

## Comment la musique impacte-t-elle nos émotions ?

Lamia Goual et Marie-Sophie Alifrangis

### Introduction

La musique est un art qui s'est transmis au fur et à mesure des générations. Il s'agit d'une forme de communication entre les groupes qui permet de partager et de **transmettre des émotions**. Mais comment la musique arrive-t-elle à impacter nos émotions ?

### Contexte

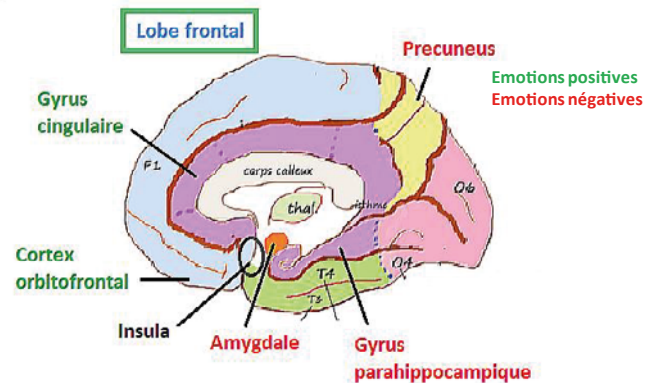
La musique est un art dissocié des sciences qui a été montrée comme étant une forme de thérapie grâce à son **impact sur les émotions**. En effet la musique est intégrée et interprétée par le cerveau par l'intermédiaire des mêmes réseaux neuronaux impliqués dans la **réponse émotionnelle**.

### Connaissances actuelles

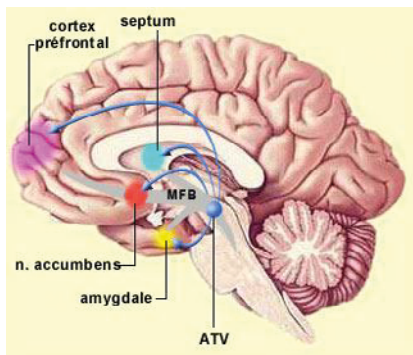
♪ La musique induirait **13 émotions**.<sup>(1)</sup>

♪ La **reconnaissance musicale** (consonance et dissonance) peut être dissociée de **son jugement émotionnel** (jugement agréable et désagréable respectivement) et pourrait donc recruter des **voies corticales différentes**.<sup>(2)</sup>

♪ La musique recrute des systèmes neuronaux de **récompense** et d'**émotion**.<sup>(3)</sup>



Aires corticales impliquées dans le jugement émotionnel de la musique.



Le circuit de la récompense



Pour en savoir plus

### Applications

Bien que la musique ne soit pas impérative pour la survie de l'espèce humaine, elle peut en effet être d'un avantage significatif pour notre **bien-être mental et physique**.

Elle constitue une **autothérapie** pour se redonner de l'énergie ou au contraire, se calmer, se libérer du stress ou se consoler.

### Références

- Anne J Blood, Robert J Zatorre. Intensely pleasurable responses to music correlate with activity in brain regions implicated in reward and emotion PNAS 2001
- Kolinsky, Morais et Peretz, R. J. I. (2010). *MUSIQUE, LANGAGE, ÉMOTION* (Presses universitaires de Rennes éd.)



### Résumé

Le **cerveau émotionnel** est un tout, indissociable et très sophistiqué, et la musique est une des rares activités qui mobilise à la fois notre **intelligence affective** (émotion) et notre **intelligence cognitive** (perception).