à goutte, que la découverte comme la découverte des propriétés étonnantes de l'eau est une évolution paradigmatique qui implique d'ouvrir son esprit… Si en 2010 dans une interview à la revue Science Luc Montagnier, prix Nobel de médecine répondait : « *On me dit que certains ont reproduit avec succès les expériences de Benveniste mais ils ont peur de les publier à cause de la terreur intellectuelle de la part de ceux qui ne les comprennent pas* », le but de la recherche n'est-elle pas de s'engager hors des sentiers battus ? Ou tout au moins, dans la lignée des approches symétriques de la sociologie des sciences (Latour, 2010) ou de l'anthropologie de la connaissance, le rôle du chercheur en sciences sociales n'est pas de dire qui a raison ou tort, de trier entre ce qui relève des savoirs et ce qui relève des croyances mais bien de « *rendre compte de la diversité de l'expérience humaine du monde* » (Delbos, 1993) et des différentes rationalités en œuvre pour lui donner sens et agir sur lui. Notre travail s'inscrit dans la lignée de travaux sur les articulations, hybridation et autres incommensurabilité entre registres de savoirs différents (notamment traditionnels et scientifiques) où savoirs sensibles, ancestraux et savoirs scientifiques sont donc mis en tension. en particulier dans le domaine agricole (Jankowski, 2014)

Ainsi, notre travail de thèse sur l'apprentissage de la dégustation, au moyen d'une pédagogie eudémonique basée sur l'identification de nos émotions et de celles d'autrui, si il sort des sentiers battus, tente de servir de porte d'entrée à cet humanisme qui serait, selon Edgar Morin « *vivre poétiquement, c'est-à-dire dans l'épanouissement et la communion.* ».Le besoin de

communauté humaine répond à un besoin d'épanouissement personnel. Le partage des émotions, sans jugement, l'accueil de l'inattendu, dans les expériences que nous avons pu mener le long de cette thèse participent à ce développement de soi dans une communauté humaine : une petite goutte, telle celle du colibri, d'un apprentissage de la dégustation autrement où l'humain ancré dans/et un territoire trouve place ou retrouve sa place.

III.3 Pistes et extensions de la démarche en éducation

III.3.1 Le développement du capital émotionnel en éducation pour un nouvel humanisme.

Cette recherche avait comme objectif d'appréhender la pertinence de nos intuitions en tant que formateur vis-à-vis du développement des compétences émotionnelles induit par l'apprentissage de la dégustation s'appuyant sur le ressenti de ses émotions dans une démarche faisant appel à la méthode esthétique dans une pédagogie eudémonique.

Notre recherche et l'analyse des résultats ont montré que l'approche en pleine conscience de la dégustation, pratique innovante, permet de mobiliser et/ou développer le capital émotionnel ; ce dernier est constituer de compétences rendant compte et travaillant la sensibilité, la connaissance de soi et des autres et l'acceptation de ses limites ainsi que l'acceptation de la différence sans jugement. Au-delà de leur impact sur la réussite académique, ces compétences sont des compétences que l'on retrouve dans les compétences qualifiées de citoyennes ou participant à un savoir « vivre-ensemble » (Gendron, 2007) : « *The process of acquiring the skills to recognise and manage emotions, develop carin gand concern for others, referring to emotional competences, establish positive relationships, makere sponsible decisions, and handle challenging situations effectively, prepare citizens and also have impact on academic performance* ».

En effet, la Fondation Éducation et Développement a défini en 2008 l'éducation à la citoyenneté comme étant l'apprentissage aux compétences qui permettent d'analyser des situations qui constituent des débats de société; de connaître les institutions au niveau local, national et international; d'exercer des pratiques citoyennes (débat, argumentation, gestion des conflits); de porter un regard critique et autonome; de se positionner en fonction de connaissances, de savoir-faire et de valeurs explicites; de changer de perspective d'analyse et repérer les interdépendances et d'imaginer des possibilités d'actions et de les mettre en œuvre. « *L'éducation à la citoyenneté (...) a pour fonction première de transmettre un héritage et d'enseigner les principes éthiques et les cadres de droits (national et international) qui*

déterminent le vivre ensemble ». Mais la société, aujourd'hui plus que jamais, est confrontée à des changements rapides et à des défis qui s'inscrivent dans des systèmes complexes à l'échelle mondiale. Ces défis exigent des choix de société auxquels le citoyen doit être en mesure de participer. Or, à eux seuls, la transmission et l'enseignement ne suffisent plus : « *l'éducation à la citoyenneté doit permettre d'exercer de nouvelles compétences: entrer dans la complexité, gérer l'incertitude, se situer, imaginer des solutions nouvelles et participer à leur mise en œuvre* » (Maurer, 2008). Elles comprennent entre autres le vote, la prise de décision démocratique, la sensibilisation aux valeurs éthiques du vivre ensemble et l'apprentissage des droits et devoirs (Droits de l'Enfant / de l'Homme). Leur pratique construit un sentiment d'appartenance.

Ce capital émotionnel se révèle porteur d'humanité ou, tout du moins, d'humanisme. Le développement de la conscience et de la connaissance de soi-même (Socrate et sa devise « *Connais-toi toi-même* ») sont permis par le développement des compétences émotionnelles. La formation et l'investissement dans le capital émotionnel deviennent essentiels pour œuvrer à/pour l'Humanité, en commençant par soi-même. *« Les compétences émotionnelles réfèrent aux différences dans la manière dont les individus identifient, expriment, comprennent, utilisent et régulent leurs émotions et celles d'autrui* » (Mikolajzack, M. 2009.). Le développement de cette conscience passe par l'éducation dès le plus jeune âge, mais cette recherche révèle qu'à tout âge nous pouvons découvrir l'importance du capital émotionnel et le développer. Aux savoirs et savoir-faire des programmes éducatifs, il faut ajouter la formation au savoir-être renvoyant au capital émotionnel (Gendron 2004), pour « *être pleinement doué de conscience, pour œuvrer au développement équilibré de la personne et rendre effective et réelle l'égalité à devenir un individu acteur et doué de conscience, pouvant « percevoir sa vie comme dotée de sens* » (Gendron, 2015). *« Au niveau sociétal, il n'y a pas et il n'y aura pas de changement de société sans changement de l'Homme. C'est en développant le capital émotionnel chez l'Homme que l'on changera l'Homme, qui changera alors la société »: « Sois le changement que tu veux pour la société » de Mahatma Ghandi*. La métamorphose de la société capitaliste passera par la métamorphose de chacun.

Cette prise de conscience, à travers l'apprentissage de la dégustation dans une démarche esthétique, est un petit pas dans la reconnaissance de sa singularité et, en même temps, la reconnaissance de la singularité d'autrui, son altérité. Un petit pas, telle la goutte du petit colibri, mais « *Tout grand voyage commence par un premier pas*. »(Lao Tseu).

Dans un prolongement de nos travaux et de nos formations, nous souhaiterions partager cette expérience avec les plus jeunes par l'organisation de séances de dégustation non plus de vin, mais de jus de fruit par exemple, ou même de jus de raisin de cépages différents. Cela pourrait ressembler aux ateliers Philo du réseau SEVE (Savoir Etre et Vivre Ensemble) initié par Martine Roussel-Adam et Frédéric Lenoir. Les initiatives au niveau de l'éducation nationale se résume à une semaine du goût qui a pour objectif l'éducation au bien manger pour la santé physique. Cela pourrait être approfondi en soulignant la sensibilité de chacun et l'acceptation du goût d'autrui. Le sentir et ressentir dans tous les « sens » du terme, en revalorisant l'olfaction, pourrait permettre de s'appuyer sur nos sens pour comprendre le monde et le changer. Faire prendre conscience dès le plus jeune âge de nos capacités illimitées qui ne demandent qu'à être développées par l'éducation et une Éducation en premier au savoir être et non uniquement des savoirs et des savoirs faire : ce qui permettrait la participation à cette humanité d'esprit dans un monde matériel fini, une prise de conscience à travers cette expérience sensorielle de la diversité de l'humanité en même temps que de son unité. « *Les odeurs, avec leurs maigres contenus cognitifs mais leurs fortes tonalités émotionnelles, restent, pour les humains, le lieu le plus direct avec la matérialité des choses qui nous entourent* » (Schall, B. &*al*. 2013)

III.3.2 La démarche esthétique appliquée dans la vie de tous les jours.

La démarche de la méthode esthétique est transférable en partant de l'explication du pourquoi de la création d'une œuvre d'art vers la compréhension de la vision du monde d'autrui lié à ses croyances, son histoire, son lieu d'origine, son appartenance à telle ou telle communauté. La connaissance de l'Autre peut permettre de réduire les jugements hâtifs et la non compréhension de comportements particuliers. Ce que Edgar Morin (2011) décrit dans la voie du métissage pour une politique de civilisation et de l'humanité. La connaissance de l'Autre dans une démarche basée sur la méthode esthétique réduit le jugement trop rapide et clivant. Mise en application autour de l'apprentissage du goût (« c'est bon », « ce n'est pas bon »), elle dispose à l'écoute de l'autre (« cela me convient » ou « cela ne me convient pas »). La description technique, sans valence positive ou négative d'un produit, transférée à des comportements ou attitudes sans jugement de valeurs suivie de la recherche du pourquoi de ces comportements ou attitudes à l'aune de l'histoire de l'individu, de l'histoire de la société dans laquelle il a grandi

et son environnement de vie avec ses avantages et ses inconvénients, influent sur sa propre vision du monde. Cette recherche holistique et herméneutique permet de comprendre et/ou d'accepter la vision de l'Autre, ainsi que de comprendre notre difficulté à partager spontanément, naturellement, la vision de notre alter ego. « *Quand tu croises quelqu'un, penses que lui aussi a traversé l'enfer.* » (Ricard, 2013). Nous rejoignons l'entraînement de l'esprit chez les bouddhistes : le Lojong, l'esprit d'éveil au profit de tous les êtres. *« Le message essentiel de l'enseignement du Lojong est que si nous voulons voir un monde meilleur nous devons commencer par améliorer notre propre esprit. Selon moi la tradition Lojong représente le cœur du message de paix du Bouddha. Elle nous enseigne comment considérer les autres avec dignité et l'attention qu'ils méritent et aussi comment transcender les limites de l'égocentrisme conventionnel.* » (Sa sainteté le Dalaï Lama).

III.3.3 L'approche eudémonique de la pédagogie de la dégustation

Cette approche eudémonique de l'apprentissage de la dégustation stimule une autonomie de penser, de sentir, dans tous les sens du terme : l'olfaction est le sens majeur. Cet apprentissage invite à ressentir au lieu de réciter, « *Sapere aude !* » c'est à dire « *aie le courage de te servir de ton propre entendement* ». (Kant, E. 1784) et non pas réussir à trouver la « bonne » senteur, mettre le mot juste sur les arômes ou reconnaître tel vin de tel domaine. L'approche eudémonique, en sciences sociales, vise à amener une forme de bonheur existentiel, lequel naît lorsque la vie, les activités et les actions menées par une personne lui apportent du sens.

L'olfaction, ce sens trop souvent négligé, retrouve ces lettres de noblesse. Aujourd'hui l'aromachologie se développe : « *Désormais, des disciplines comme la sociologie, l'histoire ou la philosophie explorent une culture de l'odorat qui, jusque-là, était préemptée surtout par les marques de parfumerie. On a trop souvent pensé que l'odorat nous rapprochait de l'animal alors qui développe notre intelligence et mérite un réel apprentissage* » (Doré 2007). L'aromachologie s'attache essentiellement à la sphère psycho-émotionnelle. « *C'est la science des phénomènes liés aux odeurs, plus particulièrement l'influence de celles-ci sur le comportement* » (Canac, 2019). Même si la psychanalyse mobilise assez peu ses pouvoirs de réminiscences des souvenirs de la toute petite enfance et, comme nous l'avons vu, même in utéro, cet état de fait semble lié, entre autres, aux avatars de Freud avec son appendice nasal et son expérience malheureuse avec une de ses patientes. Freud pensait que l'olfaction nous faisait régresser dans notre animalité et que la perte de la suprématie de l'odorat chez l'Homme était un signe d'évolution positive de l'humanité.

Enfin les résultats de notre recherche sont encourageants du point de vue de l'intérêt d'appréhender l'apprentissage de la dégustation sous l'angle des compétences émotionnelles et de la pleine conscience. Que l'on boive un vin sans prétention dans un verre à moutarde, un rosé avec deux glaçons par une belle soirée d'été, un grand Minervois dans un verre tulipe ou un IGP OC entre amis, les émotions s'invitent à l'expérience et importent. Tout professionnel du vin dira que chaque vin doit être bu dans les meilleures conditions. Cependant, on peut se questionner, dans une perspective de l'approche du vin comme œuvre d'art, une œuvre d'art peut elle être appréciée dans n'importe quelle condition et avec n'importe qui ? Si l'approche technique de la dégustation, telle qu'elle est enseignée dans les écoles de sommellerie, est une façon possible d'analyser un vin par étapes (l'œil, 1^{ero}nez, 2^{èmeo}nez, en bouche et 3^{èmeo}nez), elle est une base qui ne doit pas exclure d'autres apports et approches possibles pour revisiter la dégustation et composer avec sciences et art la dégustation, approche que nous avons proposée dans notre recherche relevant de savoirs expérientiels phénoménologiques.

Conclusion Partie III

L'analyse des données quantitatives montre pour les groupes participants une évolution de leur auto-évaluation de leurs compétences émotionnelles rendant compte d'une meilleure connaissance de soi entre autres et connaissance de son capital émotionnel de manière générale. L'apport de l'intervention en œnologie apparaît positive dans cette connaissance de soi par une meilleure appréhension de ses sens qui ouvre à la compréhension du monde qui nous entoure; ce que les bouddhiste appelle la vacuité (Sunyata), c'est-à-dire la nature ultime des choses (la réalité), et ce que l'on peut retrouver dans la physique quantique notamment dans la théorie de la mémoire de l'eau et donc du vin.

L'analyse des données qualitatives montre l'importance de la démarche pédagogique eudémonique intégrant la méthode esthétique, dans sa complétude du cep de vigne au verre , dans l'approche de la dégustation en pleine conscience. La méthode esthétique permet de saisir et d'appréhender le continuum qui existe entre le terroir, le travail du vigneron, le soin apporté à la confection de la cuvée et le plaisir ressenti lors de la dégustation intégrant l'environnement dans lequel elle se réalise (lieu, ambiance affective, partage). L'analyse réflexive de cette recherche action-intervention ouvre des pistes en termes d'apprentissage revisité de la dégustation aux prismes de savoirs pluriels pour dépasser le seul apprentissage de la dégustation et tendre vers celui d'un vivre-ensemble.

Dans l'apprentissage de la dégustation, ce n'est pas le but qui est important, mais le chemin. Cette recherche nous a conforté dans notre intuition de vigneron et de formateur à la dégustation sur l'importance du continuum entre le terroir, le vin et le dégustateur. La pédagogie eudémonique appliquée, basée sur la méthode esthétique participe au développement du capital émotionnel par une meilleure connaissance de soi et une meilleure acceptation des différences d'autrui. La notion de partage, au centre de la pédagogie eudémonique mise en œuvre, est primordiale sur le chemin de l'acquisition d'une certaine compersion, (Muditâ, chez les bouddhistes) c'est-à-dire : « être heureux du bonheur (plaisir) de l'autre ». Dans le Bouddhisme le rôle de l'esprit est de nous rendre conscient. La physique quantique a pour sixième dimension, la conscience, une conscience qui nous réunirait dans le « Tout » de l'Univers. La vacuité bouddhique (Sunyata) est la vision juste de la nature ultime des choses ce qui est l'objectif de la physique quantique qui essaie de découvrir cette nature ultime des choses dans l'infiniment petit. La science rejoint l'intuition et la vision des peuples premiers dans laquelle l'Homme fait également partie du tout en interdépendance.

Il semblerait que l'énergie du vin soit corrélée au plaisir pris au moment de le boire lors de sa dégustation à l'instant présent en pleine conscience Le plaisir vient également du partage de nos sensations. Dans l'Egypte Ancienne, un même hiéroglyphe signifiait « manger et parler ». Les égyptiens nous ont laissé les premiers aliments symboliques, notamment le pain, symbole d'éternité, et le vin, symbole d'humanisation. En grec ancien, il n'existe qu'un mot pour dire « manger » et « partager ». Et les romains ont donné une dimension nouvelle à la table qui est celle du plaisir. Trois notions se combinent : le langage, le partage, le plaisir. Notions que nous retrouvons dans l'apprentissage de la dégustation.

Un chemin, lié à la physique quantique, à l'importance des vibrations de la matière, à l'énergie constitutive du vin (préservée par les soins apportés de la vigne au verre) s'ouvre à nous pour approfondir cette recherche en pleine conscience dans ce continuum des sensations au capital émotionnel.

« *Caminante no hay camino, se hace camino al andar »*

(toi qui marches, il n'existe pas de chemin, le chemin se fait en marchant.)

(Machado, A.Poème.1917).

Résumé Partie III

Nous avons vu dans cette partie III que les démarches pédagogiques, la méthode esthétique et l'approche eudémonique mises en œuvre permettaient de transcender, donner plus de sens à ce qui aurait pu être qu'une simple acquisition de connaissances et de vocabulaires spécifiques du vin dans le cadre de leur apprentissage de la dégustation. Les participants à ces formations projettent sur d'autres aspects de leur vie l'intérêt de mieux se connaître et d'accueillir l'autre et sa vision du monde avec bienveillance. La pratique et la prise en compte de la pleine conscience en séances de dégustation est appréciée. Elle permet l'expression de ses émotions dans un cadre de non jugement. Elle permet également l'acceptation et l'accueil de l'expression des ressentis d'autrui. Cette pratique fait prendre conscience à chacun des participants de son capital émotionnel dont l'utilité ne s'arrête pas à la pratique de la dégustation mais à l'ensemble de l'existence, changeant le regard sur soi, sur autrui et la communauté humaine. La pratique de la méthode esthétique permet, quant à elle d'aborder de façon holistique, l'élaboration d'un vin, du terroir au verre en passant par le vigneron et son amour du métier. Elle permet une compréhension sensible de la matière et de l'énergie constituant le produit, l'œuvre « vin » ; ce qui sera peut-être un jour démontré par la mécanique quantique. Gageons que ces prises de consciences de soi et d'autrui pourraient être une première pierre à l'émergence d'un nouvel humanisme : « *Un humanisme régénéré* » (Morin, 2020) qu'Edgar Morin appelle de ses vœux pour une métamorphose de l'ordre du monde et de l'Humanité. « *Soyez le changement que vous voulez voir pour le monde* » a écrit Mahatma Gandhi. Et de rappeler les enseignements de Montaigne « *Qui se connaît, connaît aussi les autres car chaque homme porte la forme entière de l'humaine condition* » Michel de Montaigne, *Essais.*

Conclusion Générale

La dégustation du vin classique établie par les professionnels, sommeliers, vignerons, techniciens, négociants, appelée dégustation « critériée » ou « experte » qui se veut rationnelle et objective domine encore aujourd'hui l'apprentissage de la dégustation. Son intérêt se confronte tout autant à ses limites liées aux influences potentielles plurielles et possibles autour de la dégustation, celles de la perception, celles physiques (l'environnement), cognitives (l'expertise du dégustateur), ou encore émotionnelles (rôle du système limbique dans le processus olfactif) soulignant les limites et la difficulté d'une recherche d'objectivité.

Brillat-Savarin (1826) qui envisageait la possibilité de faire l'inventaire des saveurs en soulignait déjà la tâche insurmontable et vraisemblablement vouée à l'échec. *« Le nombre des saveurs est infini, car tout corps soluble à une saveur spéciale qui ne ressemble entièrement à aucune autre. Les saveurs se modifient en outre par leur agrégation simple, double ou multiple ; de sorte qu'il est impossible d'en faire le tableau, depuis la plus attrayante jusqu'à la plus insupportable, depuis la fraise jusqu'à la coloquinte. Aussi tous ceux qui l'ont essayé ont-ils à peu près échoué. Ce résultat ne doit pas étonner, car étant donné qu'il existe des séries indéfinies de saveurs simples qui peuvent se modifier par leur adjonction réciproque en tout nombre et quantité, il faudrait une langue nouvelle pour exprimer tous ces effets et des montagnes d'in-folio pour les définir et des caractères numériques inconnus pour les étiqueter».*

Si de nos jours, la recherche scientifique a entrepris cette tâche, à savoir la description la plus élémentaire possible des éléments constituant notre perception, l'objectif à long terme étant de comprendre les mécanismes associés à la construction des préférences, la tâche est complexe. La raison spécifique à l'analyse sensorielle est que l'expérimentateur est loin de maîtriser son outil de mesure, à savoir, « l'être humain » et que la fiabilité comme préoccupation centrale de toute analyse objective scientifique, reste difficile à procurer par conditions de dégustation « toutes choses égales par ailleurs ». Pour cela, d'une approche hédonique de la dégustation et la limite de sa tentative calquée sur des approches scientifiques expérimentales, il nous est apparu intéressant de la questionner pour suggérer une approche intuitive de l'apprentissage de la dégustation par une approche eudémonique de son apprentissage, s'inscrivant dans une démarche phénoménologique et expérientielle.

D'une dégustation hédonique à l'approche eudémonique de l'apprentissage de la dégustation

La première partie de notre recherche a souligné les limites de l'approche critériée dite experte qui tente de faire correspondre la dégustation à des critères précis et reproductibles. Cette approche motivée par un intérêt économique, commercial, va définir des normes de « qualités », en conformité avec un « vin type » lié aux cépages, aux appellations, aux millésimes. Au-delà des différences de perception d'ordre culturel en terme « d'agréable ou désagréable », les différences physiologiques, de sensibilités olfactives et gustatives, les anosmies partielles liées à l'absence de certains récepteurs olfactifs, les agueusies partielles liées à l'absence de certaines papilles gustatives et/ou par la différence du nombre de papilles gustatives d'un individu à l'autre, sont autant de facteurs qui soulignent les limites de l'objectivité attendue.

D'autres influences viennent perturber la perception lors d'une dégustation, il en va de la vue dans l'impression visuelle première du gout, selon Morrot et Brochet (2012) ceci également auprès de publics avertis comparés à des néophytes.

Le système olfactif premier sens à se former sur le tronc cérébral dans la zone limbique et siège des émotions, de par sa complexité et ses particularités, et la combinatoire de ce sens, lui donne une capacité discriminatoire très importante avec une possibilité infinie de combinaisons de stimuli associés à une neuro-genèse permanente tout au long de la vie soulignant une fiabilité relative voire une variabilité des perceptions, interprétées par notre cerveau.

Cette recherche, basée sur un apprentissage intimement lié à nos sens, dévoile donc, par la prise de conscience des participants, la fragilité de nos sens tant physiologique (anosmie partielle), mais aussi culturelle puisque nous interprétons les stimuli ressentis au prisme de notre culture sociétale et personnelle, fruit de nos expériences. Cependant ce sens mal connu, oublié, parfois dénigré, est pourtant un sens primordial de notre relation au monde car en prise directe avec la zone limbique de notre cerveau, siège des émotions et de la mémoire.

Aussi, parler de ses perceptions olfactives, c'est partager ses souvenirs, ses émotions et ses plaisirs ; c'est donc dévoiler une partie de son intimité. Si la dégustation classique s'inscrit dans une approche hédonique, celle axée sur le plaisir, nous questionnons une approche autrement : une approche eudémonique de la dégustation basée sur la prise en compte de nos émotions dans une perspective humaniste, au-delà, du seul plaisir hédonique. Pour ce faire, notre recherche

action-intervention dans le cadre d'un protocole expérimental, a tenté auprès de futurs dégustateurs en formation de voir en quoi, via des tests psychométriques, une approche eudémonique de l'apprentissage de la dégustation, modifiait leur rapport à l'évaluation, ceci, par le développement ou la mobilisation de leur capital émotionnel. Également la perception de leur ressenti par rapport à l'intervention sur l'apprentissage de la dégustation via leurs récits a permis de capturer comment s'opérait, cette évolution de leur capital émotionnel, argumentée au prisme de la formation, de ses outils et de ses étapes.

Si l'apprentissage de la dégustation du vin oblige à se concentrer sur ses sens, en prises directe avec les amygdales et les hippocampes, structures limbiques, qui nous mettent en lien avec nos émotions, cela ne suffit pas à expliquer les sentiments de découverte de soi et de ses émotions propres et de celles d'autrui émergeant chez les apprenants et qu'ils expriment lors du partage. La pédagogie mise œuvre dans ce travail de recherche, tente d'apporter des éclairages sur cette meilleure connaissance de soi. Elle renvoie à une pédagogie eudémonique au sens de Gendron (2013) qui rend compte d'une approche nouvelle de l'éducation et de l'économie de manière générale, entendant ne pas se limiter à celle hédonique[6]qui vise le plaisir, les récompenses et le rendement comme moteurs premiers de l'activité humaine. Selon Gendron, (2013), « *l'approche eudémonique s'intéresse à la signification de la vie, l'essence de la nature humaine et les buts plus profonds que le seul plaisir (…).Ce courant alternatif de pensée décliné dans le champ de la pédagogie s'interroge davantage sur la vraie signification de l'être humain, qui tente de chercher plus en profondeur et de trouver les facteurs contextuels et culturels qui favorisent le bien-être, l'épanouissement, sa réalisation tout en éveillant la conscience environnementale et de la richesse et respect de la diversité ».*

Cette approche selon cette auteure, suppose la mobilisation de compétences ad hoc, celles qui relèvent des savoir-être, du sensible, des compétences émotionnelles et sociales constitutives du capital émotionnel. *« Le développement du capital émotionnel s'inscrit dans ce courant de pensée eudémonique de l'économie du bonheur et de la psychologie positive. Il renvoie au fait de vivre en concordance avec soi-même et ses valeurs, à la réalisation de son plein potentiel, son besoin d'autonomie, de compétence et d'affiliation sociale* » (Gendron, 2013).

[6] Selon Fortin (2013), l'hédonisme pédagogique renvoie « *à l'utilisation massive d'images et de films, notes de cours sur écran à recopier telles quelles, ou même en à envoyer numériquement, multiplication des exemples et des cas d'espèces particuliers sans conceptualisation, procédés narratifs accrocheurs mais simplistes. Par ailleurs, à force de chercher l'attention des étudiants, et parfois dans le but inavoué d'accéder à une sorte de vedettariat du pauvre, il arrive que l'enseignant donne plus dans le divertissement que dans l'enseignement: blagues, anecdotes personnelles, appels à l'émotion. Cette pédagogie suit le fort courant hédoniste qui traverse notre civilisation. La pédagogie hédoniste se nourrit en outre des discours à la mode sur les nouvelles technologies, selon lesquelles nous vivrions dans un monde de libre circulation de l'information, sans structure prédéfinie, sans hiérarchie, où tout ne serait que créativité et expression de soi* ».

En effet, une personne ne peut vivre seulement pour la satisfaction de ses pulsions, de ses plaisirs, ni comme un technicien sans âme; elle a besoin de valeurs socialement partagées. Le besoin permanent de reconnaissance, en est peut-être, le reflet existentiel d'une des contradictions de nos vies occidentales : fondamentalement individualistes, et désespérément à la recherche d'un rapport authentique à l'autre. Cette approche eudémonique n'est pas réservée à ce seul type d'apprentissage, se joue ici une vision de l'Homme et de la société. Quelle que soit la matière enseignée, cette pédagogie a sa place dans une perspective humaniste, à savoir : permettre à l'autre de mieux se connaître et connaître l'autre, sans jugement. Cette pédagogie permet de s'autoriser à changer pour changer le monde, non pas pour créer le meilleur des mondes, mais, un monde meilleur. « *Le trésor de l'unité de l'humanité est la diversité humaine* » (Morin, 2020). Cette pédagogie « eudémonique » pour nous, a pour but l'autonomie de l'apprenant, « *Aude sapere ! Ose penser par toi-même !* » (Kant 1790). Elle est basée sur l'économie de la connaissance, ce que je transmets enrichit l'autre sans me déposséder. Elle s'appuie sur trois piliers et une vertu. Premier pilier : la confiance en la capacité d'apprendre de l'apprenant, qui renforce sa propre confiance en lui. Deuxième pilier : la bienveillance considérée comme une guidance capacitante, pour atteindre par l'effort un objectif qui donne du sens à sa vie. Troisième pilier : la pratique de la pleine conscience pour exprimer ses sensations de façon assertive et accepter le ressenti d'autrui, sans jugement. Une vertu, au sens des philosophes grecs de l'Antiquité, tel Socrate, l'humour qui permet le discernement, la capacité à se moquer de soi-même pour pratiquer l'humilité, qualité première d'un bon dégustateur.

Si la démarche d'apprentissage critériée dite « experte » permet de faire des analyses techniques fines d'un vin, et, a toute son utilité, la démarche pédagogique eudémonique mobilisant la méthode esthétique, amène pour nous un « supplément d'âme » à la dégustation du vin ; le vin, un produit « culturel » dans tous les sens du terme, culture de la terre, histoire, culture du terroir depuis sa découverte fortuite au Néolithique jusqu'à la découverte des micro-organismes, que sont les levures par Pasteur, faisant d'une magie une science. Une démarche pédagogique renouant la science et l'art (un savoir-faire) comme deux sources de savoirs ayant valeur.

En effet, cette approche pédagogique eudémonique, et sa méthode esthétique nous font considérer le vin comme une œuvre d'art éphémère. Dans cet apprentissage, l'outil « atelier d'écriture » a permis d'enrichir les capacités des apprenants à exprimer leurs émotions dans une ambiance, de partage sans jugement et en toute convivialité, au sens de plaisir de vivre

ensemble, néologisme créé par Brillat-Savarin en 1825. La méthode esthétique a permis de faire découvrir le continuum qui existe entre les méthodes culturales viticoles les techniques de vinification, l'accompagnement minimal de la nature, l'intervention à bon escient de l'Homme pour conserver l'énergie du raisin dans le vin. Précisément, le continuum qui existe de la terre au verre, en passant par le vigneron et ses techniques viticoles et vinicoles, son terroir, sa terre, son « terr-eau ». D'ailleurs, à partir de la physique quantique et de la théorie de la mémoire de l'eau, on pourrait s'interroger sur l'énergie du vin en fonction des pratiques viticoles adoptées.
En effet, cette approche eudémonique questionne autant l'essence que le ou les sens du vin, au-delà d'une boisson, le vin est-il une œuvre ? Questionner l'œuvre d'art, du vin, ouvre un nouveau champ de questions de recherche interpellant les théories de la physique quantique, notamment celle de la mémoire de l'eau qui nous interpelle et dont nous nous essayons, dans cette prise de risques, en guise de conclusion, qu'est l'objet même de la Recherche, de nous questionner ici et de nous livrer en réflexions.

De l'essence aux sens du vin : une œuvre, une vibration ?

La dégustation, telle quelle est enseignée, celle classique, n'aborde que peu, l'essence même du vin. On ne déguste pas la cuvée « Réserve du Château » de Chamayrac (Château Mire l'étang AOC Clape) pour l'analyser mais, également, pour l'émotion qu'il transmet, son énergie, l'éveil des sens qu'il suscite, et la sensibilité qu'elle mobilise. L'analyse n'est qu'un outil, pas une finalité. On ne contemple pas un tableau de maître, pour l'équilibre des formes, l'harmonie des couleurs, mais, par et pour ce qu'il nous touche émotionnellement. Le plus difficile, lorsqu'on veut « comprendre » un vin, c'est la posture d'humilité qu'elle nécessite, telle une première découverte. Être comme le premier Homme ayant bu du jus de raisin fermenté, affranchi de tout préjugé pouvant influencer sa perception. Inconsciemment, s'il déguste un Sauvignon, « l'expert » par école va rechercher des arômes de buis, de cassis, d'agrumes par biais cognitif. Déguster sans préjugé permet de saisir l'âme du vin, d'en saisir l'essence, sans interpréter ce qu'il est supposé être. Suivant la méthode esthétique avant de l'analyser en plusieurs étapes, il faut en déguster une gorgée sans réfléchir. Ne pas intellectualiser le premier contact. Être seulement dans le ressenti, se poser la question de savoir, si ce vin nous plaît. Puis, viens l'analyse (l'œil, le 1^{ero} nez, 2$^{ème o}$ nez, les sensations en bouche…) déterminant les arômes, l'équilibre des saveurs, la matière, la longueur en bouche etc. Cela permet de déduire la complexité d'un vin et son profil. Cette analyse est techniciste, les papilles gustatives

perçoivent les saveurs et le nez les arômes. Cependant un vin se résume-t-il à ses seules dimensions ? Qu'en est-il de la vibration du vin ?

Datant des années 1920 et émanant du philosophe et scientifique autrichien et pédagogue Rudolf Steiner, fondateur de l'anthroposophie, la biodynamie soulignait que le vin a une vibration perceptible, une énergie propre qui transmettrait des informations émotionnelles. Pratiques marginales, il y a à peine quelques années, la viticulture en biodynamie et les recherches associées connaissent un développement spectaculaire. Des travaux récents ont montrés que certaines vignes ayant connu un stress gardent la mémoire de ce stress à l'instar de la mémoire de l'eau ou encore des arbres. Dans *La vie secrète des arbres* et *L'intelligence des arbres,* Peter Wohlleben prend en compte la géobiologie qui souligne les émotions et l'organisation sociale des arbres. Plus récemment, au milieu des années 80, le chercheur Sternheimer, ancien élève de Louis de Broglie, Prix Nobel, sur la théorie, associant onde et matière (toute matière vivante est associée à des ondes) s'est penché sur la nature ondulatoire des protéines. Les ondes propagées par des vibrations émettraient des sons, audibles dans le cas des instruments de musique, mais inaudibles dans celui des protéines. Pour Sternheimer, on peut interpréter et traduire en séquences musicales audibles les vibrations inaudibles émises par les protéines au moment de leur formation dans l'organisme : les protéodies[7]. Cette découverte s'appuierait sur les «ondes d'échelle». Lors du processus de synthèse des protéines, les acides aminés produiraient des notes. Une « mélodie » spécifique à chaque protéine serait ainsi émise : la « musique des protéines ». Pour cela, pour le chercheur « *il faut connaître les protéines pertinentes de la pathologie que l'on veut combattre puis l'isoler et trouver le chant de la protéine pour en stimuler ou inhiber sa synthèse*». Ces travaux « *posent qu'en transposant les ondes d'échelles liées aux vibrations des acides aminés lorsque les ribosomes les accrochent pour fabriquer la protéine, on peut alors prendre le contrôle de la séquence de la protéine fabriquée. ».*

Si chacun sait que la musique agit sur l'humeur des humains et de certains animaux ou encore sur la croissance de plantes, Sternheimer a proposé une explication de ces effets, permettant de les reproduire avec une précision moléculaire. Il fait entendre ces vibrations aux plantes

[7] La protéodie, déclinaison des mots "protéine" et "mélodie" renvoie à la théorie de Sternheimer qui postule qu'à chaque protéine, à chaque groupe d'acides aminées sont associées certaines ondes dont les fréquences peuvent être transcrites en note de musique. La protéodie utilisée pour stimuler la croissance des plantes, se décline en médecine où l'écoute de la musique d'une protéine bénéfique aux patients selon leur maladie calmerait leur système nerveux, en inhibant ou stimulant la synthèse d'une protéine. On trouve désormais plébiscité sur France Musique des évènements à la Gaité lyrique, à Paris, l'exposition « Faire corps » proposant une série d'expériences sensorielles qui utilisent notamment la protéodie et les fréquences sonores des acides aminés.

sensibles à leur environnement sonore, mais aussi aux humains qui, par une écoute attentive, peuvent en constater différents effets.

Ses recherches, depuis plus de 40 ans, ont montré que les différents niveaux d'organisation de la matière (inerte ou vivante) reliés par des « ondes d'échelles » en assurent la cohérence. Lors du processus de synthèse des protéines, les acides aminés émettent des séquences de signaux quantiques qui constituent une mélodie spécifique à chaque protéine. Les transpositions audibles de ces mélodies, peuvent influer sur le taux de synthèse de ces protéines.

S'appuyant sur ces découvertes, réunis autour d'un projet articulant ingénierie en agronomie et musique, Pedro Ferrandiz et Michel Duhamel, deux autres chercheurs en sciences appliquées en agriculture, mettent la mécanique quantique au service de la biologie. Par les vibrations de la musique, ils tentent de combattre les maladies de certaines plantes (champignons, virus, bactéries...) pour limiter l'usage des pesticides en expérimentant les propriétés de mélodies spécifiques sur les plantes, les animaux et la faune marine. Dans le domaine viticole, un autre chercheur, Michel Cometto, géobiologue, conseille de nombreux domaines en s'appuyant sur les courants telluriques des lieux, lieux de vibration et d'énergie. Philippe Viret, vigneron, souligne que son objectif « *est d'influencer le potentiel de vie, le potentiel vibratoire de la vigne pour l'améliorer* ». Cependant, la vibration énergétique du vin, ne s'agissant ni d'un arôme, ni d'une saveur, est plus difficile à appréhender, jusqu'à parfois relever du secret d'un savoir-faire caché ou à cacher, son secret de fabrication, à la dimension sacrée de l'art de l'artisan du vin et de son terroir.

Le divin du vin : du secret au sacré

L'énergie est un ressenti, un concentré de vie, perceptible lors de la dégustation. L'équilibre, la complexité, d'un vin, cette énergie résonne dans notre corps et nous amène jusqu'à l'exaltation, une « ivresse » non liée à l'alcool provoquant des perturbations dans le système nerveux et la coordination motrice, mais liée à « un état d'exaltation » de vibrations. Cette « ivresse » ne survient pas en buvant sans modération, mais en dégustant un vin « vivant » avec une intention particulière, dans un moment particulier. Cette « *ivresse* » peut être approchée et comparée à celle décrites dans les cérémonies du thé au Japon, ou celle associée par Proust à la madeleine trempée dans le thé :« *Quand d'un passé ancien, rien ne subsiste (..) seules plus frêles mais plus immatérielles, plus persistantes, l'odeur et la saveur restent encore longtemps* ».(Proust, 1913).

Selon Edgar Morin, c'est la notion d'extase *« que l'on trouve dans toutes grandes émotions esthétiques et ludiques, ce sont ces états seconds, plein d'intensité poétique qui donnent la sensation de la vraie vie »*. On peut la ressentir avec le vin, le thé, mais également l'exercice physique, la poésie, la musique, l'observation d'une œuvre… dans toutes les conditions qui peuvent nous faire vibrer. « *L'ivresse* » serait ce qui relie l'invisible, au visible, la matière à l'esprit.

Si on peut décrire « *l'ivresse »* d'un poème par une combinaison mathématique d'occurrence de mots ou par la production de dopamines dans le cerveau, elle est bien plus que ça, à l'instar de l'image de la vigne puisant l'eau avec ses racines et captant l'énergie du soleil avec ses feuilles, « *l'ivresse* » est quelque chose qui nous touche profondément et aussi universellement. « *L'ivresse* », c'est partager avec le monde, l'univers, un ressenti qui nous émeut particulièrement**.** Les émotions produites sont ce qui a fait du vin, depuis les premières civilisations néolithiques, il y a 8 000 ans de cela, une boisson noble reliée aux Dieux. Des recherches archéologiques financées par le Ministère de l'Agriculture de Géorgie datent les premières traces de vinification à ce jour de – 6000 ans avant notre ère dans le Caucase à 50 km de Tbilissi.

Du point de vue de l'énergie, Viktor Schauberger (1885-1958), scientifique autrichien et théoricien de l'eau, fut l'un des précurseurs dans le domaine de la vitalité de l'eau qu'il appelait le « sang de la terre ». Il a découvert un type de mouvement en lien avec la nature, soutenant la vie et s'exprimant dans les formes de l'écoulement de l'eau, dans les tourbillons, les vagues et les courbes sinusoïdales. Après la seconde guerre mondiale, il développa l'utilisation de mouvements en vortex, pour produire de l'énergie à partir de l'eau. Ce que l'on retrouve dans la pratique de la culture en biodynamie pour dynamiser les décoctions. Dans le domaine du vin, Serge Hennemann, expert en vin analyse ce phénomène pour les vignes du château Romanin aux Baux-de-Provence, érigées il y a une vingtaine d'années sur un "haut-lieu" connu et réputé depuis le Moyen Âge, « *pour l'observation des transformations et des transcendances liées à des courants telluriques, à la nature du sol et à des courants ascensionnels exceptionnels* ».

Ces vibrations dépassent la seule dimension de la vigne pour souligner le rôle fondamental de ces énergies dans la confection des vins jusqu'à la cave de vinification dessinée par un architecte, très sensible, à ces forces non visibles : « *Ces savoirs renvoient à des savoirs ancestraux tels les lieux et énergies mobilisées dans la construction des cathédrales, des pyramides ou autres sites spirituels où les ondes naturelles sont des énergies* » (Serge Hennemann). Cette connaissance s'appelle la géométrie sacrée. Elle est le fondement de tous les édifices sacrés (cathédrales, temples, pyramides, ...), du monde entier. Elle est au service du

vivant en accord avec soi-même et son interdépendance et sa reconnaissance et sa vulnérabilité et de l'humilité qu'engendre cette dernière. Pour Serge Hennemann, *« un bâtisseur doit connaître les formes de la nature et leurs influences sur la vie (…). Pour travailler sur le haut-lieu de Romanin, j'ai d'abord attendu l'accord intérieur entre moi-même et le site, nécessaire pour démarrer. Puis, j'ai recueilli d'anciennes mesures du château féodal local, qui se sont avérées être des tracés sacrés, des "coudées" d'exactement 0,5236 m, celles de la pyramide de Khéops, soit le nombre d'or. Nous nous en sommes servis pour bâtir le chai et mettre en résonance maximale les différentes énergies locales* ». Pour la conception du chai, il s'est basé sur la structure des ondes cosmiques et telluriques et sur l'utilisation du nombre d'or. Les cuves sont en forme d'œuf (pour recréer des conditions virginales lors de la vinification, "naissance du vin"). « *Les tracés sacrés sont des mesures spéciales ayant une influence directe sur les molécules d'hydrogène, et donc sur le vin* », assène l'architecte Serge Hennemann. Cette prise en compte de ces ondes « *permet de recréer un "vortex vital originel", ce qui influencerait la structure du vin…* » Pour Nicolas Joly, expert français en biodynamie « *les premiers fondamentaux sont les ondes : dans la vie, tout est vibration* ». Cette énergie, mesurable par photographie kirlian ou par test bioénergétique, traduit un rayonnement photonique appelé bio-photons.

On retrouve cette dimension de la vibration dans les travaux sur la mémoire de l'eau du japonais Masaru Emoto poursuivant les travaux du français Jacques Benveniste, récemment réhabilité pour le professeur Montagnier, Prix Nobel de médecine ? Ces chercheurs ont fait des expérimentations pour montrer que l'eau enregistre les messages informationnels qu'on lui transmet. La dynamisation consiste alors à transférer à l'eau des informations et des fréquences porteuses de vie ! Selon Marc Henry, la formule de l'eau ne se réduit pas à H2O car il y a 17 isotopes d'oxygène connus, dont la masse varie de 12 à 28. Trois isotopes sont stables le 16 0, 17 0 ou 18 0. Il y a donc des variances entre les neutrons, électrons et photons et le sens de rotation des électrons, l'eau ne laisse pas la même empreinte.

La physique quantique soutient scientifiquement ce que les anciens peuples ont toujours dit à propos de l'indivisibilité de la Nature, que nos corps matériels, que nos expériences mentales, émotionnelles et spirituelles, notre planète et notre univers forment un hologramme d'énergie continu. Les bio-photons communiquent instantanément avec toutes les cellules de notre corps, à la vitesse de la lumière, en suivant une vague d'énergie synchronisée dans une harmonie parfaite. D'ailleurs, pour Henry (2010), la physique quantique est une science de la communication. Les bio-photons sont importants pour la communication au niveau cellulaire ; tout comme nous utilisons le langage humain pour communiquer, les cellules communiquent

par les photons (bio-photons). Les fréquences bio-photoniques couvrent l'ensemble du spectre de la lumière, depuis l'infrarouge jusqu'à l'ultraviolet. Chaque couleur et chaque ton vibrent à une fréquence différente, stimulant des réponses spécifiques dans notre ADN. Selon Marc Henry l'ADN étant également constitué d'eau, nous sommes à 99 % constitué d'eau, et chaque bio-photon peut déclencher de multiples réactions différentes avant que son énergie ne soit dépensée. Nos cellules possèdent une conscience : elles lisent, interprètent, traitent et agissent sur les informations transmises par les bio-photons. Selon Marc Henry dans la physique quantique, il y a six dimensions, les trois dimensions classiques : Abscisse/Coordonnée – Haut/Bas permettant la situation dans l'espace, décrite par Descartes au XVIII$^{ème°}$ siècle ; à partir du XX$^{ème°}$ siècle, se rajoute grâce à Einstein, le Temps dans la théorie de la relativité générale (1925), puis, une 5ème dimension, l'échelle : Petit/Grand ; et enfin, la dimension de la conscience, réel/virtuel. La sixième dimension : Particule/Onde « *l'une des découvertes les plus étonnantes que les physiciens aient annoncées dans ces dernières années, c'est que la matière n'existe pas.* » (Poincaré, H.1902) ; dimension duale Onde/Particule ou corpuscule, que l'on retrouvera chez Albert Einstein, dans la suite des travaux du physicien Christiaan Huygens du XVIIème siècle, dans un article de mars 1905 sous le titre "*Sur un point de vue heuristique concernant la production et la transformation de la lumière*" portant sur la théorie des quanta de lumière, précisément des effets électromagnétiques ; article qui lui vaudra son Prix Nobel décerné en 1921 et dont les travaux aboutiront à des avancées technologiques (telles que les lasers, les panneaux solaires, les caméras numériques…). Ce sera le fondement de la physique quantique.

En physique quantique, tout est énergie et l'énergie, une vibration. Aussi, peut-on calculer l'énergie qui compose un vin ? Un scientifique, Olivier Salières, polytechnicien, a mis au point un outil informatique se servant d'un algorithme permettant de faire une photographie des molécules vivantes dans le vin et de tirer des conclusions sur l'énergie de ce vin. Cet appareil génère un courant électromagnétique qui crée un stimulus capable de capter un certain nombre de particules. Tout étant énergie, en décomposant les particularités de ces particules, en photons, électrons et ions, il en extrait des informations en termes d'énergie. Le protocole mis en place concerne l'analyse de 300 vins à l'aveugle. Les premiers résultats font ressortir des corrélations positives par rapport à des vins, réputés par ailleurs, également avec des modes de production spécifiques, notamment des cultures conduites en biodynamie ou des terroirs connus historiquement pour leur excellence.

Au regard, de tout ce foisonnement scientifique, rassemblant une pluralité de sciences autour d'un même objet d'étude qui nous a interpelé et nous interpelle, l' approche eudémonique de la

pédagogie, que nous avons voulu mettre en œuvre, dans notre recherche-action-formation, s'inscrit dans cette mouvance d'une perspective holiste et multi-référentiel et disciplinaire de la recherche. Cette approche scientifique, nous semble pertinente et intéressante, par la vision scientifique de ce continuum que la démarche esthétique autorise et ouvre : « du sol au verre », « du terr/eau au vin »…, et que notre intuition de dégustateur a tenté de suggérer et rendre compte dans ce travail de recherche.

Apprentissage eudémonique : de « *l'appren-tissage* » à « *l'apprentis-sage* »

Le vin, une œuvre, une rencontre, un « rendez-vous », pour se laisser se surprendre, Être dans l'instant présent, Être en pleine conscience, Être dans l'écoute, de soi et des autres et du monde: « *un lâcher-prise pour être aux prises de la vibration de l'œuvre, pour que cet apprentissage eudémonique soit aussi appren-tissage, sa connexion au reste du monde, pour un apprentis-sage, dans le respect de l'œuvre et de la pluralité des acteurs de sa création* » (Gendron, 2021). Poussières d'étoiles nous sommes, énergie unique dans un univers d'énergie, l'ultime réalité des choses est-elle onde ou corpuscule ? Nous devons dépasser l'hédonisme pour faire partie d'un monde eudémonique car « *Apprendre c'est naviguer sur un océan d'incertitudes au travers de quelques archipels de certitudes* » (Morin, 1999) et il en va également de l'approche pédagogique des savoirs pour retrouver l'essence et le sens de l'«appren-tissage/apprentis-sage » via une pédagogie eudémonique participant à re-connecter l'Univers, les savoirs et les Hommes entre eux (Gendron, 2020).

« *Le trésor de l'unité de l'humanité est la diversité humaine* »
(Morin,2020).

Bibliographie.

Albert, J.P. (1990). *Odeurs de sainteté : La mythologie chrétienne des aromates*. Paris : Editions de l'école des hautes études en sciences sociales.

Ameisen, JC. (2014). *Sur les épaules de Darwin : les battements du temps.* Paris :Babel

André, C. (2009). *Imparfaits, libres et heureux. Pratique de l'estime de soi.* Paris : Odile Jacob.

André, C.et Lelord, F (2003). *La force des émotions.* Paris : Odile Jacob.

Anzieu, D. *Le corps de l'œuvre*, Gallimard, 1981.

Aristote**,** *De l'âme*, Traduction nouvelle et notes par J. Tricot, Paris, Vrin, 1988 (1934).

Aristote, de la sensation.*in : petits traités d'histoire naturelle*. Trad.2004 de P.-M. Morel. Garnier-Flammarion.

Austin de Crose. (1928). *La psychologie de la table*. Paris : au Sans Pareil.

Aumont,R. (2017). *Les papilles du chimiste*. Paris : Dunod

Bar-on, R. (1988*). Le développement d'un concept de bien être psychologique*. Thèse de doctorat, Université de Rhodes, Afrique du sud.

Bergson, H. (1888). *Essais sur les données immédiates de la conscience*. Collection Quadrige : PUF 1997.

Berridge, K.C. (2010). *Pleasures of the brain*. Oxford University Press.

Bonnet, J. (1990). *L'homme et le parfum, histoire des mœurs*. Paris : Gallimard, la pleiade, Tome I.

Bouveresse, R. *L'expérience esthétique*, A. Colin, 1998.

Brasseur, S., Grégoire, J., Bourdu, R. &Mikolajczak, M. (2013). *The Profile of Emotional Competence (PEC): Development and validation of a measure that fits dimensions of Emotional Competence theory.* PLoS ONE, 8(5): e62635.

Brillat-Savarin, A. (1825). *Physiologie du goût* (1982). Paris : Flammarion.

Brochet, F. (2001). *La dégustation : étude des représentations des objets chimiques dans le champ de la conscience*. Paris : Académie Amorin.

Chauvet, J. (2008). *L'esthétique du vin*. Paris : Edition de L'Epure.

Chiva, M. (1985). *Le doux et l'amer*, Paris, PUF, coll. « Croissance de l'enfant genèse de l'Homme ».

Corbin, A. (1986). *Le miasme et la jonquille. L'odorat et l'imaginaire social, XVIII°-XX° siècles.* Paris : Flammarion, Coll. Champs.

Csillik, A., Tafticht, N. (2012), *Les effets de la mindfulness et des interventions psychologiquesbasées sur la pleine conscience*. Pratiques psychologiques.

Csikszentmihalyi, M. (2004). *Vivre : la psychologie du bonheur*, Paris, Robert Laffont.

Cyrulnick, B.(1989). *Sous le signe du lien, une histoire naturelle de l'attachement*. Paris : Hachette.

Cyrulnick, B. (1993). *Les nourritures affectives*, Paris : Odile Jacob.

Damasio, A. (2017). *L'ordre étrange des choses*, Paris : Odile Jacob.

Damasio, A. (1995). *L'erreur de Descartes*. *La raison des émotions*. Paris : Odile Jacob.

Damasio, A. (2003), *Spinoza avait raison*, Paris : Odile Jacob.

Devereux, G.(1980). *De l'angoisse à la méthode dans les sciences du comportement*. Paris : Flammarion.

Darwin, C. (1859). *The origin of species.London.* John Murray. Albemalestreet.

Darwin, C., (1872/1981). *L'expression des émotions chez l'homme et les animaux*, Bruxelles, Complexe.

De Wall, F. (2018). *La dernière étreinte. Le monde fabuleux des émotions animales… et ce qu'il révèle de nous.* Paris : Les Liens qui Libèrent.

Diener&al, (1985). *The satisfaction withscale*. Journal of PersonalityAssessment.

Descartes, R. *Principes de la philosophie*, Vrin, 2009.

Despret, V. (1999). *Ces émotions qui nous fabriquent. Ethnopsychologie de l'authenticité*. Paris : Seuil.

Doré, J. (2021). *Le grand livre des parfums : pour une culture olfactive*. Paris. Nez édition

Doty, RL. (2017). *Dysfonctionnement olfactif dans les maladies neurodégénératives : existe-t-il un substrat pathologique commun ?*Lancet Neurologie.

Doty, RL. (2003). *Handbook of olfaction and gustation.* Ed. Richard L. Doty

Ekman, P. & Friesen, W.V. (1978). *The facial action coding system : A technique for the Measurement of Facial Movement.*Palo Alto : Consulting PsychologicPress.

Ekman, P. (2011). *Je sais que vous mentez.* Paris : J'ai lu.

Erasme, D. (1511). *Eloge de la folie*. Strasbourg : Mathias Schurer.

Emoto,M.(2004). *les messages cachées de l'eau*. Paris : Guy Trédaniel éditeur.

Escudier, JL.(2017). *De l'œnologie à la viticulture.* Edition QUAE centre INRA

Faivre, H. (2001). *Odorat et humanité en crise à l'heure du déodorant parfumé. Pour une reconnaissance de l'intelligence du sentir*. Paris : L'Harmattan.

Fischler, C. (1993). *L'homnivore, le goût, la cuisine, et le corps*, Paris : Odile Jacob.

Fischler, C. (1994). *Manger magique*. Paris : Autrement. Collection mutation mangeur.

Fridja, N.H. (1986). *The Emotions*. Cambridge University. Editions de la maison des sciences de l'Homme.

Gardner,H. (1993). *Les formes de l'intelligence.* Paris : Odile Jacob.

Gardner,h.(2004). *Les intelligences multiples.* Paris : Retz.

Garrier, G. (1995). *Histoire sociale et culturelle du vin*. Paris : Larousse

Gendron, B. (2015). *Capital émotionnel et positif et Mindful management*. Bruxelles : de Boeck.

Gendron, B. (2007). *Emotional Capital: A Crucial Capital for a Citizenship Society with Personal, Social and Economic Returns, in Ross*, A. Ed Citizenship Education in Society. London: CiCe, pp 401-416.

Gendron, B & Lacouture, L. (2009*). Leadership et compétences émotionnelles dans l'accompagnement au changement.* Québec : Presse Université du Québec.

Gendron, B. (2013). *Des Emotions au Capital Emotionnel : Des notions aux pratiques*, Communication présentée au séminaire Inter'Elles 7 mars, Paris, France

Goleman, D (2014). *L'intelligence émotionnelle*. Paris : J'ai lu.

Gueguen, C. (2015). *Pour une enfance heureuse* (2018). Paris : Pocket.

Haumont, R. (2017). *Les papilles du chimiste*. Paris : Dunod.

Henry, M. (2016). *L'eau et la physique quantique*. *Vers une révolution de la médecine*. Paris : Dangles.

Henry, M. (2020). *L'eau morphogénique*. *Les 7 cadres de pensée pour comprendre*. Paris : Dangles.

Holley,A. (1999). *Eloge de l'odorat* (1999). Paris : Odile Jacob.

Howell, C. (2008). *Méthode statistique en sciences humaines*. Louvain-la-Neuve : De Boeck.

Hugon, M-A, Seibel, C. (1990). *Recherches impliquées. Recherche action: le cas de l'éducation*. In: *Revue française de pédagogie*, volume 92, 1990. pp. 113-114.

Jacquet,C. (2010). *Philosophie de l'odorat*. Paris : PUF.

Janoff-Bulman.R. (2010). *Shattered Assumptions-Toward a new psychology of Trauma.*(1992). New york. The free press.

Kabat-Zinn, J., (2009). *Au cœur de la tourmente, la pleine conscience. MBSR, la réduction du stress basée sur la mindfulness*: programme complet en 8 semaines, Bruxelles, De Boeck.

Lafortune, L., & Saint-Pierre, L. (1996). *L'affectivité et la métacognition dans la classe. Montréal*:Editions Logiques.

Laguardia, J. G., & Ryan, R. M. (2000). *Buts personnels, besoins psychologiques fondamentaux et bien-être : théorie de l'autodétermination et applications.* Revue québécoise de psychologie, 21(2), 281–304.

LeDoux, JE. (1992). *Le cerveau des émotions. (2005) Paris : Odile Jacob.*

Le Guerer, A. (2013). *Les pouvoirs de l'odeur* (2018). Paris : Odile Jacob.

Le Guerer, A. (1996). *Le nez d'Emma. Histoire de l'odorat dans la psychanalyse*, in *revue internationale de psychopathologie*. *Passion des odeurs* n° 22, p.339-385.

Lelièvre, M. et al (2009). *De la première gorgée de bière au concept : le même processus pour tous.* Thèse de doctorat. Université de Bourgogne.

Lenoir, F. (2009). *Socrate, Jésus, Bouddha, trois maîtres de vie.* Paris : Fayard.

Lenoir, F. (1999). *Le Bouddhisme en France*. Paris : Fayard.

Lenoir, F. (2017). *Le miracle Spinoza*. Paris : Fayard.

Lévi-Strauss, C. (1964). *Mythologiques*, vol. 1. *Le cru et le cuit*, Paris, Plon, coll. « Lévi-Strauss ».

Lévi Strauss, C. (1958). *L'anthropologie structurale*, Paris : Plon

Luminet, O. (2002). *Psychologie des émotions* .Paris : de Boeck.

Luminet, O. Taylor, G.J, Bagby, R. M. (2003). *La mesure de l'alexithymie*. In M.Corcos,& M. Spéranza (Eds). *Psychopathologie de l'alexithimie.* (pp. 183-204). Paris : Dunod.

Manjit, K. (2012). *Le grand roman de la physique quantique*. Paris : Flammarion.

Merleau-Ponty, M. (1945). *Phénoménologie de la perception*, Paris : Gallimard, 1945.

Merleau-Ponty, M. *Le visible et l'invisible*, Tel Gallimard, 1979.

Mikolajzack, M & *al*. (2014). *Les compétences émotionnelles* (2016). Paris : Dunod.

Mikolajzack, M. (2009a). *Les émotions*. In mikolajzack, M(ed). *Les compétences émotionnelles.* Paris : Dunod.

Mikolajzack, M. (2009b). *Les compétences émotionnelles : historique et conceptualisation*. In M.Mikolajzack, M(ed). *Les compétences émotionnelles*. Paris ; Dunod.

Morin, E. (2000). *Les sept savoirs nécessaires à l'éducation du futur*. Unesco-Seuil.

Morin, E. (2020). *Changeons de voie*. Paris : Denoel.

Morin,E. (2011). *La Voie*. Paris : Fayard.

Morrot, G. Brochet, F et Dubourdieu,D. (2001). *Goût et Amour du Vin, comment séduire le consommateur ? (2012)*. Actes du colloque de l'université de la vigne et du vin, pour l'expérience de 1999

Moukheiber, A. (2019). *Votre cerveau vous joue des tours.* Paris : Allary éditions.

NEZ, (collectif), (2018). *Le grand livre du parfum. Pour une culture olfactive*. Paris : NEZ culture.

Nietzsche, F. (1888). *Volonté de puissance*, t. 1, Tel Gallimard, 1995.

Onfray, M. (1989). *Le ventre des philosophes*. Paris : Grasset.

Petrides K.V., Furnham. (2003), *in* Mikolajczak, M. (2006), *the moderatingeffect of emotional intelligence on the psychological and neuroendocrine reponse to tress*, Thèse de doctorat non publiée, UCL, Belgique.

Peynaud, É. (1984). *Connaissance et travail du vin*. Paris : Dunod, coll. « Pratiques vitivinicoles ».

Popper, K. (1985). *Conjectures et réfutations*. Paris : Payot.

Pouivet, R. (2010). *L'ontologie de l'œuvre d'art*. Librairie philosophique j.Vrin.

Proust, M. (1913). *Du coté de chez Swann*. Paris : Flammarion.

Puisais, J. (1995). *Le goût et l'enfant*. Paris : Flammarion.

Randsford E. (2017). *L'homme quantique*. Paris : Guy Tedariel.

Reeve,J. (2012). *Psychologie de la motivation et des émotions*. Paris : de Boeck.

Ricard, M. (2003). *Plaidoyer pour le bonheur*. Nil.

Ricard, M. (2013). *Plaidoyer pour l'altruisme*. Paris : Nil.

Robson, C. (2011). *Real word research*. Library thing.

Rosenberg, M.B. (1999). *Les mots sont des fenêtres*. La Découverte et Syros.

Ryan, R. M. et Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory. Basic psychological needs in motivation, development and wellness.*New York, NY : GuilfordPress.

Saliba, A. et *al.* (2015). *Influence de la personnalité sur les préférences gustatives et la choix du vin.* La revue des œnologues n° 154 Janvier 2015.

Sander et Sherer.(2009). *Traité de psychologie des émotions*. Paris : Dunod.

Schaal, B & *al*. (2013). *Odeurs et émotions, le nez a ses raisons*…. Dijon : EUD.

Schaal,B. (textes réunis par). (1997). *L'odorat chez l'enfant : perspectives croisées*. Numéro spécial de la revue *Enfance,* PUF.

Soussignan, R. et Schaal, B. *Les systèmes émotionnels chez le nouveau-né humain : invariance et malléabilité des réponses aux odeurs,* Enfance 2001/3, Volume 53, p. 236-246.

Spinoza, B. *l'Ethique* (1675) in Lenoir, F (2017) *Le miracle Spinoza*. Paris :Fayard.

Steiner, J.E. (2001) *Comparative expression of hédonicimpact : affective reaction to taste by human infants and other primates*. Neuroscience and BiobehavioralRewiews 53-74

Süskind, P. (1986). *Le parfum : Histoire d'un meurtrier*. Paris : Fayard.
Talon-Hugon, C. (2004). *L'esthétique*, Que sais-je ? PUF.

Teil, G. (2001). « *La production du jugement esthétique sur les vins par la critique vinicole* », *Revue de sociologie du travail*, vol. 43, n° 1, pp. 67-89.

Teil,G. (2004), *De la coupe aux lèvres — pratiques de la perception et mise en marché de vins de qualité*, Toulouse, Octarès.

Teil, G. (2005). « *Les vins de qualité ou l'inlassable arbitrage des compétences à juger* », *in* Montaigne, Étienne *& al.* (dir.). *Bacchus 2006. Enjeux, stratégies et pratiques dans la filière vitivinicole*, Paris, Dunod/La Vigne, pp. 75-100.

Teil,G. (2007). « *Le goût contre la sociologie : un siècle d'histoire du marché du vin* », *in* Assouly, Olivier (dir.), *Goûts à vendre : Essais sur la captation esthétique*, Paris, Éditions du Regard/Institut français de la mode, pp. 169-183.

Thorndike, E. (1904). *Introduction to the théory of mental measurement*. New York : Science Press.
Waterman, AS. (1993) *Deux conceptions du bonheur : contrastes d'expressivité personnelle (Eudaimonia) et de plaisir hédonique*. Journal de la personnalité et de la psychologie sociale, 64, 678-691.
Westen, D. (1999). *Psychologie : Pensée, cerveau et culture*. Louvain-la-Neuve. De Boeck.
Winnicott, D.W. *La créativité et ses origines*, dans *Jeu et réalité*, NRF, Gallimard, 1975.
Winnicott, D.W. *Vivre créativement*, dans *Conversations ordinaires*, NRF, Gallimard, 1988.
Winnicott, D.W. *Conversations ordinaires*, NRF, Gallimard, 1988.
Wohlleben, P. (2017). *La vie secrète des arbres*. Paris : Les Arènes.
Zerillo, S. & Paturet, J.B. *Penser la créativité autour de Winnicott*, dans *Penser l'éducation,* n° *20*, décembre 2006.
ZERILLO, S. *De l'illusion à la culture ou le regard de Winnicott sur la créativité*, dans *Revue du CERFEE*, n° *32*, décembre 2012 Winnicott, D.W. *Conversations ordinaires*, NRF, Gallimard, 1988.
Mazard, B. (2018).*Evaluation croisée des compétences émotionnelles et de l'apprentissage de la dégustation,* communication, Université d'été de l'ADMEE-EUROPE, 29 Juin, Université de Toulouse.

Page Internet

Chebat, J.C et Michon, R.(2003) https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0148296301002478

Cometto, M. https://www.larvf.com/ profession-geobiologue. 13182.4267026.asp.

Hennemann, S. https://www.larvf.com/,etrange-les-sorciers-de-la-planete-vin,13182,4267002.asp

Henry, M. (13/04/2018). *Eau et électromagnétisme.* https.www.les peidsalaterre.org

Gendron B. (2020), « Science en conscience, vers une écologie et économie de la bienvivance: un essai réflexif », *Recherches & éducations*, https://doi.org/10.4000/rechercheseducations.10618

:Laguardia, J. G., & Ryan, R. M. (2000).

Buts personnels, besoins psychologiques fondamentaux et bien-être : théorie de l'autodétermination et applications. Revue québécoise de psychologie, 21(2), 281–304.

Mikolajzack, M. (2006). Le TEIQue, le meilleur outil pour évaluer l'intelligence émotionnelle de vos candidats. Retrieved March, 4, 2008,Fromhttps://www.teique.be/.

Olds, J. & Milner, P. (1954). *Renforcement positif produit par la stimulation électrique de la zone septale et d'autres régions du cerveau du rat.*Revue de psychologie comparée et physiologique.déc. 1954;47(6):419-27. Doi : 10.1037/h0058775.

Teil, G. (1998). « *Devenir expert aromaticien : Y a-t-il une place pour le goût dans les goûts alimentaires ? »*, *Revue de sociologie du travail, vol.* 40, n° 4, pp. 503-522. DOI : 10.3406/sotra.1998.1321

Waterman, A. S. (1993). Two conceptions of happiness: Contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment. Journal of personality and social psychology, 64(4), 678. http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.64.4.678

Watson, D. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales.Department of Psychology, Southern Methodist University, Dallas, Texas 75275. PMID: **3397865**DOI: 10.1037//0022-3514.54.6.1063

Webinaire « *que savons nous des composants du goût et de l'arôme des vins ? de la théorie à la pratique ».* Chaire Denis Dubourdieu. Infovin.net/POG/vitisphere-webinaire-chaire/index.html

ANNEXES

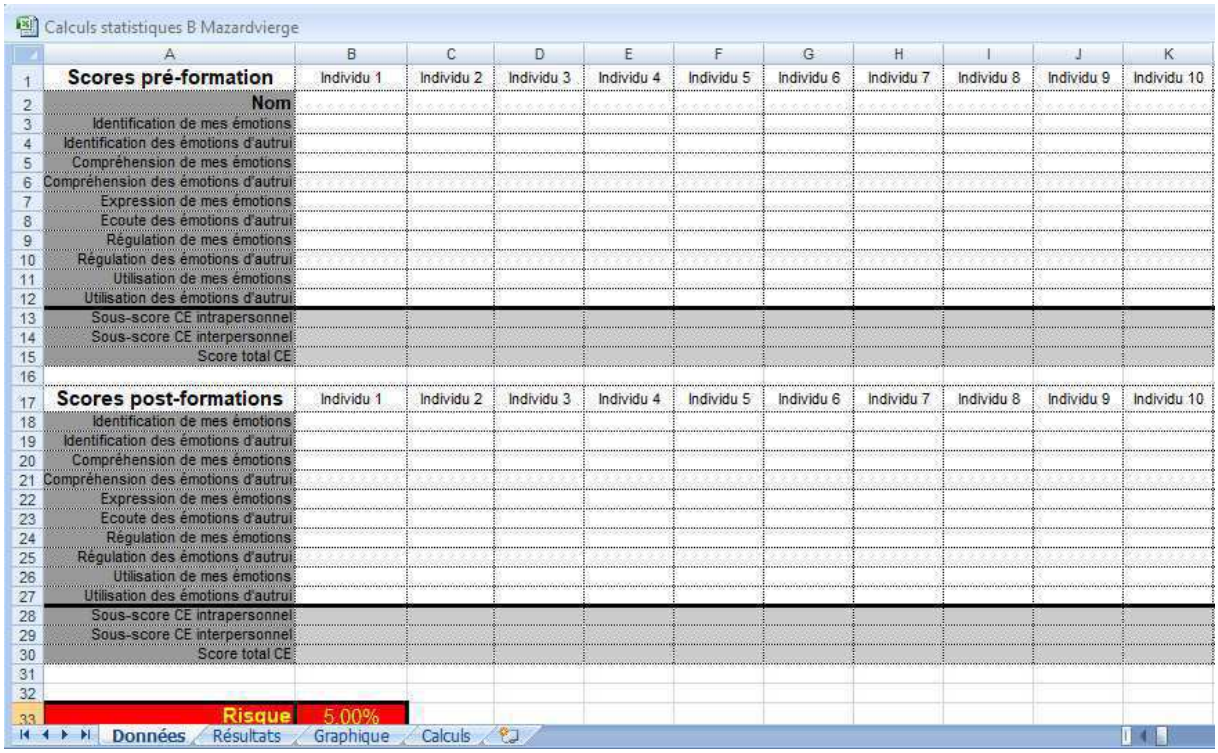
1- TEST PEC PROFIL OF EMOTIONAL COMPETENCES

	A	B	C	D	E	F
1	Merci pour le temps que vous consacrez à ce questionnaire et pour l'intérêt que vous y portez. Les questions ci-dessous ont pour but de mieux comprendre comment vous vivez avec vos émotions. Répondez spontanément à chacune des questions en tenant compte de la manière dont vous réagissez en général. Il n'y a ni bonnes, ni mauvaises réponses car nous sommes tous différents à ce niveau. **Pour chacune des questions, vous devrez vous positionner sur une échelle de 1 à 5. 1 signifie que la phrase écrite ne vous correspond pas du tout ou que vous ne réagissez jamais de cette façon, au contraire 5 signifie que vous**					
2		**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
3	1.Mes émotions apparaissent sans que je comprenne d'où elles viennent					
4	2. Je ne comprends pas toujours pourquoi je réagis comme je réagis.					
5	3. Si je le voulais, je pourrais facilement jouer sur les émotions des autres pour obtenir ce que je veux.					
6	4. Je sais quoi faire pour rallier les gens à ma cause.					
7	5. Je n'arrive pas à m'expliquer les réactions émotionnelles des gens					
8	6. Quand je me sens bien, j'arrive facilement à savoir si c'est parce que je suis content, fier de moi ou détendu.					
9	7. Je sais lorsqu'une personne est en colère, triste, ou joyeuse même si elle ne m'en parle pas.					
10	8. J'arrive facilement à trouver les mots pour décrire ce que je ressens.					
11	9. Je ne me base jamais sur mes émotions pour orienter ma vie.					
12	10. Quand je me sens mal, je fais facilement le lien avec une situation qui m'a touché(e).					
13	11. Je peux facilement obtenir ce que je désire des autres.					
14	12. Je retrouve facilement mon calme après avoir vécu un événement difficile.					
15	13. Je peux facilement expliquer les réactions émotionnelles de mes proches.					
16	14. La plupart du temps, il m'est facile de comprendre pourquoi les gens ressentent ce qu'ils ressentent.					
17	15. Quand je suis triste il m'est facile de me remettre de bonne humeur.					
18	16. Quand quelque chose me touche, je sais immédiatement ce que je ressens.					
19	17. Si quelque chose me déplaît j'arrive à le dire calmement.					
20	18. Je ne comprends pas pourquoi mes proches réagissent comme ils réagissent.					
21	19. Quand je vois quelqu'un qui est stressé ou anxieux, il m'est facile de le calmer.					
22	20. Lors d'une dispute, je n'arrive pas à savoir si je suis triste ou en colère.					
25	23. Les autres viennent facilement me parler de leurs problèmes personnels.					
26	24. Mes émotions m'informent des changements à effectuer dans ma vie.					
27	25. C'est difficile pour moi d'expliquer aux autres ce que je ressens même si je le veux.					
28	26. Je ne comprends pas toujours pourquoi je suis stressé(e).					
29	27. Si quelqu'un venait me voir en pleurs, je ne saurais pas quoi faire					
30	28. J'éprouve de la difficulté à écouter les gens qui se plaignent.					
31	29. Je n'adopte pas la bonne attitude avec les gens parce que je n'ai pas perçu dans quel état émotionnel ils sont.					
32	30. J'arrive facilement à savoir ce que les autres ressentent.					
33	31. J'essaie d'éviter que les gens ne me parlent de leurs problèmes.					
34	32. Je sais comment faire quand je veux motiver les gens.					
35	33. Je suis doué(e) pour remonter le moral des gens.					
36	34. J'ai du mal à faire le lien entre les réactions d'une personne et ce qu'elle a vécu.					
37	35. Je suis habituellement capable d'influencer la manière dont les autres se sentent.					
38	36. Si je le voulais, il serait facile pour moi de pousser quelqu'un à se sentir mal.					
39	37. Je trouve difficile de gérer mes émotions.					
40	38. Mes proches me disent que je n'exprime pas assez ce que je ressens.					
41	39. Quand je suis en colère, je peux facilement me calmer.					
42	40. Je suis surpris(e) par la réaction de certaines personnes parce que je n'avais pas perçu qu'elles étaient déjà de mauvais humeur.					
43	41. Mes émotions m'informent de ce qui est important pour moi.					
44	42. Les autres n'acceptent pas la manière dont j'exprime mes émotions.					
45	43. Souvent, quand je suis triste, je ne sais pas pourquoi.					
46	44. Il m'arrive souvent de ne pas savoir dans quel état émotionnel se trouvent les personnes autour de moi.					
47	45. Les autres me disent que je suis un bon confident.					
48	46. Je suis mal à l'aise quand les autres me racontent quelque chose de difficile pour eux.					
49	47. Lorsque je fais face à quelqu'un en colère, je peux facilement le calmer.					
50	48. Je suis conscient de mes émotions au moment où je les éprouve.					
51	49. Quand je me sens mal, il m'est difficile de savoir quelle émotion je ressens exactement.					
52	50. Lorsque je suis confronté(e) à une situation stressante, je fais en sorte d'y penser de manière à ce que cela m'aide à rester calme.					

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M
1	SCORE DE LA PERSONNE							SCORING					
2	1	0	0	0	0	0		1	5	4	3	2	1
3	2	0	0	0	0	0		2	5	4	3	2	1
4	3	0	0	0	0	0		3	1	2	3	4	5
5	4	0	0	0	0	0		4	1	2	3	4	5
6	5	0	0	0	0	0		5	5	4	3	2	1
7	6	0	0	0	0	0		6	1	2	3	4	5
8	7	0	0	0	0	0		7	1	2	3	4	5
9	8	0	0	0	0	0		8	1	2	3	4	5
10	9	0	0	0	0	0		9	5	4	3	2	1
11	10	0	0	0	0	0		10	1	2	3	4	5
12	11	0	0	0	0	0		11	1	2	3	4	5
13	12	0	0	0	0	0		12	1	2	3	4	5
14	13	0	0	0	0	0		13	1	2	3	4	5
15	14	0	0	0	0	0		14	1	2	3	4	5
16	15	0	0	0	0	0		15	1	2	3	4	5
17	16	0	0	0	0	0		16	1	2	3	4	5
18	17	0	0	0	0	0		17	1	2	3	4	5
19	18	0	0	0	0	0		18	5	4	3	2	1
20	19	0	0	0	0	0		19	1	2	3	4	5
21	20	0	0	0	0	0		20	5	4	3	2	1
22	21	0	0	0	0	0		21	1	2	3	4	5
23	22	0	0	0	0	0		22	1	2	3	4	5
24	23	0	0	0	0	0		23	1	2	3	4	5
25	24	0	0	0	0	0		24	1	2	3	4	5
26	25	0	0	0	0	0		25	5	4	3	2	1
27	26	0	0	0	0	0		26	5	4	3	2	1
28	27	0	0	0	0	0		27	5	4	3	2	1
29	28	0	0	0	0	0		28	5	4	3	2	1
30	29	0	0	0	0	0		29	5	4	3	2	1
31	30	0	0	0	0	0		30	1	2	3	4	5
32	31	0	0	0	0	0		31	5	4	3	2	1
33	32	0	0	0	0	0		32	1	2	3	4	5
34	33	0	0	0	0	0		33	1	2	3	4	5
35	34	0	0	0	0	0		34	5	4	3	2	1
36	35	0	0	0	0	0		35	1	2	3	4	5
37	36	0	0	0	0	0		36	1	2	3	4	5
38	37	0	0	0	0	0		37	5	4	3	2	1
39	38	0	0	0	0	0		38	5	4	3	2	1
40	39	0	0	0	0	0		39	1	2	3	4	5
41	40	0	0	0	0	0		40	5	4	3	2	1
42	41	0	0	0	0	0		41	1	2	3	4	5
43	42	0	0	0	0	0		42	5	4	3	2	1
44	43	0	0	0	0	0		43	5	4	3	2	1
45	44	0	0	0	0	0		44	5	4	3	2	1
46	45	0	0	0	0	0		45	1	2	3	4	5
47	46	0	0	0	0	0		46	5	4	3	2	1
48	47	0	0	0	0	0		47	1	2	3	4	5
49	48	0	0	0	0	0		48	1	2	3	4	5
50	49	0	0	0	0	0		49	5	4	3	2	1
51	50	0	0	0	0	0		50	1	2	3	4	5
52													

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M
52													
53			RESULTAT										
54	1	0	0	0	0	0							
55	2	0	0	0	0	0		score total de Compétences Émotionnelle				0	
56	3	0	0	0	0	0		sous-score de CE intrapersonnel				0	
57	4	0	0	0	0	0		sous-score de CE interpersonnel				0	
58	5	0	0	0	0	0							
59	6	0	0	0	0	0							
60	7	0	0	0	0	0		Résultat des sous-échelles				score	
61	8	0	0	0	0	0		- identification de mes émotions				0	0
62	9	0	0	0	0	0		- identification des émotions d'autrui				0	0
63	10	0	0	0	0	0		- compréhension de mes émotions				0	0
64	11	0	0	0	0	0		- compréhension des émotions d'autrui				0	0
65	12	0	0	0	0	0		- expression de mes émotions				0	0
66	13	0	0	0	0	0		- écoute des émotions d'autrui				0	0
67	14	0	0	0	0	0		- régulation de mes émotions				0	0
68	15	0	0	0	0	0		- régulation des émotions d'autrui				0	0
69	16	0	0	0	0	0		- utilisation de mes émotions				0	0
70	17	0	0	0	0	0		- utilisation des émotions d'autrui				0	0
71	18	0	0	0	0	0							
72	19	0	0	0	0	0							
73	20	0	0	0	0	0							
74	21	0	0	0	0	0							
75	22	0	0	0	0	0							
76	23	0	0	0	0	0							
77	24	0	0	0	0	0							
78	25	0	0	0	0	0							
79	26	0	0	0	0	0							
80	27	0	0	0	0	0							
81	28	0	0	0	0	0							
82	29	0	0	0	0	0							
83	30	0	0	0	0	0							
84	31	0	0	0	0	0							
85	32	0	0	0	0	0							
86	33	0	0	0	0	0							
87	34	0	0	0	0	0							
88	35	0	0	0	0	0							
89	36	0	0	0	0	0							
90	37	0	0	0	0	0							
91	38	0	0	0	0	0							
92	39	0	0	0	0	0							
93	40	0	0	0	0	0							
94	41	0	0	0	0	0							
95	42	0	0	0	0	0							
96	43	0	0	0	0	0							
97	44	0	0	0	0	0							
98	45	0	0	0	0	0							

2- Calcul statistique vierge Compétences émotionnelles



Calculs statistiques B Mazardvierge

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K
1	**Scores pré-formation**	Individu 1	Individu 2	Individu 3	Individu 4	Individu 5	Individu 6	Individu 7	Individu 8	Individu 9	Individu 10
2	**Nom**										
3	Identification de mes émotions										
4	Identification des émotions d'autrui										
5	Compréhension de mes émotions										
6	Compréhension des émotions d'autrui										
7	Expression de mes émotions										
8	Ecoute des émotions d'autrui										
9	Régulation de mes émotions										
10	Régulation des émotions d'autrui										
11	Utilisation de mes émotions										
12	Utilisation des émotions d'autrui										
13	Sous-score CE intrapersonnel										
14	Sous-score CE interpersonnel										
15	Score total CE										
16											
17	**Scores post-formations**	Individu 1	Individu 2	Individu 3	Individu 4	Individu 5	Individu 6	Individu 7	Individu 8	Individu 9	Individu 10
18	Identification de mes émotions										
19	Identification des émotions d'autrui										
20	Compréhension de mes émotions										
21	Compréhension des émotions d'autrui										
22	Expression de mes émotions										
23	Ecoute des émotions d'autrui										
24	Régulation de mes émotions										
25	Régulation des émotions d'autrui										
26	Utilisation de mes émotions										
27	Utilisation des émotions d'autrui										
28	Sous-score CE intrapersonnel										
29	Sous-score CE interpersonnel										
30	Score total CE										
31											
32											
33	**Risque**	5,00%									

Données | Résultats | Graphique | Calculs

3 Exemple d'atelier d'écriture

21.04.93 Atelier d'écriture ZM

- Trouver 3 mots communs.
  - FEUILLE
  - PLUME
  - POINT
- 3 Personnages
  - ECRIVAIN
  - OISEAU
  - CARPE
- 3 Objets
  - ANNEAU
  - VOILE
  - COUTEAU
- 3 Verbes
  - ECRIRE
  - CHANTER
  - PLEURER
- 3 Adjectifs
  - EXTRAORDINAIRE
  - COURT
  - FLEURI
- 3 adverbes
  - admirablement
  - périlleusement
  - curieusement.

Ecrire un texte en utilisant le maximum de mots

L'oiseau fleurait doucement au bord de l'étang couvert de boules de brume. Son chant extraordinaire, émut l'écrivain à l'âme aiguisée par un couteau. qui d'un court mouvement, jeta dans l'eau sa plume, dessinant des ondes curieusement colorés. Aussitôt, une carpe fleurie, celle qui n'existe que dans les rêves des hommes, se hissa vers l'animal mélancolique, ne pouvant lui répondre que par des mouvements qui semblaient "écrire" d'admirables poèmes.
Alors l'écrivain se retira péniblement, laissant découvrir l'un sur sa feuille, l'autre au bord de l'éclaboussure, deux animaux heureux qui s'étaient découverts.

Conte et poétique. Romantique. mélancolique. Imaginaire. onirique.

Le verre, le vin, et le juge

Il était un verre, un beau verre
Un verre à pied, ni trop grand
Ni trop étriqué, enfin, un verre grand
Un grandgousier le remplit de vin
Une fois, puis deux et pourquoi pas trois,
Tous les cépages y passèrent sauvignon
Chardonnay, mauzac, le fin auxerrois
Ainsi que le sémillant sémillon.
Voilà que passa un juge atrabilaire
Et grincheux comme les aime Sarkozy
Pas gonflé il fit souffler le Grandgousier
Et sans rire le comdamna à l'amende
Le verre se trouva dépité et esseulé
Le vin s'oxyda et devint vinaigre

Moralité : qu'importe le verre
Il faut prendre son pied
Avant que ne vint
Le pisse-vinaigre

Le vin, le verre et le juge

Un vin gracile, léger mais goûteux
Cherchait à faire alliance avec un verre.
Un juge d'application des peines
Lui fit rencontrer, son bonheur
Pour soulager sa peine.
Le réceptacle tout en cristal
Mettait en valeur la robe dorée
Du nectar angevin
Cela en valait il la peine ?
Le juge d'un trait vida le godet.

Moralité : le plaisir est vain
Lorsque l'on est dans la peine

Le juge, le verre et le vin

Un juge en verve proclamait en vain
En vers et contre tout, qu'il ne boirait du vin.
Un vert, écologiste de son état vint
Il voulu le convertir à la consommation biologique.
Il commença par des fruits et finit par le raisin.
Dans sa forme la plus élaborée, c'est à dire fermentée
Servi dans un verre magnifique,
Le premier verre fut un délice.
Le second rendit le juge lyrique
Le énienne fut ponctué de hic !
Le juge loquace condamna le vert
A l'abstinence et le mit au vert
Inspiré, il devint écrivain.

Moralité : Ivre le juge devint
grâce au vert un écrivain
Le verre fait-il le poëte ?
Le vers fait il l'alexandrin ?

Université Montpellier, mars 98

ATELIER D'ECRITURE

D'un mot à un texte
Figure ; style ; proue ; grec ; personnalité ; figue ; hure ; cigüe ; ériger ; guère ; recrue ; patinage ; géomètrie ; original ; face ; dossier ; régir ; devant ; urée ; grue ; figer ; personnage ; statue.

Le roi est appelé à régner

Dans les milieux autorisés, il était de bon ton de prétendre que **Hugues** était une **figure**, une **personnalité** que l'on ne pouvait aller faire voir chez les **grecs**.

Ce **style** **original** qui le caractérisait, était-ce à dessein qu'il l'avait **érigé** telle une **statue** de **proue** **face** à l'**océan** de ses détracteurs déchaînés ? Nul ne le sait ! Il aimait passer pour un **personnage** mi-**figue**, mi-raison. Sa représentation du monde était à **géomètrie** variable, il savait la communiquer de façon unique et multiple, selon qu'il s'adressait aux nouvelles recrues des associations des taste-mounjettes, ou au tastevin de Landernau, au grand prêtre de la **hure** berrichonne, ou encore, à la très sérieuse et influente confrérie du taste**cigüe**, créée par le Président de la SNCF depuis qu'il ne croyait plus **guère** au bien-fondé de l'informatique pour la distribution des billets et donc à l'avenir du système Socrate. Certains, dans le royaume, prétendaient (serviteurs zélés et indignes), qu'il avait trop d'**urée**, la Faculté n'en était point d'accord, l'état de santé du Monarque était parfaite, la goutte ne le guettait pas.

Cet homme n'était pas **figé**, il savait **régir**. Comme disait un maçon de nos amis : « Qui l'eut **grue** ».

CONCLUSION

Ferdinand de SAUSSURE, de source sûre, signifiait l'insignifiant du signifiant, signifié plus haut (c'est une chose sûre), c'est un signe ou peut-être une idée.

- Humoristique - recherche sur le sens des mots (polysémie)
- recherche de style et non de sens.
- mélange des genres (Histoire, sciences, Absurde ...)
- Phrase souvent absurde - Digression humoristique.
- Sens du paradoxe.

A la manière de….

Pote modèle allons voir si …

Hé ! la pote modèle, allons voir si la fleur
De chanvre qui ce matin avait éclose,
Sur le balcon de Robert le Beur,
Un tarpé pourrait faire, si tu l'oses

Tarpé allumé, tarpé fumé
Hélas ! la Top delmo
Joint ou Montecristo*
Il finit toujours mégot.
Il ne dure que le temps d'une Michère*
Le temps d'une promo pas chère

Alors crois moi
Cueille, cueille tes têtes
Avant la fin du mois
Plane, plane avant que
De ressembler à ta thermo
Fume, fume avant que
Le bof Gang Zonar
Te fasse un requiem.
Comme le dit le fils Ossof
Tarpe Diem.
Toi aussi tu finiras mégot.

*Montecristo : marque de Havane
*Michère : chimère en verlan, ne pas confondre comme cela est trop souvent le cas avec la traduction auvergnate de misère

Adaptation de Bernard M. (juin 98)

MIGNONNE, ALLONS VOIR SI LA ROSE...

Cette ode à CASSANDRE est universellement connue : mise en musique, elle était sur toutes les lèvres et a contribué à guider le poète vers un lyrisme plus familier. Il s'agit d'un *éternel lieu commun* : P. LAUMONIER, dans son *Ronsard poète lyrique*, consacre dix pages aux sources possibles de ces dix-huit vers, mais ne peut que conclure à la supériorité et, en définitive, à l'*originalité de Ronsard*. Aussi convient-il, au lieu de l'écraser sous les comparaisons, de s'abandonner au charme de ce petit chef-d'œuvre : épicurisme discret, mélancolie contenue, perfection du style dans son naturel et son exacte propriété.

Mignonne, allons voir si la rose [1]
Qui ce matin avait déclose [2]
Sa robe [3] de pourpre au soleil,
A point perdu cette vesprée [4]
Les plis de sa robe pourprée,
Et son teint au vôtre pareil [5].

Las [6] ! voyez comme en peu d'espace,
Mignonne, elle a dessus la place [7],
Las, las ses beautés [8] laissé choir !
O vraiment marâtre Nature [9],
Puisqu'une telle fleur ne dure
Que du matin jusques au soir [10] !

Donc [11], si vous me croyez, mignonne [12],
Tandis que votre âge fleuronne [13]
En sa plus verte nouveauté,
Cueillez [14], cueillez votre jeunesse :
Comme à cette fleur, la vieillesse
Fera ternir votre beauté [15].

ODES, I, 17

1. Composition : *Montrer que ce poème renferme un petit drame dont le pathétique va croissant. Étudier* l'harmonie *entre la composition de l'ode et sa division en strophes ; apprécier la place et le ton, chaque fois différent, du mot* Mignonne.
2. *Par quelles* comparaisons, *par quel* raisonnement *le poète arrive-t-il à sa conclusion?*
3. *Étudier les termes qui assimilent la rose à une* jeune fille, *la* jeune fille *à la rose.*
4. *Comment Ronsard a-t-il créé des* impressions variées : *couleur éclatante de la 1re strophe, mélancolie de la 2e strophe ; ardeur persuasive de la 3e strophe?*
5. *Versification : a) Étudier la strophe et la disposition simple et harmonieuse des rimes ; b) Montrer l'impression différente produite par les* rimes *des deux premières strophes.*

— 1 Montrer la grâce et l'élan de ce 1er vers. — 2 *Ouvert*. Accord selon l'ancienne règle. — 3 Commenter l'image (cf. v. 5). — 4 Soirée (cf. vêpres). — 5 Compliment délicat : expliquer. — 6 Noter le changement de ton. — 7 Préciser l'idée. — 8 Quel est l'effet de l'inversion ? — 9 Montrer l'émotion du poète, et l'élargissement de l'idée. — 10 Étudier le rythme des v. 11 et 12. — 11 Montrer le rôle de ce lien logique. — 12 Étudier la place du mot, et le ton. — 13 Image prolongée aux vers suivants. Expliquer le symbole. — 14 Cf. Horace : *Carpe diem* (Cueille le jour). Quel est l'effet de la répétition ? — 15 Quel est le rapport entre les 3 derniers vers ?

TABLES DES MATIÈRES

SOMMAIRE **4**

L'APPRENTISSAGE DE LA DEGUSTATION DU VIN VIA UN PEDAGOGIE EUDEMONIQUE, LES APPORTS DE LA PLEINE CONSCIENCE ET DE LA METHODE ESTHETIQUE : DES EMOTIONS AU CAPITAL EMOTIONNEL **6**

CARTE MENTALE DE LA RECHERCHE **7**

INTRODUCTION GENERALE **8**

PARTIE I CADRAGES FACTUELS, THEORIQUES ET QUESTIONNEMENTS **13**

INTRODUCTION PARTIE I **14**

CHAPITRE I CADRAGES FACTUELS : DE LA DEGUSTATION EXPERTE SENSORIELLE A L'INFLUENCE DE LA PLURALITE DES SENS APPROCHEE PAR LES SCIENCES **14**

INTRODUCTION CHAPITRE I 14
I.1 LA DEGUSTATION SENSORIELLE « CRITERIEE »DU VIN, DITE « EXPERTE » 14
I.1.1 Définition de la dégustation sensorielle *14*
I.1.2 Description de la dégustation sensorielle *15*
I.1.3 Qu'évalue-t-on ? *16*
I.1.4 Carte heuristique d'une dégustation « experte ». *17*
I.2PLURALITE D'INFLUENCES DANS LA DEGUSTATION 21
I.2.1 Les influences à l'épreuve exploratoire *21*
I.2.2La vue *22*
I.2.3 L'olfaction *24*
I.2.4 L'iniquité des potentiels gustatifs d'un individu à l'autre : de l'expérience individuelle et personnelle à l'apprentissage *25*
I.2.5 La perception pluri-sensorielle du vin *26*
I.2.6La place négligée de l'olfaction dans la culture *27*
I.3L'APPORT DES SCIENCES SUR LE CERVEAU ET LES EMOTIONS 28
I.3.1 Le rôle de l'amygdale et de l'hippocampe *28*
I.3.2 Le lien émotions et odeurs *31*
I.3.3 Le pouvoir des odeurs *34*
I.4 LA PLACE HISTORIQUE ET CULTURELLE DE L'OLFACTION ET DES EMOTIONS 34
I.4.1 Approche historique de l'olfaction à la lumière des connaissances actuelles *35*
I.4.2 De l'odorant à l'odeur des émotions à leurs expressions. *36*
I.4.3 Odeurs et émotions : approche hédonique *38*
I.4.4 Emotions et « plaisir » de la dégustation ? *40*
I.4.5 Troubles de l'olfaction et conséquences sur l'humeur, le plaisir et la qualité de vie ressentie. *42*
CONCLUSION CHAPITRE I 43

CHAPITRE II CADRAGES THEORIQUES **45**

INTRODUCTION CHAPITRE II 46
II.1 DES SENS A L'ESSENCE : SINGULARITE DU VIN ? 46
II.1.1 La singularité du vin *46*
II.1.2 La dégustation pour la dégustation : la dégustation techniciste, une science ? *47*
II.1.3 La dégustation : un art ? Illustratif d'un art de vivre ? *48*
II.1.4 La science et l'art de la dégustation : une question de « sens »: vers le respect de l'œuvre d'Autrui, de l'homme et/ou de la terre *49*
II.2 APPROCHES HEDONIQUE ET EUDEMONIQUE DE LA DEGUSTATION : VERS UNE VIE PLEINE DE SENS 50
II.2.1 Les apports de la philosophie *50*
II.2.2 Les apports de la psychologie *51*
II.2.3 Approche hédonique *52*
II.2.4 Approche eudémonique *53*
II.3 LA PLEINE CONSCIENCE ET SA PRATIQUE 53
II.3.1 Mindfulness et pleine conscience : définitions *53*

II.3.1 La pratique de la pleine conscience *54*
II.4 CAPITAL EMOTIONNEL ET « ACTI/VITE » : VERS UNE VIE « PLEINE » ET DE SENS, LA BIENVIVANCE 54
II.4.1 Définition du capital émotionnel *54*
II.4.2 Développement du capital émotionnel *55*
II.4.3 Bienvivance : définition et caractéristiques *55*
CONCLUSION CHAPITRE II 57

CHAPITRE III QUESTIONNEMENT ET PROBLEMATIQUE 58

INTRODUCTION CHAPITRE III 59
III.1 QUESTIONNEMENTS 59
III.1.1 LA DEGUSTATION EN PLEINE CONSCIENCE : LA CONSCIENCE DE NOS LIMITES 59
III.1.2 LA DEGUSTATION : UNE EVALUATION 60
III.1.3 LA METHODE ESTHETIQUE 61
III.2 PROBLEMATIQUE 63
CONCLUSION CHAPITRE III 64

CONCLUSION PARTIE I 65

RESUME PARTIE I 66

PARTIE II OBJECTIFS, POPULATION, NATURE ET METHODOLOGIES DE LA RECHERCHE 68

INTRODUCTION PARTIE II 69

CHAPITRE I OBJECTIFS, POPULATION ET NATURE DE LA RECHERCHE 70

INTRODUCTION CHAPITRE I 70

I.1 OBJECTIFS DE LA RECHERCHE 70
I.1.1 Objectif de la recherche *70*
I.1.2 Hypothèse générale *70*
I.1.3 Hypothèses opérationnelles *70*
I.2 POPULATION ET NATURE DE LA RECHERCHE 71
I.2.1 Choix de la population *71*
I.2.2 Nature plurielle de la recherche *71*
I.3 POSTURE ET CONFLIT D'INTERET : DEMARCHE D'OBJECTIVATION POUR UNE RECHERCHE D'OBJECTIVITE 72
CONCLUSION CHAPITRE I 72

CHAPITRE II METHODOLOGIE DE L'INTERVENTION 73

INTRODUCTION CHAPITRE II 73
II.1 LA RECHERCHE-INTERVENTION : DEFINITION, OBJECTIFS ET ETAPES 73
II.1.1 Objectifs de la recherche-intervention *73*
II.1.2 La recherche intervention : ses étapes *74*
II.2 LE PROTOCOLE D'INTERVENTION DE FORMATION A LA DEGUSTATION 74
CONCLUSION CHAPITRE II 75

CHAPITRE III METHODOLOGIES DE RECUEIL, DE TRAITEMENT ET D'ANALYSE DES DONNEES 76

INTRODUCTION CHAPITRE III 77
III.1 RECUEILS DE DONNEES QUANTITATIVES 77
III.2 RECUEIL DE DONNEES QUALITATIVES 78
III.3 Méthodologie de traitements des données *79*
III.3.1 Traitement statistique *79*
III.3.2 Traitement logiciel *80*
CONCLUSION CHAPITRE III 80

CONCLUSION PARTIE II 80

RESUME PARTIE II 81

PARTIE III RESULTATS ET ANALYSES DESCRIPTIVES ET REFLEXIVES DES RESULTATS 82

INTRODUCTION PARTIE III 83

CHAPITRE I DESCRIPTION DES RESULTATS **84**

INTRODUCTION CHAPITRE I **85**

I.1 ANALYSES DESCRIPTIVES DES RESULTATS« INTER-GROUPES » DES TESTS PROFILE OF EMOTIONAL COMPETENCES (PEC) 86
I.2DESCRIPTIONS DES RESULTATS « INTRA-GROUPES » 88
I.3 DESCRIPTIONS DES RESULTATS « INTRA-GROUPES » PAR GENRE 92

CHAPITRE II ANALYSE DES RESULTATS **96**

INTRODUCTION CHAPITRE II **96**

II.1 ANALYSE DES RESULTATS SIGNIFICATIFS DES TESTS PROFILE OF EMOTIONAL COMPETENCES–(PEC) 96
II.2 ANALYSE DESCRIPTIVE DES RESULTATS ISSUS DE TRAITEMENTS ALCESTE 99

CHAPITRE III ANALYSE REFLEXIVE **118**

INTRODUCTION CHAPITRE III **119**

III.1 DE L'APPROCHE CLASSIQUE DE L'APPRENTISSAGE DE LA DEGUSTATION A CELLE EUDEMONIQUE 119
III.1.1 Importance de l'approche pédagogique. *119*
III.1.2 La pédagogie eudémonique *120*
III.2 D'UNE DEMARCHE EN PLEINE CONSCIENCE ET ESTHETIQUE DE LA DEGUSTATION AUX EMOTIONS ET VIBRATIONS VERS UN CHEMIN HUMANISTE DU VIVRE-ENSEMBLE 123
III.2.1 De l'expérience de la pleine conscience à l'humanisme. *123*
III.2.2 De l'esthétique à l'histoire, mémoire et vibration du vin comme œuvre *124*
III.3 PISTES ET EXTENSIONS DE LA DEMARCHE EN EDUCATION 128
III.3.1 Le développement du capital émotionnel en éducation pour un nouvel humanisme. *128*
III.3.2 La démarche esthétique appliquée dans la vie de tous les jours. *130*
III.3.3 L'approche eudémonique de la pédagogie de la dégustation *131*

CONCLUSION PARTIE III **132**

RESUME PARTIE III **134**

CONCLUSION GENERALE **135**

D'UNE DEGUSTATION HEDONIQUE A L'APPROCHE EUDEMONIQUE DE L'APPRENTISSAGE DE LA DEGUSTATION 136
DE L'ESSENCE AUX SENS DU VIN : UNE ŒUVRE, UNE VIBRATION ? 139
LE DIVIN DU VIN : DU SECRET AU SACRE 141
APPRENTISSAGE EUDEMONIQUE : DE « *L'APPREN-TISSAGE* » A « *L'APPRENTIS-SAGE* » 145

ANNEXES **153**

BIBLIOGRAPHIE. ..... ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.

TABLES DES MATIÈRES **164**

RESUME **167**

Résumé

Si le vin désormais patrimoine de la culture française et sa dégustation est souvent décrite comme un voyage, son apprentissage reste-t-il réservé à des initiés ? Doit-elle rester « experte » et que recouvre cet adjectif : une standardisation du palais et du vocabulaire des papilles ? N'y-a-t-il pas place à un apprentissage « expert et sens » ? Notre recherche tente d'appréhender l'apprentissage de la dégustation sous l'angle des émotions dans la science et l'art, en pleine conscience de nos sens mobilisant notre capital émotionnel. D'approche expérimentale, via une pédagogie eudémonique mobilisant la méthode esthétique et la pleine conscience, cette approche, au-delà d'un voyage géographique sur une carte des territoires et de celui de nos sens, est par le développement de son capital émotionnel, l'alchimie des arts et des sciences, un voyage intérieur, participant au « connais-toi toi-même » socratique des apprenants : une meilleure connaissance de soi et une meilleure perception des émotions ressenties par autrui.

Mots clés : dégustation, olfaction, évaluation, neurosciences, pleine conscience, capital émotionnel, méthode esthétique, sens, écoute de soi, pédagogie eudémonique.

Abstract

If wine is now a heritage of French culture and wine tasting often described as a journey, is learning winetasting still reserved for initiates? Should tasting remain "expert" and what does this adjective cover: a standardization of the palate and the vocabulary of the taste buds? Is there no room for "expert and senses" learning? Our research attempts to understand the learning of its tasting from the angle of emotions in science and art, in full awareness of our senses mobilizing our emotional capital. Experimental approach, via a eudemonic pedagogy mobilizing the aesthetic method and mindfulness, this approach, beyond a geographical journey on a map of the territories and that of our senses, is by the development of its emotional capital, the alchemy of the arts and sciences, an inner journey participating in the Socratic "knowing thyself" of learners: a better knowledge of oneself and a better perception of others 'emotions.

Key words: *Tasting, Olfaction, Evaluation, Neuroscience, Mindfulness, Emotional capital, Aesthetic method, Senses, Self-awareness, Eudemonic pedagogy.*