



Master

2009

Open Access

This version of the publication is provided by the author(s) and made available in accordance with the copyright holder(s).

En quête du rire: du rire jusque dans la classe, à travers les sciences
humaines

Baumann, Marilyn; Leyvraz, Mathilde

How to cite

BAUMANN, Marilyn, LEYVRAZ, Mathilde. En quête du rire: du rire jusque dans la classe, à travers les sciences humaines. Master, 2009.

This publication URL: <https://archive-ouverte.unige.ch/unige:3816>

« EN QUÊTE DU RIRE »

Du rire jusqu' dans la classe, à travers les sciences humaines

Marilyn Baumann et Mathilde Leyvraz



Commission :

Mireille Cifali (direction)

Marie-Ange Barthassat

Catherine Claude-Velan

Printemps 2009

TABLE DES MATIÈRES

CHAPITRE 1 – MÉTHODOLOGIE	6
1.1 Choix du sujet	7
<i>Originalité</i>	7
<i>Se donner le temps</i>	8
<i>Éviter le sujet panoramique</i>	9
<i>Enjeux professionnels</i>	9
<i>Champs disciplinaires</i>	10
1.2 Réalisation en duo	10
1.3 Notre rapport au rire	11
1.4 Entretiens	17
<i>Évolution de la démarche</i>	17
<i>Population</i>	18
<i>Sélection de l'échantillon</i>	19
<i>Anonymat</i>	19
1.5 Apports de la littérature	20
CHAPITRE 2 - DÉCOUVERTE DU RIRE	21
2.1 Définition	22
2.2 Mécanisme	24
<i>Axe musculaire</i>	25
<i>Axe respiratoire</i>	25
<i>Axe neuro-hormonal</i>	26
2.3 Causes	26
<i>D'après Plessner</i>	27
<i>D'après Bergson</i>	30
<i>D'après Critchley</i>	33
<i>La surprise</i>	35

2.4 Effets	38
2.5 Thérapie par le rire	42
2.6 Pathologies	46
2.7 Rire et humour.....	47
<i>Qu'est-ce que l'humour ?</i>	47
<i>Rencontre du rire et de l'humour</i>	50
CHAPITRE 3 – RIRE ET SOCIÉTÉ.....	53
3.1 Au fil des siècles	54
<i>Perception du rire avant J.-C.</i>	55
<i>15e au 17e siècle, rire, un art de vivre</i>	57
<i>18e siècle, l'essor du rire au théâtre</i>	59
<i>19e à nos jours, le rire réflexif</i>	61
3.2 Le rire et ses multiples facettes	66
<i>S'intégrer</i>	67
<i>(Se) distraire</i>	70
<i>Attaquer, taquiner</i>	71
<i>Se protéger</i>	74
<i>Oublier</i>	77
<i>Être surpris</i>	78
3.3 Rire d'enfant	78
CHAPITRE 4 – RIRE ET ENSEIGNEMENT.....	82
4.1 Compétences de l'enseignant	83
<i>Attitude réflexive</i>	84
<i>Confiance et connaissance de soi</i>	85
<i>Rire de soi et prendre du recul</i>	86
4.2 L'humour : phénomène inhérent à l'enseignant ?.....	86
4.3 Besoins de l'enfant	88

4.4 Rôle de la surprise	90
4.5 Rire et relations	91
<i>Enseignant – élève(s)</i>	92
<i>Élèves – élèves</i>	94
<i>Enseignant – parents</i>	95
<i>Précautions I</i>	97
4.6 Rire et apprentissages.....	99
<i>Effets bénéfiques</i>	99
<i>Émotion et information</i>	102
<i>Précautions II</i>	103
4.7 Rire et discipline	104
<i>Décontamination par l'humour</i>	104
<i>Prévention</i>	105
<i>Situation de crise</i>	107
<i>Précautions III</i>	108
REMERCIEMENTS.....	115
RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES.....	116

Le rire...“un sursaut irrésistible, inopiné, l’appel à l’on ne sait quelle complicité, une grimace intentionnelle” (p.11). À lire ces mots de Duvignaud (1999), le rire serait pour certains “presque rien”. Pour d’autres, ce phénomène résiderait dans l’essence même des relations humaines, avec leurs sincérités et leurs tromperies, leurs forces et leurs fragilités. Nous sommes souvent convaincus de connaître le rire sous toutes ses facettes. Mais ce mécanisme subtil recèle bien des secrets. Des chercheurs relevant de domaines tels que la philosophie, la psychologie, la sociologie, l’anthropologie ou la médecine s’intéressent au phénomène du rire. Ce dernier demeure pourtant encore mal connu de la science. Dans le cadre de ce mémoire, nous souhaitons nous joindre à cette quête du rire par le biais du milieu éducatif.

Notre objectif se veut à la fois ambitieux et réaliste : par le mariage d’apports théoriques et d’expériences de vie, nous souhaitons amener une modeste contribution à la recherche, dépassant dans la mesure du possible les simples constats et autres réponses stéréotypées, afin de s’aventurer aussi loin que faire se peut dans les méandres mystérieux du rire. Ce mémoire ne s’identifie ni à une marche à suivre, ni à une recherche théorique; nous souhaitons partir à la découverte d’un phénomène passionnant, en offrant à la dimension émotionnelle une place de choix. En tant qu’étudiantes en sciences humaines, nous ne pouvons pas nous considérer à proprement parlé comme des chercheurs : nos propres conceptions et nos émotions sont constamment au cœur de l’action.

Tout au long de ce mémoire, *En quête du rire*, nous vous emmènerons dans les péripéties d’une enquête, au travers d’une approche historique, sociale, psychologique et éducative des pratiques du rire.

Que ce soit en rapport avec notre santé, avec notre société ou avec une classe, notre objet d’étude révèle plusieurs facettes que nous découvrirons au gré des pages. Cette vision élargie du rire nous permettra de l’appréhender dans sa globalité afin de pouvoir l’utiliser avec lucidité et efficacité dans notre profession future.

Dans le premier chapitre, nous traiterons de l’aspect méthodologique du travail; nous motiverons tout d’abord le choix de notre sujet et celui de la réalisation en duo. Quels sont les avantages et les contraintes qui y sont inhérents ? Quelles stratégies avons-nous mises en avant afin de remédier à ces dernières ? Nous nous arrêterons ensuite, l’espace de quelques lignes, sur nos propres conceptions du rire. Comment le considérons-nous ? Quelle relation entretenons-nous avec celui-ci ? À quels événements fait-il écho ? Tant de questions qu’il est utile de se poser avant de débiter un tel cheminement. Les entretiens, leur démarche, la

population choisie ainsi que l'anonymat feront l'objet d'un sous-chapitre qui précédera la mise en évidence de l'importance des apports littéraires. Quel rôle va jouer la documentation rassemblée ? Comment allons-nous l'ordonner ? Cette première partie nous permettra également de délimiter précisément la thématique et de présenter au lecteur la manière dont nous avons établi le contact avec les professionnels.

Le deuxième chapitre sera consacré à la découverte du rire. Après avoir défini le phénomène de la manière la plus complète possible, nous analyserons son mécanisme, d'un point de vue médical. Puis, avant de marquer une courte pause pour parler de la surprise – cet élément incontournable à toute relation – nous passerons en revue les causes du rire vues par trois grands auteurs *riresques* : Plessner, Bergson et Critchley. Les effets de nos éclats de rire seront alors développés, suivis par quelques mots sur la thérapie par le rire et les pathologies. Finalement, nous tenterons de distinguer rire et humour, deux concepts intimement liés.

Au cours du troisième chapitre, nous reviendrons sur l'évolution de la relation entre l'Homme et le rire au fil des siècles; nous explorerons ensuite les multiples facettes de notre objet d'étude. Au quotidien, nous y avons recours avec des buts parfois très différents comme ceux de s'intégrer et d'attaquer. Nous terminerons par l'analyse de l'évolution du rire chez l'enfant, amenant lentement le lecteur aux prémices du domaine éducatif.

Le quatrième et dernier chapitre sera consacré à l'enseignement avec, tout d'abord, un premier arrêt du côté des compétences du professionnel. Nous nous questionnerons ensuite quant à l'humour et à son accès; est-il inhérent à l'enseignant ? Les besoins de l'enfant et le rôle de la surprise seront alors à l'honneur avant d'entamer trois parties principalement axées sur la pratique en classe. Nous analyserons le rôle du rire dans les relations, dans le cadre du processus d'apprentissage et dans la gestion de la discipline, tout en prenant soin de mettre en avant quelques précautions d'*emploi*.

Grâce à ce mémoire, nous espérons parvenir à éclairer certaines interrogations restées jusqu'alors sans réponse. Est-il possible d'enseigner le rire à nos élèves ? L'enseignant peut-il lui aussi apprendre à rire ? Les effets bénéfiques relatifs à ce dernier ne sont-ils pas, parfois, détruits par ses conséquences ? Tant de questions dont les réponses étaient au départ floues seront, nous l'espérons, éclairées au terme de ce travail. Le rire, ce sujet qui peut paraître léger aux yeux de certains, nous cache bien des trésors que nous allons ensemble dénicher et analyser. Partons à la quête de ce monde mystérieux.

CHAPITRE 1 – MÉTHODOLOGIE

Tout se meut, s'organise et sent son existence, la matière est vivante...

Saint-Lambert

Lorsque j'observais que, parmi les personnes de même capacité, certaines étaient très pauvres, tandis que d'autres étaient très riches, je fus étonné et il me sembla que le fait méritait investigation. Or, il m'apparu que cela était arrivé tout naturellement. Celui qui avait agi sans suivre de plan en avait souffert; mais celui qui s'était servi de son intelligence pour construire un plan avait travaillé plus vite et plus facilement, et d'une façon plus profitable.

Xénophon

Consacrer un chapitre entier à la méthodologie n'est pas chose courante. Dans notre cas, nous avons jugé intéressant et pertinent de le faire car ces éléments permettront au lecteur d'entrevoir les notions sous-jacentes à la réalisation de ce travail.

Nous nous pencherons tout d'abord sur les critères ayant permis de déterminer le choix de notre sujet. Puis, nous nous arrêterons quelques instants sur la réalisation en duo de ce mémoire avant de dévoiler nos propres rapports au rire; nous traiterons ensuite des entretiens et de leur démarche pour enfin terminer par le rôle des apports littéraires.

1.1 Choix du sujet

Choisir le sujet de notre mémoire a constitué pour nous un moment décisif, le véritable fondement de notre travail. Nous avons alterné entre des périodes d'euphorie et de découragement, de doute et de certitude jusqu'au jour où, toutes les deux, nous avons été convaincues et motivées par une thématique précise : le rire et ses rôles dans différents contextes. De nombreux éléments sont entrés en jeu dans ce choix tels que notre intérêt, des rencontres ou des discussions. Comme l'explique Fragnière (1996), le choix d'un sujet se fait en fonction de certaines indications.

Originalité

Au commencement était une envie d'originalité, d'un mémoire différent et novateur. Curieuses et téméraires, nous avons été attirées par l'idée de frayer notre propre passage plutôt que de marcher sur les pas des étudiants précédents. Nous avons donc tout naturellement opté pour une forme et un contenu originaux. Notre travail n'est pas le reflet exact d'un plan traditionnel : les hypothèses à confirmer ou à infirmer, les grilles d'analyses et autres éléments de recherche pure sont absents, faisant ainsi place à trois chapitres relatant les rôles du rire dans différents contextes. Au fil des pages, nous invitons le lecteur à découvrir et à approfondir la grande énigme du rire; celle-ci sera étayée par des observations et des expériences de vie recueillies auprès de professionnels de l'éducation ou dans notre vécu. Une forme à nos yeux nouvelle, pour un fond qui suscite l'intérêt de tout un chacun.

Faisant soudain irruption dans le bus – déclenché par la vision de passants – ou provoqué par une remarque amusante, le rire est constamment présent dans nos vies. Mais qu'en est-il de son impact sur la santé et de son rôle dans notre société (ou plus spécifiquement en classe) ? Aujourd'hui, encore trop peu de recherches et d'ouvrages traitent de cette

interrogation. Notre souhait d'originalité est donc exaucé grâce à une thématique agréable et intrigante.

Se donner le temps

Ce choix nous a demandé du temps, beaucoup de temps. Il s'agit d'un véritable cheminement entre des thèmes innombrables. Revenons sur les étapes majeures qui nous ont permis d'aboutir au sujet final de notre mémoire.

Toutes deux intéressées par les enjeux liés à l'écologie, nous avons tout d'abord souhaité monter une action en faveur de la sauvegarde de l'environnement; création d'emballages de lait porteurs de slogans, d'une peluche à l'effigie de l'ours blanc – ce mammifère en grand danger d'extinction – ou réalisation d'un film. Mais, après avoir tenté de prendre contact avec la production du film *Un jour sur Terre*, nous avons rapidement réalisé que ces projets, quels qu'ils soient, ne pourraient aboutir à temps et auraient demandé un investissement financier trop important. De plus, quel aurait été le lien avec notre métier futur ? Ne souhaitant malgré tout pas abandonner cette thématique, nous avons pris contact avec une personne travaillant dans le domaine du développement durable. Lors d'un entretien, plusieurs projets nous ont été présentés, comme celui d'un partenariat énergétique entre une école primaire de notre canton et un établissement des hauts plateaux péruviens ou encore celui de s'allier au groupe *Solar Impulse*. Ces deux idées, aussi alléchantes l'une que l'autre, se sont ensuite vues compromises, tant par des contraintes de temps que de langues. Après s'être relevées de ces tristes conclusions, nous nous sommes tournées vers un sujet qui, lors d'un cours universitaire, nous avait particulièrement plu et dont il nous semblait intéressant de l'approfondir : la gestion de l'imprévu dans le contexte d'une classe. Lectures, entretiens avec des assistantes et réalisations d'ébauches nous ont, quelques semaines plus tard, démontré que le thème ne nous tenait pas assez à cœur pour créer un mémoire de qualité.

Après ces quelques déceptions, nous avons essayé une période de doute et de découragement. Allions-nous trouver *le* sujet ? Convaincues qu'il ne fallait pas se laisser abattre, nous avons repris le taureau par les cornes et avons contacté un enseignant du post-obligatoire qui avait, il y a de cela quelques années, épaulé avec succès l'une de nous dans son orientation professionnelle. Nous lui avons confié nos intérêts, des expériences de vie marquantes et lui avons laissé découvrir nos personnalités. Soudain, nous nous sommes regardées, le sourire aux lèvres : nous avons trouvé ! Oui, le rire est un thème plein de

souvenirs, d'expériences, de ressources et d'énigmes. Dès cet instant, nous nous trouvâmes intriguées et motivées par l'univers aussi mystérieux qu'attirant du rire. Nous avons ensuite pris le temps de cerner plus précisément notre problématique. Ces aléas, couronnés par une découverte fructueuse, nous ont appris à organiser notre temps. Nous avons avancé à petits pas, tout en prenant en considération les périodes d'interruptions (semaines de cours intensives, examens, fêtes de fin d'années, etc.). Comme le dit Fontenelle, "le temps bien ménagé est beaucoup plus long que n'imaginent ceux qui ne savent guère que le perdre" (site Internet 1).

Éviter le sujet panoramique

Le rire est un vaste thème et peut donc être traité sous des angles très différents. Une de nos préoccupations de départ a donc été de cadrer notre thématique afin d'éviter un travail décousu et incohérent. Pour cela, notre projet se devait d'être accessible, que ce soit en fonction du temps à disposition voire aux sources exploitables, c'est-à-dire aux ressources culturelles et intellectuelles. Il fallait donc éviter un sujet panoramique en optant pour un thème qui ne soit ni trop vaste ni trop restreint et dont les limites générales auraient été fixées dès le début de la conception du plan.

Enjeux professionnels

L'objectif d'un mémoire de licence est avant tout formateur; il ne s'agit pas d'une production de connaissance visant un public défini mais d'un travail de recherche, de réflexion, de confrontation, de synthétisation et de rédaction lié à un domaine d'étude précis (dans notre cas, les sciences de l'éducation). Nous avons amené un intérêt extraprofessionnel – le rire – à coïncider avec une thématique liée aux enjeux de la profession enseignante. Nous espérons vivement que ce travail aura des retombées sur notre action professionnelle et qu'il nous éclairera sur différents éléments cruciaux pour intégrer au mieux le rire dans notre vie et notre classe.

Soulignons le fait que l'enseignement n'est traité que dans le quatrième chapitre; un mémoire en sciences de l'éducation ne devrait-il pas être constitué d'éléments uniquement liés à ce domaine ? Nous pensons au contraire que la connaissance des mécanismes du rire, sa définition ainsi que sa place dans la société sont des éléments essentiels pour amener à une gestion réfléchie de ce phénomène en classe.

Champs disciplinaires

Les informations, réflexions et autres apports externes à l'enseignement offriront au lecteur une meilleure compréhension et au praticien une intervention plus précise et cohérente. Nous les avons organisés de manière claire afin de faciliter l'approche des concepts présentés ainsi que leur intégration : Comme le souligne Aline Dhers¹ :

Aucun modèle, aucune discipline de référence ne sont imposés a priori [...]. C'est plutôt la manière de poser la question qui rappelle une (ou des) discipline(s) [...] [qui finissent] par s'imposer, après une série de tâtonnements et de lectures théoriques. (Kevassay, 2005, p. 83)

L'histoire, par exemple, est à nos yeux un champ disciplinaire pertinent vis-à-vis de notre thématique. Kevassay le souligne en affirmant que :

Parmi les sciences humaines, l'histoire occupe une place privilégiée lorsqu'il s'agit d'appréhender un fait social. Au mieux bâclée, au pire occultée, la dimension historique est souvent présente à titre indicatif [...], comme un préambule vite expédié, alors que le passé lié à [notre] objectif de recherche joue la plupart du temps un rôle clé [...]. (p.75)

D'où l'importance, en sciences humaines, de prendre en compte les pratiques anciennes, "elles-mêmes déterminées par les représentations et réactions du corps vis-à-vis de [la] problématique replacée dans son contexte passé" (ibid.).

Le rire en classe ne pourrait donc être abordé en faisant abstraction des pratiques, des évolutions et des autres éléments liés à l'histoire et à la conception du rire.

1.2 Réalisation en duo

La décision de mener ce mémoire à deux a été prise après mûre réflexion, avec lucidité et engagement. Certains pourraient croire que la réalisation d'un travail de ce type est bien plus aisée et rapide en duo, mais se pencher l'espace de quelques lignes sur l'implication d'un tel choix montre qu'il n'est pas anodin. Toute décision doit tenir compte des intérêts personnels de chacun et il faut trouver des compromis sur les choix théoriques et méthodologiques. Le respect du rythme de travail de sa collaboratrice est crucial afin de maintenir une relation harmonieuse et propice à la création. La "capacité de gestion des tensions et des différends" soulignée par Jucquois (1996, p.13) est un élément clé de la réussite, tout comme la planification et la division du travail le sont pour l'obtention d'un résultat cohérent et homogène. Ces composantes d'un travail en duo efficace ont été compliquées par une

¹ In Mackiewicz, M.-P. (2001). *Praticiens et chercheurs*. Paris : L'Harmattan.

contrainte logistique de taille : l’une de nous deux a passé quatre mois au Canada – de janvier à mai 2009. Chacune de nos communications et leur contenu étaient alors planifiés et les tâches *collectives* réservées pour les moments de travail à deux. Notons également que nous n’avions auparavant travaillé que quelques rares fois ensemble; il a alors fallu, lors d’une phase d’*adaptation*, découvrir les méthodes de travail de sa nouvelle collègue, ses points forts et ses faiblesses ainsi que sa vision du rire. Cependant, derrière ces contraintes organisationnelles et ces consensus se cachent deux richesses de taille. Premièrement, notre travail en duo nous a mené à une vision plus large du rire et sûrement plus profonde que si nous avions travaillé individuellement; nous avons débattu à propos de certaines thématiques en confrontant nos visions parfois différentes. Deuxièmement, nous avons renforcé des valeurs sociales telles que la coopération, l’entraide et le soutien qui font de ce mémoire – travail académique important – une expérience riche et humaine.

*“Sur un chemin montant, sablonneux, malaisé,
et de tous les côtés au soleil exposé, six forts
chevaux tiraient un coche”. La fontaine*

1.3 Notre rapport au rire

Tout au long de ce travail, nous souhaitons faire part des sentiments et émotions que notre thématique pourrait faire résonner en nous; expériences vécues et souvenirs divers sont des richesses à exploiter et à faire évoluer. Au préalable, voici les récits de la relation que nous entretenons chacune avec le rire, rapports intimement liés à nos histoires de vie.

*

* *

Mathilde, “*rire n'est pas ma raison de vivre, mais je ne peux concevoir de vivre sans rire*”.

Lorsque je demande à des amis de me décrire, ils me voient généralement comme une personne sérieuse mais drôle, qui aime plaisanter et ne s'en prive pas. J'ai souvent le sourire aux lèvres et je le communique autant que possible aux personnes qui m'entourent. Ceux qui me connaissent mieux savent bien qu'il ne s'agit là que d'une facette de ma personnalité. Je fais partie des gens qui n'aiment pas s'apitoyer sur leur sort, trouvant que leurs propres

problèmes n'en sont pas vraiment comparé à ce qu'endurent certaines personnes de par le monde. J'ai tout pour être heureuse, alors pourquoi pleurer lorsque nous pouvons rigoler ?

Rire, plaisanter, me permet donc parfois d'éviter de devoir parler de moi et de mes soucis lorsque je ne souhaite pas m'étendre sur le sujet. C'est un moyen sûr et efficace de faire dévier la conversation. Bien que cela puisse donner une fausse idée de moi aux personnes que je côtoie, à savoir que tout semble toujours aller pour le mieux dans le meilleur des mondes, je n'éprouve ni l'envie ni le besoin de me comporter autrement. *Le rire permet donc de se cacher, de ne pas se dévoiler.*

Plus jeune, le rire avait également une autre utilité. J'étais une enfant discrète, qui ne désirait pas attirer l'attention, mais mon petit côté marginal me faisait rapidement passer pour quelqu'un de différent, que la plupart ne considéraient pas réellement comme une véritable amie. J'étais quelqu'un avec qui ils pouvaient passer de bons moments, mais j'avais parfois l'impression que j'étais invitée dans le but de combler un manque, par acquis de conscience. Sans que cela ne me préoccupe constamment, je me souviens que j'ai pu néanmoins me sentir blessée par les messes basses chuchotées à mon sujet. Le fait de développer la part d'humour qui est en moi m'a permis, non pas de devenir indispensable aux yeux des autres, mais d'être au moins acceptée, voire parfois demandée. Le chemin parcouru pour y arriver n'a pas été des plus simples, mais je n'appréciais pas ce rejet des personnes de mon âge et souhaitais réellement qu'ils m'apprécient pour ce que j'étais à l'intérieur de moi, et non pour un physique conventionnel, pour mes habits ou encore mes sujets de discussion.

Petit à petit, j'ai donc apprivoisé les blagues, les plaisanteries, bien qu'ayant parfois du mal à saisir la part de second degré que pouvait revêtir un gag ou une petite boutade. Je n'appréciais pas que des personnes rient de moi, ce qui me renvoyait pour un temps dans ma peau d'adolescente mal à l'aise. Contrairement à mes souhaits, mon père adorait et aime toujours me taquiner, m'envoyer quelques piques humoristiques accompagnées d'un grand sourire. Il y a quelques années encore, j'avais alors l'impression que mon père, ou tout autre personne dans le même cas, cherchait à m'éloigner d'avantage, à me faire prendre conscience de mes différences, de mes faiblesses. Ce n'est qu'au bout d'un certain temps que j'ai compris que les remarques qui m'étaient faites étaient souvent pleines d'humour et de sympathie à mon égard. Ce que je prenais autrefois comme une attaque est donc devenu une plaisanterie dont je ris, soit en repensant à l'état émotionnel disproportionné dans lequel je me mettais, soit pour faire comprendre à la personne que j'ai saisi sa blague et qu'il ne serait pas opportun d'aller plus loin.

Aujourd'hui, il arrive que je ne participe pas à une plaisanterie que je considère comme mesquine. Certaines plaies en moi m'empêchent de me moquer des gens par des blagues *bêtes et méchantes*. Je me sens souvent mal à l'aise lorsqu'une discussion avec des amis s'oriente dans cette direction et je préfère ne pas y prendre part, sachant qu'il est possible de souffrir à cause de ce genre de remarques. Rire d'une personne à ses dépens n'est pas ce que j'appelle rire. Celui-ci doit venir du cœur, de la joie, et non être porteur de remarques cinglantes. *Le rire peut blesser, il peut être mal compris et devenir sujet de querelles.*

Le rire est donc, d'après moi, à utiliser avec prudence selon la personne à qui nous nous adressons. Une fois cette leçon apprise, je m'en suis servie à plusieurs reprises par la suite, principalement pour atténuer certaines remarques qu'il me fallait communiquer à des amis, à des collègues, à des enfants, etc. Le second degré était plus ou moins compréhensible, en fonction de la personne devant laquelle je me trouvais. Consciente de la force de ces plaisanteries, je m'assurais qu'elles fussent toujours bien interprétées. J'ai remarqué que, grâce à cette méthode, les réunions que je devais animer étaient plus détendues et les remarques mieux acceptées. L'attitude de mes collègues concernés s'en voyait généralement améliorée. J'avais donc là un moyen de communication détourné, bien plus efficace qu'un passage en revue des points à améliorer, méthode qui amène généralement plus de conflits qu'elle n'en résout. Grâce au rire, ce ressenti disparaît, ou tout du moins est fortement diminué. *Le rire peut détendre l'atmosphère, rendre une discussion moins difficile et faire passer un message plus aisément.*

Actuellement, je profite de chaque occasion me permettant de rire. Un bon fou rire me procure une grande dose de fraîcheur et d'énergie. Il me détend et me calme. Après coup, un sourire flotte encore longtemps sur mes lèvres. Cependant, malgré tous les bienfaits que cela m'apporte, je ne peux concevoir de payer pour rire. Il s'agit pour moi d'une chose qui est, et doit rester, accessible à tous et en tout temps. Les humoristes sont chaque jour plus nombreux et certainement très drôles, mais je n'éprouve pas l'envie d'aller assister à l'un de leur spectacle. Que quelqu'un me dise : "maintenant rigole pendant une heure" m'enlève justement l'envie de le faire. Le rire a cela de fantastique qu'il est surprenant. Il surgit parfois au moment où nous nous y attendons le moins, renversant totalement une situation. Aller voir un spectacle comique, c'est savoir à l'avance que nous allons rire, et donc diminuer cette part d'imprévu si cruciale à mes yeux pour déclencher le rire.

Voir un film comique ou une retransmission d'un show à la télévision ne me dérange pas, d'autant plus si nous sommes plusieurs devant le petit ou le grand écran. Cela permet de rire

ensemble et de passer de très bons moments, tout en suivant une histoire. Lorsque l'un de nous commence à rire, le reste du groupe le suit généralement de bon cœur dans son hilarité, gravant ainsi dans nos souvenirs des moments forts. Après coup, c'est autant de bonnes périodes de vie qui resurgissent dès que nous nous retrouvons, accentuant ainsi l'envie de se revoir. *Le rire peut être un métier, une vocation, un défouloir et est parfois rassembleur.*

Dans certains cas, faire de l'humour permet de relativiser, de voir la vie sous un meilleur jour, de se sentir mieux. Lorsque tout va de travers pour un ami (ou pour moi-même), que tout s'écroule et qu'il est au fond du gouffre, je tente de passer par le rire pour détendre l'atmosphère. Il s'agit pour moi de la meilleure arme contre les coups de blues, les blessures physiques ou psychiques ou encore pour lutter contre les montées de stress. Un sourire se répand à toute vitesse, de visage en visage et presque rien ne peut lui résister. Lorsque la personne sourit, je sais que c'est gagné, car elle va pouvoir regarder le monde et sa vie sous un autre angle, afin de trouver des solutions à ses maux ou les atténuer. Cela ne résout en effet pas toujours ses problèmes, mais aide en tout cas à les accepter, premier pas vers leur résolution. *Le rire aide à se sentir mieux.*

Marilyn, entre ouverture et protection, blessure et guérison.

Je ressens d'abord le besoin de me plonger dans mes souvenirs d'enfance. Un jour, je me promenais sur un chemin de terre et de cailloux lorsque mon père sortit une bouteille de boisson gazeuse. Il la brandit d'un geste rapide devant lui et prononça le nom du soda en mimant un chameau. Ce moment précis ne réveille peut-être rien en vous, mais c'est à mes yeux un souvenir magnifique. S'en suivirent des rires insoucients. Quand j'étais petite, mon père me faisait beaucoup rire. Si vous saviez comme j'aimais ça ! Une photographie de lui grimaçant avec un simple cerceau autour du cou est aujourd'hui encore un souvenir inoubliable. Souvent, le soir, lorsque je montais me coucher, l'un de mes parents me courait après à quatre pattes dans les escaliers. À chaque fois, il en résultait de grands éclats de rires. Je donnerais tant pour revivre un des ces instants de détente et de bonheur dont je garde un merveilleux souvenir. Ces derniers m'ont rapprochés de mes parents en nous rendant encore plus complices que nous ne l'étions. Des minutes si magiques qu'au moment d'écrire ces lignes, je souris, tout en ayant les larmes aux yeux.

Mais le rire peut aussi blesser et faire pleurer. Qui n'a jamais vécu l'étrange sensation qu'une personne rigole de lui ? Cet instant où nous pensons que ce groupe d'individus se moque de nous ? Nous nous sentons visé et devenons tout petit, incapable de montrer notre

vraie personne, anéantie par un simple ricanement. Je l'ai vécu et m'en souviendrai toute ma vie. De nature généralement assez sûre de moi, je me suis retrouvée en une fraction de seconde, réduite à presque rien. J'avais l'impression d'être emprisonnée dans le corps d'une personne qui n'était pas moi. Pourquoi n'ai-je pas réagi ? Pourquoi seuls des mots ternes me venaient à la bouche ? Je me sentais réduite à une personne qui n'était pas moi, incapable de me manifester.

Il y a aussi ces gens qui prennent un malin plaisir à vous dire des mots blessants avec un grand sourire aux lèvres. Eux, ça les amuse, mais vous beaucoup moins, car vous vous sentez profondément touché. Surtout lorsque ces gens-là ne vous connaissent pas, qu'ils n'ont aucune idée de votre passé, de vos points faibles et de votre sensibilité. Ils pensent que ça ne vous touche pas. Dans ces moments-là, le rire peut détruire. Le seul remède que je pourrais trouver est d'en rire. Il me paraît alors important d'apprendre à le faire. Nous ne pouvons pas rire de tout et de n'importe qui. Mais, bien utilisé, il peut être un outil de choix lors de situations difficiles.

Il y a quelques jours de cela, je me trouvais dans un grand magasin. Les files d'attentes des caisses, si longues, atteignaient les rayons. Alignés les uns derrière les autres, certains bougonnaient, d'autres pianotaient sur le clavier de leur téléphone portable dernier cri. Au bout de quelques minutes, la personne devant moi prit son panier, alla le mettre quelques mètres devant elle et regagna sa place. Elle me regarda en souriant et me dit que ça ne servait à rien de le porter ! De là, nous commençâmes alors à discuter de l'attitude des gens. Certes, certains avaient peut-être un impératif dans quelques minutes mais les autres ? Cela ferait-il avancer le rythme des événements de s'énervier ? Nous, nous rigolions de petites choses. Notre tour à la caisse arriva et le temps nous avait certainement paru moins long que pour d'autres. Un sourire et un petit rire délient bien des tensions, économisent nos nerfs et, certainement, rallongent nos vies.

En parlant de vie, je me trouvais un jour assise sur le bord du lit de mon père, hospitalisé en soins palliatifs. Ces moments étaient beaux car intenses, mais si difficiles. Ces moments que l'on a envie de rallonger encore et encore car l'on sait que jamais ils ne reviendront. C'était les dernières fois qu'il pouvait me voir et me toucher, embrasser sa femme, serrer son fils dans ses bras, voir frémir les feuilles des arbres, admirer le soleil et tous ces trésors de la vie. De mon côté, c'était les dernières fois que je voyais mon père. J'essayais de ne pas pleurer, de paraître forte, jusqu'au jour où nous avons tous deux ressenti le besoin de parler ouvertement et de laisser aller nos sentiments. Au milieu de ces souvenirs si douloureux, me

revient celui d'un rire. Celui de mon père, à quelques jours de son décès. Comment trouvait-il encore la force de le faire ? Le courage de sourire à cette vie si cruelle ? Peut-être était-ce une échappatoire ? Un moyen de cacher sa peur et sa tristesse ? Je ne le saurai jamais, mais je l'admire. Il riait.

Mes diverses expériences du rire m'ont également permis de croire à ses vertus dans l'enseignement. Aujourd'hui, je l'utilise dans bien des situations. Lorsqu'un enfant en bas âge pleure, j'essaie de le détourner de ses pensées en lui proposant quelque chose qui le ferait rire. Même à l'université, cela semble fonctionner ! Un de nos professeurs nous faisait rire durant ses cours et, après quelques sondages, il s'est avéré très apprécié de ses étudiants et nos apprentissages semblaient facilités par l'ambiance agréable planant sur ses leçons. Lors de remplacements ou de stages, après avoir découvert un peu les élèves, j'aime beaucoup prendre quelques instants pour rire. D'après moi, cela nous apporte détente, complicité et facilite parfois les choses. Un jour, un élève ne voulait pas dessiner. Il sortit un livre et se mit à lire. Je lui dis alors qu'il pourrait le regarder plus tard, qu'il fallait d'abord terminer son travail. Il continua à lire. Je lui pris alors doucement son ouvrage des mains et, d'un air malicieux, fis semblant de le cacher. L'enfant sourit. Après quelques minutes, je le lui rendis, il le rangea et finit tranquillement son exercice. Mon habitude d'amener de petites touches d'humour en classe me perdra-t-elle un jour ? L'avenir me le dira. Ce que je sais aujourd'hui est que dans ma vie privée ou à l'école, le rire est à mes côtés. Il est un élément important. Créateur de détente et de bons moments, échappatoire ou encore remède miracle, le rire est devenu un allié. Lorsqu'il se montre destructeur, je l'évite et, tant que je peux, j'exploite ses vertus bienfaitrices.

*

* *

Comme nous venons de le voir et comme l'illustreront les récits de vies récoltés au cours des entretiens menés dans le cadre de ce travail, chaque individu possède sa propre histoire. Ce sont ces expériences et ces émotions différentes qui, à nos yeux, créent la richesse résidant au cœur des sciences humaines.

1.4 Entretiens

Dès les prémices de ce mémoire, nous avons su que nous souhaitons nous appuyer sur des expériences vécues. Après nous être penchées sur les divers moyens de collecter ces informations, l'entretien s'est rapidement avéré être l'outil le plus adapté. Il nous a permis de recueillir des données de manière directe, de relancer une discussion en la dirigeant vers les thèmes précis que nous souhaitons aborder, nous donnant ainsi la chance de bénéficier des expressions faciales, corporelles et des autres gestes non verbaux manifestés par les personnes interrogées. Cette dimension relationnelle est à nos yeux très importante.

Dans ce sous-chapitre, nous reviendrons tout d'abord sur l'évolution de la démarche d'entretien, sur le choix et la sélection de l'échantillon, avant de terminer par le rappel de la condition de confidentialité.

Évolution de la démarche

Le premier entretien que nous avons mené adoptait un mode de fonctionnement très péremptoire. Nous avions au préalable établi une liste de questions, classées dans un ordre rigoureux. L'enseignante n'avait d'autre choix que de répondre à nos interrogations, créées en fonction de sujets précis que nous voulions voir apparaître dans notre travail. Le résultat fût peu convainquant : le récit d'expérience obtenu nous paraissait pauvre car trop orienté. Il ne laissait pas de place réelle à cette professionnelle de l'éducation, l'empêchant de laisser libre cours à sa spontanéité. Lors du deuxième entretien, nous avons souhaité que l'enseignante use davantage de sa liberté d'expression. Pour ce faire, nous lui avons proposé des thématiques telles que *rire et enseignant*, *rire et apprentissages* ou *rire et discipline*. La personne s'est alors livrée plus facilement que lors de l'entretien précédent, nous parlant de son vécu et de ses ressentis. Toutefois, une dimension manquait : la possibilité d'aborder un aspect nouveau.

Les entretiens qui suivirent furent davantage comparables à des confidences qu'à des interviews. Au moment de fixer la date des rendez-vous, nous expliquions aux professionnels notre thématique et ce que nous attendions d'eux. Le moment venu, ils se sentaient entièrement libres de s'exprimer. Lorsque certains ne savaient plus que dire, nous les réorientions calmement vers des thématiques non traitées. Certains ont même abordé les trois dimensions de notre travail – santé, société, enseignement – sans que nous ne le leur demandions. Ouverture, écoute et empathie étaient les maîtres du jeu. Il ne s'agissait plus d'un face à face mais bien d'un réel échange qui se construisait entre deux partenaires, un recueil d'éléments spontanés et profonds. Comme le dit Kevassay (2005), "[...] la libre

évocation par un sujet de ce qui se rapporte à un phénomène permet seule de saisir des liens entre des dimensions sous-jacentes plus ou moins présentes à son esprit” (p. 95). L’entretien et son contexte de mise en confiance permettent aux individus de s’exprimer avec les *catégories mentales* qui leur sont propres.

Leurs concepts [...] ne sont pas comme les concepts scientifiques des outils de recherche mais des éléments constitutifs de leur pensée et par conséquent, en tant que tels, un aspect de l’objet d’étude lui-même – et le type de raisonnement qui est le leur, logique ou non, peu importe : l’observation est ainsi réalisée sans que l’on force le discours de sujets à s’insérer dans un cadre qui leur est étranger; de ce fait, moins normalisante elle est aussi plus riche².

Ces moments de partage nous ont permis de créer des liens parfois inattendus. Ils resteront des moments formateurs tant pour notre vie privée que professionnelle.

Population

Comme nous l’a énoncé Friedrich (2008) lors d’un séminaire à l’Université, la population désigne “la totalité des éléments qui constituent l’objet d’étude [...]”. Elle doit être “spécifiée en fonction des objectifs de la recherche”. Dans le cadre de notre mémoire et afin d’alimenter plus particulièrement le chapitre consacré au rire dans l’enseignement, nous avons décidé de choisir une population de professionnels de l’éducation. Une grande majorité sont des enseignants; il est en effet indispensable que le domaine dans lequel nous exercerons prochainement soit bien représenté. Un petit pourcentage est tout de même constitué d’une psychologue, d’une psychopédagogue et de professionnels de la petite enfance (Journée genevoise de la formation continue de la petite enfance, 2009), leurs regards pouvant être enrichissants. Les individus ne sont choisis ni en fonction de leur âge, de leur sexe ou du degré dans lequel ils enseignent. La population choisie se veut volontairement large. Plus la diversité des expériences récoltées sera variée, plus la matière sera prometteuse et plus il nous sera facile de nous y identifier.

² Chauchat, H. (1995). L’enquête en psychologie sociale. In Kevassay (2005).

Sélection de l'échantillon

Il existe deux méthodes de sélection d'un échantillon : les techniques non aléatoires – utilisées pour des raisons pratiques, lorsque les échantillons sont les seuls possibles – et les techniques aléatoires. Dans notre cas, nous avons plutôt eu recours à la technique aléatoire. Cette dernière, utilisée pour sélectionner les individus qui prendront part aux entretiens, peut également être qualifiée d'*accidentelle*. Nous avons choisi les professionnels que nous allions interroger par le biais de rencontres tels que des stages et des remplacements, des connaissances communes ou encore par le bouche-à-oreille. Cependant, nos choix devaient tout de même répondre à une condition au fonctionnement de cette méthode aléatoire : l'existence d'un cadre d'échantillonnage duquel les éléments pourraient être sélectionnés. Les enseignants et autres collaborateurs éducatifs ont certes été rencontrés par *hasard* mais ils devaient, afin de rendre notre travail formateur, répondre à un certain nombre de critères tels que : travailler dans le milieu éducatif, posséder une opinion quant au rire dans la société et en classe et accepter de nous faire part de leurs expériences et de leurs émotions.

Chaque entretien demandant une transcription intégrale et un travail d'analyse approfondi, nous avons limité leur nombre à dix. L'échantillon choisi est donc de type qualitatif, par opposition à un choix représentatif. Nous espérions que leurs opinions pourraient être confrontées avec celles de certains auteurs et qu'ils viendraient enrichir nos idées.

Anonymat

Les professionnels avec lesquels nous nous sommes entretenues se sont entièrement livrés à nous. Grâce à un contexte de mise en confiance, ils nous ont communiqués de belles confidences et des confessions inattendues. En raison du caractère fortement intime de leurs propos, nous avons décidé de les transcrire sous le sceau de l'anonymat. Chacun des entretiens que vous pourrez trouver dans le cadre de ce mémoire sera donc authentique; seule l'identité de la personne restera secrète. Cependant, pour plus de clarté, nous avons nommé fictivement nos professionnels; nous parlerons alors d'Élise – notre psychologue –, de Clara – notre psychopédagogue –, d'Annie, Linda, Mary, Nicole et Tania – nos enseignantes de divisions élémentaires et moyennes – et de Paolo et Ryan – nos enseignants respectivement de primaire et secondaire. Notons toutefois que les noms des intervenants de la conférence *Atout rire*, lors de la journée de formation continue pour le personnel de la petite enfance, ne sont pas fictifs, un tel événement n'étant pas soumis aux mêmes règles de confidentialité.

1.5 Apports de la littérature

La littérature concernant le rire en contexte éducatif peut être considérée comme rare. Mais cela ne signifie pas qu'elle est totalement absente. Nous ne sommes pas les premières ni, nous l'espérons, les dernières à nous pencher sur cette thématique. Au début de nos recherches bibliographiques, nous avons découvert quelques ouvrages intéressants. Puis, au fur et à mesure du temps et des lectures, de nouvelles œuvres ont fait surface. Cette continuité de découvertes est nommée la *recherche en cascades* (Fragnière, 1996). Parmi la quantité d'ouvrages et d'articles alors à disposition, l'important était ensuite de trouver les bons, ceux qui sauraient nous faire avancer, nous amener toujours plus loin. Il s'agissait également de distinguer les travaux réalisés sur notre thématique spécifique des ouvrages de synthèse, abordant le rire dans une perspective plus large. Comme le dit Descartes, "on ne doit pas être tout à fait ignorant de ce qui est contenu dans les livres" (site Internet 1). Leur contenu, qu'il soit semblable ou différent, apportera presque toujours un aspect nouveau. Dans notre travail, il ne s'agit pas de confronter des théories, mais de montrer comment elles représentent une même réalité sous des angles différents et parfois complémentaires. Nous espérons qu'elles nous permettront de dépasser une simple description du phénomène du rire.

"À la base des livres, il y a le plus souvent des livres". Fragnière (1996)

*

* *

Ce chapitre méthodologique avait pour objectif de relater les *dessous* de notre travail, éléments que nous jugeons importants pour une bonne compréhension des chapitres suivants ainsi que pour la mise en lumière des valeurs inhérentes à ce mémoire sur le rire que sont la communication, le partage et la confiance. Nous pouvons maintenant entrer dans le vif du sujet en partant à la découverte du rire.

CHAPITRE 2 - DÉCOUVERTE DU RIRE

Rire de tout ce qui se fait est sot, ne rire de rien est imbécile.

Didier Érasme

Rire de mourir et mourir de rire.

Jacques Prévert

Quoi que le rire semble chose frivole et souvent provoqué par des farceurs, des mimes, enfin, par des fous, il a une force, il faut le reconnaître, vraiment impérieuse et irrésistible. Il jaillit souvent même malgré nous, et il ne s'exprime pas seulement par la physionomie ou par la voix, mais il secoue violemment tout notre corps.

Quintilien

Qu'est-ce que le rire ? Comment rit notre corps ? Par quels moyens montrons-nous que nous rions ? Pourquoi rions-nous ? À quoi cela sert-il de rire ? Le rire guérit-il vraiment ? Peut-il être dangereux ? Entre rire et humour, quelle différence y a-t-il ? Tant de questions qui gravitaient autour de chacune de nos réflexions au moment de commencer notre travail. Chaque être humain entretient un rapport particulier au rire, comme nous l'avons nous-mêmes constaté en mettant des mots sur le lien qui nous unit à ce dernier. Il nous semblait donc indispensable de commencer notre travail en répondant à nos interrogations, dans le but de mieux comprendre ce phénomène et de pouvoir ainsi en parler de manière plus cohérente et, surtout, plus correcte, basant nos observations sur une structure commune et clairement définie.

2.1 Définition

Lorsque nous cherchons à comprendre, à découvrir la signification d'un mot, il nous semble tout naturel de nous diriger vers notre bibliothèque pour en saisir un dictionnaire. Si nous en croyons l'édition de 1988 du *Micro Robert*, le rire serait le fait d'«exprimer la gaieté par un mouvement de la bouche, accompagné d'expirations saccadées plus ou moins bruyantes». Il peut également être le fait de «se réjouir, de ne pas parler ou de ne pas faire quelque chose sérieusement, de se moquer ou encore de revêtir un aspect joyeux» (p. 903). Après cette découverte, l'encyclopédie de terminologies a bien failli nous tomber des mains, abasourdis par ce que nous venions de lire. Le rire ne peut se résumer à cette simple définition ! Malgré la mise en garde de Rusinek (2004), le décrivant comme quelque chose d'indéfinissable, la vision apportée par le dictionnaire ne mentionnait à peine que le dixième de ce que représente le rire à nos yeux. Nous avons continué nos recherches, bien décidées à saisir toute la portée du sens de ce mot, décalant notre main de quelques centimètres pour saisir un nouvel ouvrage de référence. Selon le *Petit Larousse Grand Format* de 2006, le rire trouverait son origine étymologique du latin populaire *ridere*. Il nous est alors apparu que nous étions en train de rechercher la définition d'un mot âgé de plusieurs millénaires. Impressionnant ! Le dictionnaire continue comme suit : «1. Manifester un sentiment de gaieté par un mouvement des lèvres, de la bouche, accompagné de sons rapidement égrenés. 2. Prendre une expression de gaieté». Nous y retrouvons également le fait de s'amuser, de «prendre du bon temps», d'«agir, parler, faire quelque chose par jeu, sans intention sérieuse» (p. 937); finalement apparaît le fait de se moquer.

Hormis le fait que deux décennies séparent ces définitions, le sens en demeure très proche. Il n'est donc pas étonnant que nous ne fussions toujours pas satisfaites de la définition du rire en l'état. Devant la pauvreté apparente des ouvrages de référence, il nous a fallu chercher d'autres sources d'informations pour compléter celles obtenues jusqu'alors. Cela nous amène à dire que le rire est d'abord le fait d'une expression faciale qui tente de communiquer un sentiment intérieur. Ensuite, il s'agirait d'une réaction innée qui pourrait relever un certain caractère contagieux selon les situations : lorsqu'un individu est pris d'un fou rire, il n'est pas rare de voir ceux qui l'entourent le suivre. Enfin, nous avons pu être confrontées à une manifestation du rire qui était le reflet d'une maladie psychique, physique ou sociale. De nos jours, le rire est reconnu comme étant un mode de communication non verbal; il traduit nos joies, nos plaisirs, mais aussi notre agressivité et nos angoisses.

Lors de la dernière journée d'étude genevoise pour la formation continue de la petite enfance, axée sur le thème du rire et de l'humour dans la relation éducative, Pierre Manil, psychologue clinicien, parle du rire comme étant le fait de s'autoriser à penser de travers, de sortir de la pensée linéaire. Sa vision vient s'ajouter à notre définition, précisant ainsi qu'un homme qui rit perçoit l'objet, la phrase ou la situation qu'il trouve comique, différemment de la manière dont nous sommes supposés le concevoir. De plus, est risible selon lui toute chose qui est associée à deux concepts différents, comme des habits séduisants et noirs : quel est le but recherché par un tel accoutrement ? Est-ce plaire ou est-ce l'intention de se rendre à une cérémonie funéraire ? Nous mélangeons ici à la fois quelque chose de comique et d'absurde, selon la manière dont nous interprétons la situation.

Au cours de son entretien, Annie parle du rire en faisant référence à des jeux de mots. Elle donne l'exemple d'un élève qui, volontairement ou non, intègre une phrase dans sa description n'ayant aucun lien logique avec le reste de son discours. Nous retrouvons dans sa conception du rire, sous une autre forme, le mélange de sens décrit par Pierre Manil. De son côté, Clara identifie le rire comme un moyen et non comme une fin en soi. Dans sa pratique de psychopédagogue, il va lui permettre d'atteindre certains objectifs, mais elle ne va pas y avoir recours pour le simple plaisir de rire ou de provoquer ce dernier. Enfin, pour Mary, le rire correspond tout simplement aux émotions.

On notera donc que la notion que nous cherchons à décrire est bien plus vaste et complexe qu'elle ne le paraît, rendant de ce fait sa définition extrêmement difficile. De plus, Dieguez (2008) nous fait remarquer qu'il n'est pas toujours simple de le dissocier du plaisir et de la bonne humeur. Dès lors, comment savoir ce qui découle de l'un ou de l'autre ?

Voilà donc une première tentative de définition du rire. Tout au long de notre travail, le lecteur pourra affiner cette dernière par le biais des apports théoriques, des récits de vie récoltés auprès des professionnels de l'éducation, ainsi qu'à travers nos observations, nos ressentis personnels et nos réflexions, tel un immense patchwork, se composant du regard des uns et des autres.

2.2 Mécanisme

Par quelles manifestations notre corps exprime-t-il ce sentiment de gaieté qu'est le rire ? Quels sont les mécanismes qui interviennent dans ce processus ? Pour reprendre les mots de Pierre Manil lors de sa conférence, *“comment se fait-il qu'une information de la vue intellectuelle soit évoquée par le cerveau comme amusant, et par là le visage et le corps se contorsionnent ?”*.

Que nous soyons originaires de Chine, de la Forêt équatoriale, du Groenland ou des Pays-Bas, “le rire implique toujours des mouvements des muscles du visage, du thorax et de l'abdomen. Tous manifestent une certaine tension mentale, une émotion, un surplus d'énergie qui déforme le visage, s'accompagne de vocalisations et de spasmes parfois violents” (site internet 2). L'être humain, d'où qu'il soit, rit peut-être de choses différentes, mais il le fait de la même manière, faisant intervenir tout son corps dans ce processus pour parvenir à manifester son état intérieur. Nous chercherons dans ce sous-chapitre à comprendre comment se déroulent les étapes qui vont *fabriquer* le rire.

L'Homme est ainsi fait qu'il a toujours tenté de comprendre et expliquer l'ensemble des phénomènes qu'il peut observer. Si bien que Démocrite, à son époque – et certainement bien d'autres avant lui – avait déjà tenté de démêler les mécanismes du rire, voyant ce dernier comme le résultat du sang qui ferait enfler les poumons, obligeant ainsi l'air qu'ils contiennent à en sortir sous forme de voix inarticulée et éclatante, grâce à l'action des muscles du diaphragme, de la gorge, de la poitrine et de ceux du visage.

Certaines recherches ont décrit le rire comme un processus psychophysiologique et un phénomène éminemment psychomoteur (Thurnherr, 2000). Il y aurait donc un rapport entre le psychisme et le corps lorsque ce dernier se met à rire, en sus de l'action musculaire déjà présente chez Démocrite. De nos jours, l'explication du phénomène se fait selon trois axes, reprenant l'ensemble des manifestations observées jusqu'alors : musculaire, respiratoire et

neuro-hormonal. Toutefois, afin d'en expliquer le mécanisme, nous nous baserons essentiellement sur le travail réalisé par Thurnherr (2000).

Axe musculaire

La quasi totalité de nos muscles sont sollicités lorsque nous rions. Des faciaux aux abdominaux, tous sont mis à contribution pour produire cet étrange phénomène qu'est le rire, ce dernier étant avant tout une manifestation visible et audible. D'une part, les yeux se plissent et le visage semble s'élargir sous l'effet des zygomatiques, d'autre part, la respiration devient saccadée et le diaphragme se relâche, contribuant ainsi à produire ce son discontinu et répétitif significatif du rire. Il n'existe pas à proprement parler de muscle du rire. Ceux mobilisés appartiennent aux fonctions des sens (vision, olfaction, goût, etc.) que nous détournons de leur rôle premier lorsque nous rions. Le phénomène musculaire qu'est le rire, comme nous l'explique Critchley (2004), consiste en une contraction que l'on pourrait qualifier de spasmodique, suivie du relâchement du visage, associé à des mouvements du diaphragme. Le rire est un tel chamboulement musculaire dans notre organisme qu'il arrive que nous nous écroulions littéralement de rire, nos jambes ne parvenant plus à assurer notre maintien.

Axe respiratoire

Lorsque nous rions, nous inhalons de l'air par petites vagues successives. De ce fait, l'oxygénation étant davantage sollicitée, le rôle des poumons devient particulièrement important. Le diaphragme et les muscles intercostaux projettent l'air hors de notre corps, ce qui engendre cette respiration saccadée (le rire s'alimente donc lui-même, telle une force perpétuelle). Parallèlement, notre rythme cardiaque s'accélère, accentuant encore de plus belle notre rire. Ce dernier pousse l'expiration au-delà de l'élasticité pulmonaire, permettant ainsi une plus grande et meilleure oxygénation des cellules dans l'ensemble de notre organisme.

Axe neuro-hormonal

Ce troisième et dernier axe appelle, déclenche et entretient le rire. Un grand nombre de neurologues et de spécialistes du cortex cérébral ont cherché à déterminer un éventuel centre du rire dans le système nerveux central. Ce dernier se situerait dans l'hémisphère droit, selon Debarge (2004), c'est-à-dire là où siège le contrôle de la personnalité. Lorsque nous rions, nous sollicitons davantage cet hémisphère, permettant ainsi à celui de gauche de se relâcher, se reposer, se détendre. D'après les recherches menées par Thurnherr (ibid.), le cerveau occupe la fonction de déclencheur du rire, le système limbique choisissant son intensité. Des chercheurs ont également découvert qu'il était possible de déclencher des fous rires chez des individus en stimulant mécaniquement une région proche de l'hypothalamus. En plus du rôle joué par le cortex cérébral, les parties frontales de ce dernier permettent une "connexion entre le stimulus, la réponse émotionnelle et l'expression faciale de celle-ci" (site internet 2).

Une telle sollicitation de notre musculature, de l'appareil respiratoire et du système neuro-hormonal est généralement suivie d'un état de relaxation dû à la détente nerveuse et musculaire que le rire occasionne. Il influence également favorablement le sommeil, car il épuise les tensions internes. Il est donc fréquent de voir ultérieurement un sourire flotter sur les lèvres du rieur, synonyme de sa joie, mais aussi de son bien-être intérieur.

2.3 Causes

Nous avons précédemment étudié comment notre organisme réagit lorsqu'il est confronté au rire. Mais dans quels cas un tel mécanisme se met-il en marche ? Quel est le phénomène poussant notre cortex cérébral à déclencher tout le processus du rire ? En d'autres termes, pourquoi rions-nous ?

Selon l'École Suisse du Rire Relationnel (2006), il existe trois causes pouvant déclencher le rire. Premièrement, le jeu comique, consistant à se servir d'un objet pour faire rire. Deuxièmement, l'humour, soit un message verbal qui a pour but de faire rire et enfin, le spectacle qui met en scène le personnage comique, faisant rire par des mimiques, une gestuelle ou une apparence.

Mais rions-nous uniquement lorsqu'une personne a intentionnellement cherché à provoquer cette réaction en nous ? Le rire, nous l'avons vu, n'est pas aussi simple qu'il n'y paraît. Beaucoup de facteurs influencent son déclenchement, qu'il soit volontaire ou imprévu, recherché ou à nos dépens. Afin de déterminer quelles pourraient être les causes principales

occasionnant le rire, nous allons nous référer à trois grands auteurs emblématiques de cette notion : Plessner, Bergson et Critchley, ainsi qu'à ce qui nous apparaît comme étant l'élément indispensable à toute émanation de rire : la surprise.

D'après Plessner

Dans son ouvrage intitulé *Le rire et le pleurer* (1995), Plessner, philosophe et sociologue allemand, explique les deux phénomènes précités. Il énonce clairement que pour l'un comme pour l'autre, il est nécessaire de justifier d'un lien entre la raison et l'esprit pour qu'ils se manifestent. Cela expliquerait leur absence chez les animaux, car, selon lui, seuls les êtres humains sont capables de rire et de pleurer. Certains pourraient croire que le singe est susceptible de rire, alors que pour Plessner cette croyance est le fruit de notre imagination. L'animal imite les gestes de l'Homme, mais son organisme n'est pas apte à effectuer l'ensemble du processus interne qui se rattache au rire. Dans son œuvre, l'auteur précise également que nous rions *de* quelque chose. Ainsi, c'est nous qui décidons de commettre l'acte, et non notre corps. Mon esprit choisit ou non de rire et utilise mon corps comme un outil lui permettant de manifester son état intérieur, d'extérioriser ses émotions.

D'après Plessner, le jeu pourrait être la source de toutes les formes de rire, il permettrait de se laisser aller, de diminuer l'impact des contraintes extérieures et nous amènerait à ressentir une certaine jubilation. Cette dernière provient de la sensation de pouvoir que nous ressentons à travers la manipulation des objets qui ne peuvent qu'obéir à notre volonté. De plus, nous influençons la tournure des événements, nous rendant maîtres du jeu. Mais l'objet en question exerce également une emprise sur nous, dictant parfois à notre insu nos décisions à court ou moyen terme, à l'intérieur de l'activité. Pour l'Homme, ces divertissements s'opposent au sérieux, car ils créent des situations qui provoquent le chatouillement de nos émotions et l'excitation. Ces trois facteurs – pouvoir, chatouillement et excitation – engendreraient le rire. Le lecteur est cependant mis en garde contre le chatouillement physique, lors duquel nous sommes partagés entre, d'une part, la sensation agréable de sentir des zones habituellement non stimulées et, d'autre part, le ressenti désagréable créé par cette attaque de notre corps et de son intimité. Dans ce genre de cas, nous ne rions pas, nous gloussons. Nous laissons effectivement échapper des sons par saccade qui pourraient ressembler au rire mais qui ne le sont pas. Ce gloussement peut cependant se muer en véritable rire lorsque nous trouvons comique le chatouillement que nous subissons.

Que ce soit lors de chatouilles ou dans la joie, le rire exprime toujours un état intérieur. Une oreille attentive et avertie pourra donc interpréter les sentiments qui habitent les personnes prises d'un tel état. Mais pour que le rire soit le reflet de nos ressentis, il faut que nous nous y soyons totalement abandonnés, que nous y mettions tout notre être pour qu'il puisse ensuite en être le messager. Il s'agit là d'une condition sine qua non pour Plessner, si nous voulons que le rire soit vrai. Il ne doit pas y avoir de transition entre ce que nous ressentons à l'intérieur et ce que nous exprimons à l'extérieur. Il faut réellement se battre contre soi-même pour être capable de rire franchement tout en évitant de s'y abandonner.

Il est souvent dit qu'un bon éclat de rire permet de libérer des tensions. À cela, le psychologue répond qu'il est nécessaire de se retrouver face à un obstacle, d'être confronté à une situation difficile pour être à même de rire. Il va même plus loin en expliquant que les cas lourds nous incitent à rire car nous ne les maîtrisons pas, car nous ne savons pas comment les appréhender. Nous nous trouvons bien loin du sentiment de pouvoir éprouvé dans le jeu. Dans le contexte dont il est question ici, c'est à un véritable mur que nous nous heurtons, d'une hauteur et d'une complexité insurmontable. Quelle autre réponse que le rire pourrions-nous avoir ? Plessner nous explique que, dans un moment de désespoir, nous laissons au corps le soin de répondre à l'événement qui nous échappe. Plus tard, lorsqu'une part des tensions qui nous habitaient alors s'écouleront par le biais de quelques éclats de rire, nous pourrions tenter de réagir différemment. Mais cette première étape est généralement nécessaire. Nous sommes ici en présence du "*rire jaune*" dont Clara fait mention, face à la prise de conscience soudaine des nombreux problèmes que nous traînons derrière nous. Ou dans la situation de Mary qui se sert du rire pour "*débloquer une situation quand on se rend compte qu'il n'y a plus d'autres solutions*". Nous voyons bien l'action de s'abandonner au rire, d'y succomber et le fait que nous pouvons difficilement le maîtriser. Le corps va donner la réponse qui, sur le moment, nous semble être la plus appropriée. L'homme qui est plongé dans un tunnel sans la moindre lumière ou dans une si grande confusion va rire du comique de sa situation, dès lors qu'il en aura conscience. Dans un tel cas de figure, il est renvoyé à lui-même et découvre la disparité qui existe entre lui et son environnement.

Si nous devions nous arrêter là, nous pourrions croire que le rire, finalement, n'est pas aussi drôle qu'il n'y paraît. Plessner serait-il en si grande dissonance avec la conception commune du rire ? Heureusement, son ouvrage ne se termine pas sur cette sombre note. L'auteur nous dévoile d'autres aspects, d'autres situations qui peuvent, à ses yeux, déclencher le besoin de rire chez l'Homme.

Prenons le cas des situations dites non sérieuses, incongrues ou encore insolites. Lorsque nous sommes confrontés à de tels événements, le mécanisme du rire se met en marche selon le même schéma que lors des moments de désespoir. Un acte absent de toute notion de sérieux, de logique ou encore de codes pré-établis nous met dans l'incapacité momentanée de trouver une réponse appropriée. Le corps va alors déclencher le rire face à l'incompréhension d'un tel phénomène.

Le sociologue développe également l'idée que ce qui fait rire, c'est le comique. Vaste domaine qui se voit englobé dans ce terme presque aussi difficile à définir que celui du rire. Afin de nous éclairer dans la manière de concevoir cette notion, l'auteur nous propose quelques exemples qui sont à la source de la mise en marche du mécanisme. Comme le fait de *s'emmêler les pinceaux* en parlant, cette confusion des mots donnant matière à rire (pour autant qu'ils soient proches phonétiquement, mais de sens différents). Nous retrouvons ici le sentiment évoqué par Annie dans son entretien, lorsque ses élèves réalisent des jeux de mots.

Plus que le comique, ce qui fait rire pour Plessner, c'est bien le recoupement de sens. Dans le même ordre d'idée, nous retrouvons le trait d'esprit, qui permet de mentionner beaucoup en une phrase grâce à son double sens. Contrairement à l'être humain qui provoque le rire malgré lui, nous avons ici affaire à un détournement volontaire de la langue, afin de pouvoir sciemment jouer avec les mots. De même que la personne qui invente le trait d'esprit, celui qui le reçoit va rire. Il est indispensable que le comique soit compris et correctement interprété si nous voulons être capables d'en rire. Dans ce cas, celui qui rit saura pourquoi il est dans un tel état et ce qui aura provoqué son hilarité, contrairement aux situations où nous rions sans trop savoir pourquoi. Il est donc possible de déclencher volontairement le rire parmi son auditoire, pour peu que nous sachions comment l'amener.

Que ce soit dans le désespoir, dans notre vie quotidienne ou encore au théâtre, toutes les fois où nous rions, nous exprimons un état intérieur, qui peut être de la joie, un sentiment de délivrance ou une élévation. Le philosophe nous a montré que les causes du rire ne sont pas toujours drôles, contrairement à ce à quoi nous pouvions nous attendre. Mais, dans de tels cas, la libération de nos tensions permet ensuite de voir la situation sous un angle nouveau, voire meilleur.

D'après Bergson

Au même titre que Plessner, Bergson est une référence en matière de rire. Nous ne pouvons pas faire l'impasse sur son ouvrage *Le Rire* (2007), tant il est riche et unique. Les références à ce livre sont si nombreuses dans la littérature qu'il n'est pas rare qu'une forme de rire lui soit attribué, qu'on nomme *rire bergsonien*. Chacun est libre d'être d'accord ou non avec les théories de ce philosophe français. Dans notre cas, son livre nous a troublées, nous laissant comme un arrière-goût amer face à l'éphémère beauté du rire, changeant à jamais notre vision de ce dernier, mettant un miroir sur notre rapport au rire, illuminant les zones que nous souhaitions garder dans l'ombre. Nous laisserons nos lecteurs juger d'eux-mêmes de la pertinence de cette théorie et de la véracité des phénomènes qui sont à la source de tout rire selon Bergson.

Débutons par cette définition pour le moins emblématique : "Est comique tout arrangement mécanique d'actes et d'événements qui nous donnent, insérés l'un dans l'autre, l'illusion de la vie et la sensation nette d'un arrangement mécanique" (p.52). Afin d'en comprendre le sens, il convient de s'arrêter un instant sur la notion de mécanique, pilier central de la théorie de Bergson. Pour ce dernier, le monde est agencé selon un certain ordre d'idée. L'effet mécanique intervient lorsqu'un geste, un acte ou une parole donnent l'impression de ne pas être naturel, qu'ils aient été provoqués consciemment ou non. Le monde se transforme alors en machine, donnant l'illusion de la vie, alors qu'en réalité il n'en possède que le reflet car il est devenu robot, se rendant de par ce fait risible aux yeux de l'auteur. Chaque fois qu'un être humain, ou tout être vivant, nous apparaît pour une raison ou pour une autre comme une machine, qu'il fait ressortir sa mécanique, cela déclenche l'envie de rire. Nous possédons tous une certaine machination interne qui fait de nous des Hommes. Nous devenons autres lorsque nous ne respectons plus notre propre mécanique. Il y aurait alors un décalage entre le rieur et la source de son trouble, provoquant le rire.

Mais l'auteur ne s'arrête pas là. Nous l'avons vu à travers l'œuvre de Plessner, les causes pouvant provoquer le rire sont nombreuses. Pour Bergson également, les déclencheurs de rire sont pluriels. À part le côté mécanique d'une situation, nous rions également d'une personne lorsqu'elle fait ou dit quelque chose, alors que les circonstances demandent un geste ou une parole différents; nous rions alors de sa maladresse. Clara nous expose un tel type de rire dans son entretien. Lorsqu'elle travaille avec un groupe d'enfants autour d'un jeu et qu'elle adopte la même attitude qu'eux, ces derniers rient de la voir en décalage avec le comportement

attendu d'un adulte. Dans ce genre de situation, elle ne respecte pas sa mécanique interne, elle en calque une différente par-dessus son fonctionnement prévisible.

Le philosophe cite également une autre source de rire : le dessin. Nous avons tous vu une fois ou l'autre les créations humoristiques de dessinateurs tels que Chappatte, Mix et Remix ou encore Philippe Geluck. Les scènes qu'ils illustrent pour provoquer notre rire et atteindre ainsi le but recherché doivent nous donner l'impression d'être vivantes. Il faut que nous puissions nous représenter la scène, afin de pouvoir déceler le côté mécanique de la situation et donc la source du risible. Un dessin qui ne déclencherait pas le rire pourrait donc être défini comme étant plat, sans vie.

Il arrive également que le comique d'une situation vienne du fait que nous soyons déguisés (notons que ce mot peut être pris dans le premier sens du terme où une personne revêt un habit particulier, mais il peut aussi être interprété sous une forme plus imagée, dans le cas où un individu n'aurait pas l'aspect, l'apparence ou le comportement attendu). Nous pouvons ainsi porter notre regard au-delà de celui de l'être humain, de la société et même du monde pouvant se déguiser. Le risible provient, là encore, de ce qu'ils ont été truqués mécaniquement. Leur mécanique interne, leur fonctionnement a été modifié, rendant ainsi absurde et donc drôle le fait de voir cet individu évoluer dans une telle situation qui n'est, par définition, pas la sienne. Nous sommes prédisposés à un certain type de comportement et si nous n'avons pas l'attitude qui est attendue de nous, nous devenons risibles aux yeux des autres. Quel formidable moyen nous avons là pour remettre une personne dans le droit chemin ! Dès que nous faisons un pas de travers, que nous sortons des règles dictées par notre société, nous encourons le risque de subir le rire d'autrui, de perdre notre statut d'Homme pour apparaître comme un robot.

Dans le même ordre d'idée, Bergson explique que nous rions de ce que nous arrivons à contrefaire, à voir sous une autre forme (sous-entendu la forme sous laquelle la chose devrait normalement être). Par exemple, si je croise soudain un bossu dans la rue, je ne vais pas rire de ce qu'il est voûté. Au contraire, je vais rire car j'ai sous les yeux un homme qui ne se tient pas droit. Le bossu me donne l'impression de faire grimacer son corps, s'exposant ainsi à mon rire qui a décelé la part de mécanique qui ne devrait pas appartenir à un être humain.

Dans son ouvrage, le philosophe développe principalement l'aspect du risible au théâtre. Cela n'empêche en aucun cas d'élargir son champ de vision hors des planches, comme nous l'avons fait jusqu'à présent. Le comique des situations en est parfois moins flagrant, la mécanique moins exposée aux projecteurs de la vue, mais les éléments décrits gardent leur

aspect comique quel que soit le lieu où se déroule la situation. Si nous n'avons pas apporté cette précision plus tôt, c'est que la prochaine source de rire décrite par Bergson est plus difficile à illustrer hors du théâtre. Dans un souci de clarté, revenons donc au contexte initial.

Il s'agit de provoquer le rire chez autrui en assimilant la personne à une chose afin de rendre la situation comique. Le fait de réduire un être humain à un simple objet bouleverse complètement sa mécanique. Nous pouvons nous imaginer le sort lancé par un magicien modifiant physiquement sa victime en objet qui tenterait de continuer à vivre selon sa routine quotidienne. Mais nous pouvons également avoir affaire à une comparaison entre un homme et, par exemple, une casserole. Le fait de s'imaginer la situation provoque le rire, pour autant que le rapprochement soit envisageable et donc amené correctement par les acteurs. Toujours au théâtre, Bergson décrit l'effet vaudeville, généralement précurseur de grands éclats de rire. Il s'agit de coïncidences qui se répètent tout le temps, de la place des personnages dont le rôle social est interverti (pensons par exemple aux pièces de Marivaux), ou encore d'une situation qui appartient en même temps à deux séries d'événements absolument indépendants et qui peut s'interpréter dans deux sens, comme le quiproquo qui s'en suivrait lorsqu'un homme rentrerait chez lui et verrait sa femme dans les bras d'un autre, sans savoir qu'il s'agit du frère de cette dernière, jusqu'alors disparu.

Dans le cas où des individus ne souhaiteraient pas se mettre à rire, Bergson propose de faire appel à notre vanité. Ce sentiment peut nous permettre de nous placer au-dessus de la situation, de ne pas être atteints par la source du rire, et donc d'y échapper. Attention tout de même, car la vanité est également le défaut le plus risible d'après l'auteur. Un homme s'enorgueillissant à tort ou à excès, faisant preuve de suffisance, endosserait une sorte de déguisement et serait alors en désaccord avec sa mécanique d'où, à nouveau, la source du risible.

Finalement, il est bon de mentionner le plus grand ennemi du rire, cette petite chose qui a le pouvoir, selon Bergson, de renverser totalement une situation risible : l'émotion. Nous qui pensions que le rire était justement la manifestation de nos sentiments, nous avons été surprises en découvrant qu'il est en réalité l'absence d'émotion. Pour l'auteur, c'est la pitié qui nous empêche de rire de quelqu'un. Ce n'est que lorsqu'une personne cesse de nous émouvoir que le rire peut commencer. Si nous reprenons l'exemple du bossu qui fait grimacer son corps utilisé ci-dessus, le fait de s'imaginer le mal qu'il doit endurer avec sa bosse au dos, de faire preuve d'empathie à son égard, aurait totalement bloqué la naissance du rire et son envie. Essayez donc, la prochaine fois que vous riez, de faire intervenir vos sentiments :

même le rire qui partait de bon cœur et semblait n'être empreint que de joie, commencera à diminuer d'intensité pour finalement mourir dans votre gorge. Vous vous direz alors peut-être, tout comme nous, que Bergson aura à jamais modifié votre rapport au rire. Loin de nous l'envie de faire disparaître tout désir de rire qui est en vous ! Bien au contraire, nous restons malgré tout convaincues que le rire est bénéfique et qu'il faut l'employer aussi souvent que faire se peut, car il reste des moments de rigolade volontaire, absents de toute moquerie. La vision de l'auteur a beau nous paraître réaliste, elle n'en reste pas moins pessimiste face à l'immensité du royaume du rire. En nous référant par exemple aux théories de Baudelaire sur le rire vertical et horizontal, nous sommes en mesure d'illustrer cette dualité qui réside en ce phénomène. Dans le premier cas, nous occupons une position supérieure par rapport à l'autre, nous permettant ainsi de nous moquer de son infériorité, de rire de lui à ses dépens. À l'inverse, le poète décrit le second cas de figure comme un véritable fou rire qui met toutes les personnes présentes sur un pied d'égalité, qui rapproche plutôt qu'il ne blesse. L'ouvrage de Bergson semble donc se cantonner uniquement dans la vision verticale du rire, laissant dans l'ombre la partie la plus joyeuse.

D'après Critchley

Simon Critchley est un philosophe anglais, auteur de l'ouvrage *De l'Humour* (2004). Deux raisons principales nous ont poussées à lui accorder une place dans ce chapitre. D'abord, les deux précédents auteurs nous parlaient du rire, alors qu'ici un nouveau terme voit le jour : l'humour. Ensuite, mis à part une œuvre riche en informations nouvelles, Critchley se réfère parfois aux théories de Plessner et de Bergson.

Suite à la lecture du livre de ce dernier, affirmant que nous rions toutes les fois où un individu nous donne l'impression de quelque chose, la sensation que la mécanique s'insinue dans le vivant, nous nous sommes demandées si l'effet inverse était lui aussi risible. Si un objet nous laisse penser qu'il est un être humain, cela est-il drôle ? C'est dans l'ouvrage de Critchley que nous avons trouvé une part de réponse à nos interrogations. Il explique en effet que lorsqu'une chose devient personne, la situation est risible car, pour reprendre les termes de Bergson, la chose se déguise, elle revêt une autre signification, elle change son but premier et, de ce fait, modifie sa mécanique interne. Nous rions de ce que cette chose n'est pas un Homme. Nous pouvons contrefaire nos observations, et donc mettre à jour la source du comique, car tout dans notre univers possède une mécanique interne.

Alors que Bergson nous expliquait que c'est la mécanique insérée dans le vivant qui nous fait rire, Crichtley va plus loin encore en essayant de comprendre de manière approfondie les raisons qui déclencheraient en nous cette envie de rire. Il nous apprend que l'Homme, en faisant apparaître sa mécanique, commence petit à petit à se fondre avec la machine, se transformant pour nos yeux d'observateurs en une chose relativement inhumaine, qui se démarque de façon manifeste de l'être humain. Il perd ses points de repère qui le rattachent visuellement à ses pairs. C'est la raison pour laquelle, nous explique le philosophe, la sensation qui accompagne habituellement le rire n'est pas uniquement la joie ou simplement le plaisir. Un sentiment d'étrangeté vient se mêler à nos ressentis, face à cet homme devenu chose. Il arrive que nous riions par simple amusement, mais aussi parfois parce que nous sommes troublés par ce que nous trouvons risible. Car, d'une certaine façon, la source de notre hilarité nous effraye; l'angoisse est donc aussi quelques fois source de rire.

Lorsque Crichtley se pose en témoin objectif du rire, il remarque que ce phénomène, considéré dans sa dimension charnelle, n'est pas différent d'autres comportements convulsifs, tels que l'orgasme ou les pleurs. Dans ces trois cas de figure, nous avons affaire à une perte de contrôle de soi, comme s'il y avait une césure entre la personne et son corps, un abandon total laissant à ce dernier le soin de répondre correctement aux stimulations extérieures. Nous sommes ici confrontés aux phénomènes tels que décrits par Plessner, lorsque l'esprit ne sait plus quelle réponse apporter aux événements. Crichtley se situe donc à mi-chemin entre les deux précédents auteurs, reconnaissant les vertus de l'un et de l'autre. En y ajoutant ses propres observations, il rend les théories initialement lues encore plus percutantes.

Le philosophe anglais propose d'utiliser l'analyse bergsonienne afin d'illustrer le cinéma muet. Nous pouvons penser que les rires des spectateurs, du temps de ces films sans son, n'étaient pas provoqués par les traits d'esprit ou tout autre erreur grammaticale. Si nous reprenons par exemple les scènes de Charlie Chaplin, encore célèbres de nos jours, c'est dans la théorie de Bergson que Crichtley va puiser son explication du risible. Que ce soit dans des situations que nous pouvons contrefaire ou dans la mécanique de l'Homme, la société ou la nature, le rire bergsonien prend ici, d'après l'auteur de *De l'humour*, tout son sens. Le personnage fait preuve d'une telle raideur qu'il en devient mécanique, qu'il se transforme en machine. Le film *Les Temps Modernes* peut dès lors se regarder comme l'apothéose de la théorie bergsonienne, réelle confrontation de l'Homme et de la machine.

Finalement, Crichtley nous propose une dernière explication sur les raisons qui poussent un homme à rire et dont nous aimerions parler ici. Il est un fait établi que nous rions avec tout

notre corps, tel que nous l'avons observé dans l'explication du mécanisme de ce phénomène. Cependant, la cause principale du rire selon l'auteur est le corps lui-même. Nous trouvons comique le fait étrange que nous possédons un corps. L'humour va naître de l'écart qui existe entre *être* un corps et *avoir* un corps. Tout prend une teinte absurde lorsque nous nous détachons de nous-mêmes, à partir du moment où nous commençons à nous imaginer, à penser notre moi séparé de notre corps. L'auteur déclare que, dans l'humour, nous avons temporairement l'impression d'habiter un univers gnostique, à l'intérieur duquel notre matérialité nous apparaît en quelque sorte comme une surprise déclenchant le rire. Une surprise ? Voilà qui va justement nous permettre de faire le lien avec le prochain sous-chapitre.

La surprise

Critchley l'a annoncé, la surprise déclenche le rire. De Peretti abonde en ce sens dans la préface du troisième volume de *Savoir(s) en rire* (1997), écrivant que "aussi bien pour le rire que pour le sourire, il y a donc bien, à l'origine, dans la formulation comme dans la constatation, une surprise qui fait sursauter et qui déstabilise, physiquement et mentalement" (p.11). Elle serait le véritable élément déclencheur de toute émanation de rire. Annie nous en parlait dans son entretien, déclarant presque d'emblée qu' "*ils [les élèves] font parfois des sorties inattendues, donc on éclate de rire*". Pierre Manil, reprenant des propos de Max Stern dans sa conférence, déclare également que "*le hasard est le maître de l'humour*". Nous voilà prévenues : la surprise et le rire ou l'humour sont étroitement liés.

Aux fondements de toute situation comique, nous observons une certaine instabilité, une soudaineté qui fait partie, voire même qui constitue le prétexte du rire. C'est dans ces moments de flou que nous allons décider ou non de laisser le corps répondre aux stimulations externes afin que notre esprit assimile ces brusques apparitions d'informations nouvelles. Le fait même d'être confronté à une surprise va aiguiller notre intérêt, nous faisant vivre la situation pleinement et permettant ainsi un abandon total dans le flux d'émotions qui nous envahit.

Il est difficile d'isoler une seule source du rire, tant les différents éléments déclencheurs sont liés les uns aux autres. Plus nous en découvrons, plus nous nous rendons compte qu'il est possible de construire des ponts entre eux, reprenant les recherches des différents auteurs, tout comme nos propres observations et ressentis face aux situations comiques. Au moment où

nous écrivons ces lignes, la dernière fois que l'une de nous a ri remonte à peine à quelques heures, alors qu'elle apprenait que son chat venait de passer la nuit à dormir dans l'un des lavabos de la maison. Surprenant, absurde, incohérent ! Ce n'est pas la place habituelle d'un chat ! Une telle surprise n'a pas manqué de provoquer le rire, le corps ne pouvant répondre autrement par rapport à cette information que nous pouvions contrefaire : un chat qui n'agissait pas comme un chat. Plus la surprise est grande, et inattendue, plus le rire sera fort et perdurera. À l'inverse, si nous nous attendons à un mot d'esprit, le choc en sera diminué et donc le rire proportionnellement moins puissant. Essayez de rigoler franchement lorsque vous entendez une blague pour la deuxième fois. Vous verrez que vous aurez quelques difficultés à faire preuve d'autant de spontanéité.

Pour Nicole justement, prévoir le rire c'est lui enlever tout son plaisir, nous dit-elle lors de son entretien. L'un de ses atouts étant, selon cette enseignante, qu'il est justement imprévisible. De même qu'Élise qui reconnaît volontiers que la routine ferait perdre de son impact au rire. Rigoler à longueur de journée, au bout d'un certain temps, ne serait en quelque sorte plus drôle du tout.

Si la surprise est l'élément indispensable du rire, c'est aussi la conséquence de certaines de ses critiques. Nous vivons dans une société qui n'aime pas l'inattendu; celui-ci, synonyme de perte de contrôle, engendre une période variable durant laquelle l'ordre établi est ébranlé. Nous pouvons alors nous imaginer que le rire puisse peiner à évoluer dans un tel contexte. Lorsqu'il intervient, il empêche la possibilité de planifier sereinement, d'anticiper sans crainte, de se protéger à moindres frais. La surprise est donc traquée jusque dans les moindres recoins de notre société, empêchant ainsi l'Homme de rire.

Imaginons, ne serait-ce qu'un instant, que nous ayons réussi à créer un monde totalement prévisible, où le moindre geste serait toujours anticipé, dans lequel tout se déroulerait tel qu'annoncé. Chacun aurait sa propre place et ne s'en éloignerait jamais. Un monde comme celui-ci ne serait-il pas ennuyeux à mourir ? Heureusement, l'Homme a plus d'un tour dans son sac. Même s'il tend à créer un univers sans surprise, une autre part de son être est faite de cette même surprise. Il ne peut donc s'en débarrasser qu'au risque de ne plus être Homme, ce qui n'est pas près de se produire. Marcelli (2006) nous l'explique d'ailleurs très bien. Selon lui, la surprise est le maître d'œuvre de toute rencontre, elle en est même la condition. Nous ne savons jamais pleinement quelle est la personne que nous allons avoir en face de nous, au téléphone ou cachée derrière la porte à cause de la configuration du bâtiment. Lors d'un entretien par exemple, l'employeur a beau posséder le curriculum vitae de la personne venant

postuler, il perdure une part d'inattendu; il va pouvoir s'imaginer la personne avant de la rencontrer selon ses expériences, mais il ne saura pas qui elle est vraiment. Il restera une part d'ombre à découvrir, laissant ainsi plus de place qu'il n'en est nécessaire pour la surprise. Celle-ci va créer une brèche chez celui qui est surpris, l'envahissant par un panel d'émotions venant d'ailleurs, provenant de la personne qui est en face. Outre le premier pas vers le rire, la surprise, selon Marcelli, va avoir l'effet de se faire envahir par l'autre. L'espace d'un bref instant, le surpris ne se reconnaît plus. Il ne faut voir là qu'une très brève perte de contrôle car ensuite, grâce à l'effet d'altérité qui résulte de cet instant, il va pouvoir prendre conscience de ses propres limites, de ce que Marcelli appelle son quant-à-soi. Sans surprise, il n'est donc pas envisageable de se connaître et de se découvrir soi-même.

Cet apprentissage de soi à travers ces événements déroutants explique en partie l'importante part qu'occupent les jeux de surprise et de tromperie dans le quotidien de l'Homme. Le poker fait souvent son apparition dans les discussions ces derniers temps. Il ne s'agit que d'un exemple parmi tant d'autres, que nous pourrions trouver dans les activités allant de celles du nourrisson aux occupations des personnes âgées. Dans tous les cas, toujours d'après Marcelli, ces divertissements pleins de hasard participent à l'organisation de la psyché humaine, laissant ainsi le joueur se découvrir et façonner les représentations mentales de lui-même, des autres participants, de sa place par rapport aux autres et au reste du monde. Pas étonnant que le rire soit généralement très présent dans les activités de jeux. Lors de son intervention au cours de la journée d'étude genevoise de la petite enfance, Léo Barblan, docteur en psychologie et logopédiste, explique également que *“la surprise est un décalage entre ce qu'on attend et ce qui est réalisé, et alors il y a imprévu”*. Ce dernier appelle à être rusé, à faire appel à des astuces pour se sortir de cette situation, ce à quoi tout joueur est appelé à faire face.

Nous savons à présent les bienfaits de la surprise sur l'Homme, tout comme son caractère parfois dangereux suite à la perte de contrôle qu'elle occasionne. Le rire est justement la matérialisation de cette perte de contrôle de soi et de ce qui nous entoure. Il demande du lâcher prise pour pouvoir s'exprimer. En cela, la surprise en est le plus grand moteur. Mary nous l'explique en quelques mots : *“Je rentre dans le truc et puis eux [les élèves] sont étonnés”*, ce qui a pour effet de les faire rire. Si nous tentons de construire les étapes qui vont successivement amener au rire, nous pourrions les imaginer comme suit : surprise, temps mort, respiration, détente, sourire et finalement le rire. Le temps de chacune de ces phases varie d'une fois à l'autre et en fonction des individus.

2.4 Effets

Nous venons de voir que le rire pouvait être provoqué par diverses situations, ressentis ou impressions. S'en suit alors tout le mécanisme décrit précédemment. Mais que reste-t-il une fois le rire terminé ? Nous avons déjà entendu dire qu'une minute de rire équivalait à dix minutes d'exercice physique sur un rameur en salle de gymnastique. De même qu'une minute de fou rire rallongerait notre espérance de vie d'un quart d'heure. Est-ce là un mythe de la croyance populaire ou les conseils reçus de nos grands-parents sont-ils basés sur une réelle vertu du rire ? Nous penchons *a priori* davantage pour la seconde proposition, accordant au rire un bienfait sur la santé, le concevant d'ailleurs comme indispensable à une vie saine et heureuse. Debarge (2004) approuve d'ailleurs cette manière de concevoir le rire, relevant que ce dernier possède une action positive sur l'Homme, le transformant intérieurement. Que ce soit en multipliant les échanges respiratoires, en renforçant les défenses immunitaires ou en augmentant la production d'endorphine, les vertus du rire semblent nombreuses.

Au fil de nos expériences, nous avons pu constater que le rire, une fois terminé, nous apporte une sensation de bien-être, tant au niveau corporel que mental. Rire de joie permet de se libérer, de se laisser-aller, d'en ressortir apaisé et calme. Lorsqu'Élise nous parle du stress accumulé par son mari, elle tente de mettre des mots sur les effets du rire dans de telles situations, *“comme si ça désamorce, ça dédramatise la situation, autrement ce serait un volcan, pour lui ce serait une catastrophe et ce serait l'explosion”*. Annie parle également du rire comme d'un défoulement, d'une échappatoire. Il permettrait d'exprimer notre trop-plein d'émotions, d'ouvrir les vannes et d'en ressortir purgé. Ryan, de son côté, voit plus loin encore, expliquant que dans sa profession d'enseignant, s'il ne rigolait pas, il finirait en dépression, en *“burn-out”* selon ses mots. Plessner (1995) explique en partie les raisons qui nous poussent à éprouver ce bien-être à la suite du rire. Selon lui, ce dernier monte de la profondeur de la vie qui s'attache aux sentiments. Le laisser se divulguer hors de notre corps permet donc d'exprimer nos ressentis, de nous libérer de leur contrainte. Rinza (1988) s'accorde avec cette idée, écrivant que le rire n'est pas uniquement une décharge de tension, mais aussi l'expression d'un plaisir. De plus, Plessner (ibid.) nous apprend que le rire déclenche une multitude de phénomènes dans notre corps. Lesquels ? Nous l'expliquerons dans quelques instants. Tous ces phénomènes laissent le rieur dans un état confus, ce dernier étant désorienté, ne sachant plus réellement où il est.

Nous exprimions ci-dessus que le rire semblait nous apporter un sentiment de bien-être. Cela provient en partie de ce qu'il endosse en quelque sorte le rôle d'un agent anti-stress si

l'on en croit Debarge (2004), réduisant par la même occasion les sensations négatives qui nous perturbent et, qui plus est, accentuent notre sentiment de souffrance. Il n'est donc pas rare que l'on ressorte heureux d'un bon moment de rigolade. Ces périodes représentent un fort travail musculaire pour notre corps; les poumons sont davantage sollicités et la respiration plus soutenue, ce qui aide à combattre le stress. Il est bien évident que le rire n'est pas une arme contre toutes les situations quotidiennes qui peuvent engendrer une certaine dose de tensions. Il ne fait pas disparaître cette sensation parfois rattachée à un sentiment d'oppression, mais il aide à la diminuer, à la rendre, pour un temps, relativement plus acceptable.

Dans le même ordre d'idées, Rusinek (2004) nous explique quels sont, selon lui, les effets du rire. Sa plus grande vertu est celle de soigner les émotions. Il compare son effet à celui de certaines substances illicites qui sont supposées nous mener au Nirvana. Plutôt que de risquer de provoquer des séquelles irrémédiables pour notre santé, il propose un produit qui permet de relâcher nos inquiétudes et de favoriser les expériences au cours desquelles nous ressentons des émotions agréables. Ce produit, vous vous en doutez, n'est autre que le rire. Il serait dès lors dommage de s'en priver. Rusinek précise également que "dans les groupes de psychothérapies à base du rire qui se développent actuellement, on lui confère des effets bénéfiques sur la santé en général, sur l'état psychologique, sur le système immunitaire, les maladies cardiaques..." (p.100). Les effets positifs du rire sont donc nombreux. L'auteur se base ensuite sur les travaux de Berk pour relater les observations faites sur l'état biologique de plusieurs personnes lors d'une recherche sur le rire. L'expérience s'est déroulée dans un cinéma. Des individus étaient amenés à regarder un film comique. Une étude sanguine après la séance a alors révélé une fluctuation de certains indices immunitaires, ces derniers étant en légère hausse. Renouvelant l'expérience, mais cette fois-ci avec des individus souffrants de problèmes cardiaques, les chercheurs ont observé qu'une demi-heure par jour de film humoristique permettait de réduire les troubles rythmiques, la tension artérielle ainsi que les risques d'infarctus. Finalement, ils ont découvert que la production d'hormones, comme les endorphines, augmenterait rien qu'à l'idée même d'aller voir un film comique. Ces recherches nous ont laissées quelque peu pensives. Le rire apporte un bien-être, sur ce point nous sommes d'accord. Mais de là à le considérer comme un médicament ? Le rire permettrait de guérir certaines maladies si nous en croyons le livre de Rusinek et les recherches de Berk. Troublées par de telles découvertes, c'est avec une certaine joie que nous nous sommes mises

à rire de plus belle, tout en continuant notre périple dans cet univers décidément plein de surprises qu'est le rire.

Toutefois, il est bon de faire preuve d'une certaine réserve quant à tous ces bienfaits attribués au rire. Nous l'avons vu dans les notions abordées jusqu'à présent, il n'est pas toujours évident de distinguer ce qui appartient au rire, au plaisir ou encore à la bonne humeur. Tant de facteurs interviennent qu'il serait impossible d'isoler ce qui a trait uniquement à l'un ou à l'autre. Il convient d'ailleurs de rappeler que le rire représente ici un ensemble de facteurs.

Le rire, accompagné de toute sa cohorte de fidèles, bouleverse le fonctionnement de notre organisme. De plus, bien qu'il ne modifie pas directement notre état morphologique, il permet de changer le regard que nous avons de nous-mêmes, tout en introduisant une distance entre le moi et le ressenti. D'après Debarge (2004), il existe des rires qui feraient briller les yeux, qui pourraient éclairer des visages et restaurer chez des gens qui souffrent ou qui doutent, la confiance et l'équilibre qui leur font défaut. Bergson (2007) avait également observé que le fait de rire d'un défaut permet de lui enlever de l'importance. Rire de soi a donc pour résultat de se donner les outils nécessaires afin de prendre du recul sur soi-même tout en se regardant autrement et en relativisant ses problèmes. Cela expliquerait que le rire puisse nous donner l'impression de nous rendre la vie plus agréable. Prenons l'exemple de Clara qui, lors de ses entretiens, va parfois utiliser le rire afin de *“désamorcer un peu la situation par l'humour, par le rire, ou de mettre un peu les choses à leur place, de dédramatiser”*. Cela permet de voir les situations sous un jour nouveau et d'être plus à même d'en trouver les solutions.

Vous est-il déjà arrivé de rire si fort et si longtemps que vous en ayez eu mal au ventre ? Nous avons éprouvé ce douloureux effet à maintes reprises. Nous pensions qu'il s'agissait du résultat de la forte sollicitation de notre musculature. Douleur abdominale, l'impression que notre visage a été tiré dans tous les sens, quelques difficultés à ouvrir la bouche, voire même à parler correctement. Pour Mary, rire toute la journée revêt même un caractère épuisant. Tout porte à croire que nos muscles en sont les responsables. Mais pas seulement, nous annonce Critchley (2004). Lorsque nous rions avec force, nos organes se mettent à vibrer et à osciller suite aux mouvements de notre corps et à la forte contraction puis au relâchement constant de la majeure partie de nos muscles. C'est la combinaison de ces facteurs qui rend parfois notre rire douloureux.

D'un autre point de vue, si le rire était une maladie, il aurait d'extraordinaire sa rapide et incontrôlable contagion. Nous l'avons vu, rire est une forme d'intrusion d'un tiers en nous,

nous amenant à révéler qui nous sommes; le rire aide à mieux se connaître. Ce contact pourrait être associé à l'effacement des frontières identitaires, chaque personne présente se renvoyant l'image de lui-même à tout va, permettant ainsi au rire de passer d'un individu à l'autre. Ainsi, plus un groupe est nombreux, plus il aura de chances d'être riche et surprenant. Cet aspect finit généralement par convaincre les éventuels récalcitrants à se laisser aller au rire. Outre tous les effets du rire déjà énoncés, celui-ci aura également un impact, si l'on en croit l'École Suisse du Rire Relationnel (2006), sur la consolidation des liens entre les personnes, renforçant l'identité du groupe.

Le rire, loin d'être une maladie, peut apparemment être utilisé comme un médicament. Maintenant que nous connaissons mieux les conséquences que peut engendrer un éclat de rire, nous pouvons nous pencher sur cette découverte en plus fins connaisseurs. Depuis toujours, il est admis qu'une personne faisant preuve de bonne humeur, d'un bon sens moral, sera moins sujette à certaines maladies. Nous avons du mal à nous imaginer un homme débordant de joie s'installer sur le fauteuil de malade de notre cher Molière. Être heureux et bien portant participent effectivement au fait de se maintenir en bonne santé. L'effet positif du rire sur le corps et l'esprit est aujourd'hui reconnu au sein de centres hospitaliers. Bien que certains spécialistes se montrent encore sceptiques quant aux bienfaits du rire sur la santé, il n'en reste pas moins une façon idéale et gratuite de se détendre, car, pour reprendre les mots de Tania dans son entretien, "[quand] *on rigole, on est super bien !*".

Gardons tout de même à l'esprit que le rire n'a pas pour fonction première de guérir; il peut s'agir là d'un effet secondaire, au même titre que le sport est bon pour la santé. Il aide le corps à éliminer le mal qui le ronge, mais n'est pas considéré comme un médicament en tant que tel. Nous allons observer plus en détail les effets qu'a le rire sur notre organisme à travers le prochain sous-chapitre.

2.5 Thérapie par le rire

Pour qu'il y ait lieu de commencer une thérapie, de débiter un traitement, il est nécessaire que nous soyons préalablement atteint d'un trouble, qu'il soit physique ou psychique. Tout au long de ce sous-chapitre, nous nous baserons essentiellement sur l'ouvrage du Docteur Christian Tal Schaller, *Rire pour gai rir* (1997). D'après ce dernier, être en bonne santé n'est pas le fruit du hasard; il s'agit de l'état normal de celui qui sait prendre soin de lui d'une manière naturelle et harmonieuse. Si nous savons écouter notre corps, nous serons donc en mesure de prévenir le mal avant qu'il n'arrive.

Pour que nous puissions parler de maladie, il faut donc qu'il y ait intoxication du corps physique ou trouble mental. D'une certaine manière, la maladie représenterait l'effort du corps qui lutte pour se dépolluer, bien qu'il arrive que l'élimination des toxines soit insuffisante pour éradiquer le mal. Afin d'aider notre corps dans son combat, il est bon d'apprendre à se libérer du stress et des tensions qui peuvent miner notre santé à notre insu. Le pire serait un stress chronique, source de bien des troubles chez les employés de bureau, par exemple. Lorsque nous nous sentons mal, il est important de comprendre d'où vient la douleur ou la maladie, quelle en est la cause, afin de pouvoir l'accepter pour mieux lutter, sans risque qu'elle refasse surface une fois notre vigilance endormie.

Bien que le docteur Tal Schaller nous démontre les vertus thérapeutiques du rire, il est intéressant de rappeler qu'il n'a pas toujours été employé à cette fin. La société française d'étude du 18^e siècle (2000) nous apprend qu'il était d'abord considéré comme un remède en médecine, avant de revêtir le rôle de palliatif, pour finalement être utilisé aux fins de soigner les maux d'esprit. Mais qu'en est-il au 21^e siècle ? Aujourd'hui, le rire est reconnu comme instrument thérapeutique. Lorsque les thérapies se basent uniquement sur le rire, elles portent le nom de gélothérapie, du grec *gélōs* qui signifie *rire*. Bien que ce type de traitement ne date certainement pas de l'Antiquité, il existe des textes anciens permettant à Dieguez (2008) ainsi qu'à la société française d'étude du 18^e siècle d'affirmer que, déjà à cette époque, des qualités curatives étaient attribuées au rire. Mais pourquoi les médecins actuels n'adhèrent-ils pas tous à ce courant de pensée ? Si nous en croyons le docteur Tal Schaller (1997), le rire est un formidable outil qui pourrait permettre de réactualiser les stocks énergétiques de notre corps. Il contribue à nettoyer et à libérer les voies motrices supérieures en sollicitant toute notre musculature, tout en l'approvisionnant en oxygène. D'une certaine façon, son effet est comparable à celui de la toux, qui expulse hors de notre corps l'infection qui l'habite.

Soigner le patient par le rire en plus d'autres traitements s'apparente à de la médecine holistique. En effet, cette dernière s'occupe de l'être humain dans sa totalité physique, émotionnelle, mentale et spirituelle, cherchant le mal dans les moindres recoins de l'être. Elle englobe les recherches et les thérapies des méthodes traditionnelles anciennes, de la psychologie ainsi que de la spiritualité. S'occuper du corps se limite aux contenus de l'enveloppe charnelle. Cette dernière étant fort complexe, il y a déjà une multitude de soins possibles et envisageables qu'il peut être nécessaire de prodiguer. Un médecin pratiquant la médecine holistique se confronte donc à la complexité du corps et à l'immensité tout aussi alambique de l'esprit de son patient. Afin d'aider à pratiquer ce type de médecine, le docteur Tal Schaller propose d'apprendre à faire rire sa vie quotidienne. Le sourire ainsi que la gaieté sont utilisés comme des outils thérapeutiques. Pour se maintenir en bonne santé, mais aussi pour le redevenir, il est important d'avoir le sens de l'humour. Le sourire, le rire et l'humour sont autant de moyens de se guérir. Leurs plus grands agents dans le milieu hospitalier, qui ont pour mission de faire rire les patients – principalement les enfants – et de faire sourire le monde ne sont autre que les hôpitaux. Ils se baladent avec leur nez rouge dans les couloirs, passant de chambre en chambre et laissant généralement filtrer un éclat de rire lorsqu'ils ouvrent la porte pour prodiguer leur joie à un autre malade. Est-ce le rire ou les traitements plus conventionnels qui soignent ces patients ? Pour nous, il ne s'agit de l'effet ni de l'un, ni de l'autre, mais bel et bien des deux combinés. Ils reconstruisent ensemble la santé de la personne malade, prenant le pas du système immunitaire pour le rendre d'autant plus résistant. Mais en quoi le rire aide-t-il à soigner le patient ? Il peut lui montrer sa maladie sous un jour nouveau et l'aider à l'accepter, mais participe-t-il au combat réel que mène chaque jour le corps pour éradiquer l'infection qui l'habite ?

Outre ses effets bénéfiques émotionnels, le rire contribue à améliorer l'état physique. Ses bienfaits sont multiples, allant de la digestion aux douleurs, en passant par le sommeil ou le système immunitaire. Afin d'en saisir toute la portée, prenons le temps de détailler ses effets sur l'organisme.

Le rire, de par son action sur le système respiratoire, participe à l'arrêt d'une crise d'asthme, aidant la personne à reprendre son souffle par petites saccades. Il est cependant nécessaire d'être vigilant, dans le cas où l'individu n'arriverait pas à calmer sa respiration, afin de l'aider convenablement et à temps. Bien employé, le rire peut améliorer le système respiratoire, le rendant plus complet et plus fort. De plus, l'augmentation des échanges pulmonaires tend à faire baisser le taux de graisse dans le sang, aidant ainsi à lutter contre le

cholestérol. La sollicitation de l'appareil respiratoire contribue également à expulser l'oxygène qui est à l'intérieur de notre corps, permettant ainsi d'améliorer les fonctions intestinales et hépatiques. En parallèle, il aide à combattre la constipation grâce au brassage en profondeur de l'appareil digestif. Ce dernier profite lui aussi des bienfaits du rire : lorsque vous riez, vous avez peut-être déjà remarqué que votre bouche s'emplissait de salive. Cette augmentation, ainsi que celle des sucs gastriques, améliorent la digestion, la rendant plus efficace et complète. De même, le pancréas se trouve lui aussi stimulé, produisant d'avantage de sucs pancréatiques, ce qui améliore également notre digestion.

Mais le rire ne s'arrête pas là. Nous avons vu que les données qui déclenchent le rire se situent dans le système cortical. Cela engendre la sécrétion de différentes hormones et neuromédiateurs indispensables à l'équilibre du corps et de la santé. De plus, la sollicitation des muscles du visage permet, en quelque sorte, de masser ce dernier, le rendant ainsi d'apparence plus souple et plus jeune. Le rire combat les rides ! Il a déjà été mentionné que le rire permet de limiter les effets nocifs du stress et de la dépression, tout comme l'observe Élise dans son entretien lorsqu'elle constate "*que c'est [les thérapies par le rire] une bonne façon de gérer le stress, de se dégager de situations tendues*". Cela est rendu possible grâce à son action sur le système parasympathique. Du coup, il améliore indirectement le sommeil. Enfin, le rire permet de calmer la douleur à travers la sécrétion d'endorphine. À très haute dose, il peut même devenir une sorte d'anesthésiant. Qui aurait pu imaginer qu'un tel panel d'actions se cachaient derrière le rire ?

Suite à toutes ces explications, nous comprenons mieux que Rinza (1988) qualifie le rire comme étant représentatif de la santé d'un individu. De même, lorsque le docteur Tal Schaller affirme que la meilleure assurance maladie réside dans le fait de réapprendre à rire et à se défouler, nous serions tentées de le croire.

Il est à présent plus évident de considérer le rire comme ayant des vertus thérapeutiques d'un point de vue médical. Et si nous vous disions qu'il l'est également pour un comédien, nous croiriez-vous ? La société française d'étude du 18^e siècle (2000) nous affirme que c'est le cas, le rire ayant un pouvoir démystificateur. En démystifiant la société, les spectateurs ou l'acteur lui-même, il permet de soigner certains maux en les dédramatisant, en les replaçant dans leur contexte. Dans un article de *L'Hebdo* réalisé par Falconnier (2008), Jean-Marc Desponds explique qu'assister à un spectacle sur l'homme et la femme permet parfois au couple d'éviter une thérapie. *Les hommes viennent de Mars, les femmes viennent de Vénus, Caveman* et bien d'autres, ont ainsi permis de voir, de comprendre, de rire de soi et

finallement d'accepter sa situation. Certains disent ressortir bouleversés d'un opéra de Puccini, alors que d'autres ressortent changés après une bonne comédie.

Si nous voulons pousser plus loin la thérapie, pourrions-nous dire qu'un rire forcé possède les mêmes vertus qu'un éclat de rire spontané ? C'est auprès de Jobé (2008) que nous sommes allées chercher la réponse. Il parle dans son livre de la méthode de yoga de Nicole Burgbacher, qui a constaté que les effets de ces deux types de rire – spontané et déclenché volontairement – sont identiques, le cerveau ne les différenciant pas. Selon Jobé, le yoga permet de prendre soin de son moral, mais aussi de son corps. Alors pourquoi ne pas inventer un yoga du rire ? L'auteur nous raconte que c'est ce qu'a fait Madame Kataria en Inde, l'inventant en 1995 suite à la peine que lui procurait toute la souffrance qui l'entourait. Elle décida de mettre en place une méthode de rire sans raison. Plus tard, cela se mêla à d'autres pratiques pour former les clubs de rire tels que nous les connaissons. Bien que l'objet central de ces séances soit le rire, il ne doit pas être manié n'importe comment, n'importe où et n'importe quand. Tout un contexte et des conditions d'utilisation doivent être mis en place autour de ce rire, la respiration devant par exemple venir du ventre afin de permettre l'ensemble de ses vertus. Grâce à ces séances, les participants vont tenter de retrouver leur rire d'enfant. Une fois adulte, il est courant d'oublier qu'il fut un temps où nous rigolions très souvent et sans raison apparente. Aujourd'hui, se mettre en cercle, cacher son visage puis brusquement le montrer en disant *coucou* demande un important exercice d'autodérision. Quoi qu'il en soit, ces groupes de rire tentent de faire ce que conseil le docteur Tal Schaller, c'est-à-dire d'enseigner la santé par le rire. Cependant, au cours de son entretien, Clara nuance le côté bénéfique des gélothérapies, expliquant que, selon elle, cela ne soigne pas mais permet de détourner un individu de la vision de ses problèmes. Ces derniers n'étant toutefois pas résolus pour autant, ils peuvent renvoyer la personne à un état plus catastrophique qu'avant les séances, si ceux-ci refont surface ultérieurement; il peut donc être risqué de suivre ce genre de pratiques dans un but purement thérapeutique.

Pour les personnes qui seraient encore sceptiques quant aux réels bienfaits du rire sur la santé, nous vous laisserons avec cette histoire. En 1964, Normand Cousins était victime d'une grave maladie inflammatoire. Il s'est alors "aperçu qu'il se portait beaucoup mieux après avoir ri en visionnant un film comique. Chaque séance lui apportait deux heures de repos sans douleur. Après quelques mois, il fut guéri" (site Internet 3). Faits véridiques, canular, effets dûs aux médicaments et/ou au rire ? Libre à chacun de croire ce qu'il souhaite.

2.6 Pathologies

En quoi le rire peut-il, lui qui possède de si grandes vertus, être la cause ou la manifestation d'une maladie ? S'il y a bien une chose que nous a appris notre mémoire, c'est que le rire est fait de surprise. Plus complexe qu'il n'y paraît, un rire peut également en cacher un autre. Black (1982) et Askenasy (1987) se sont penchés sur la question de l'existence d'un rire pathologique et y répondent par l'affirmative. Il ressort de leurs travaux que, pour pouvoir être considéré comme tel, le rire doit correspondre à une ou plusieurs des caractéristiques suivantes :

a) Une intensité et une durée immodérées, disproportionnées comparées à celle du stimulus-déclencheur. Cela peut provoquer une certaine inauthenticité du rire.

b) Un rire incontrôlé et incoercible.

c) Un rire inapproprié et manifesté lors d'une situation objectivement non risible; sa réaction peut être le reflet de sa tristesse, sa colère, sa douleur, etc. pour lequel le rire n'est habituellement pas de mise.

d) Une exclamation de rire non motivé.

e) Un manque de tendresse lorsque la personne réagit par une simple crispation faciale, n'émettant aucune tonalité affective.

Il est donc possible d'identifier plusieurs types de rires pathologiques, comme par exemple le rire neurologique (attribué à des lésions cérébrales), le rire psychologique (lors d'hystérie, de schizophrénie, de comportement maniaque, etc.), ou encore le rire toxique (entraîné par les drogues, l'alcool ou par les médicaments).

Dans son entretien, Clara nous parle d'enfants pouvant faire preuve d'un rire pathologique. Lorsque ceux-ci sourient et rient beaucoup et si nous pouvons identifier ces actes comme étant défensifs, il y a des risques que nous ayons affaire à un enfant dépressif. La psychopédagogue nous met toutefois en garde de bien évaluer la situation avant d'envisager une telle éventualité. Un bébé qui rit n'est absolument pas dépressif : c'est au moment où ce mécanisme devient une défense qu'il faut être doublement attentif. Lors de cette même discussion, la spécialiste interrogée nous rend attentives à l'utilisation du rire face à certaines pathologies liées à d'autres maladies. Elle évoque alors le souvenir troublant d'une fillette atteinte d'une maladie dégénérative; cette dernière pouvait soudainement être prise de spasmes très violents, qui, en cas de trop fortes sollicitations, devenaient de plus en plus envahissants et dangereux. Lors d'une crise particulièrement puissante, celle-ci fut emmenée à l'hôpital. C'est alors qu'arriva un hâpiclown, fort de tout le bien-être qu'il pensait pouvoir

prodiguer à l'enfant et qui, au lieu de cela, aggrava son cas. Se pose alors la question de savoir jusqu'où peuvent aller ces acteurs face à certaines maladies. À cette question, nous n'avons pas encore de réponse. Il est important de garder à l'esprit que, lorsque nous essayons de faire rire quelqu'un, il faut que la personne soit consentante et ait envie de partager ce moment avec nous. Rien qu'en observant les réactions du malade sur son lit d'hôpital, avec ce que Clara appelle le *regard professionnel*, nous devrions être capables d'éviter ce genre de situations difficiles.

2.7 Rire et humour

L'humour...ce mot a déjà été cité précédemment, notamment à travers l'analyse de Critchley (2004). L'humour : un comportement humain parmi tant d'autres. Ce terme apparaît pourtant en filigrane dans tous les concepts abordés et s'insinue entre toutes les lignes de notre discours. Il existe une telle proximité entre rire et humour qu'il est normal de les voir s'entremêler tout au long de notre mémoire. Afin de pouvoir faire le point sur la situation et savoir plus précisément ce que nous devons à l'un ou à l'autre, nous allons dans un premier temps chercher à définir l'humour, puis nous mettrons en lumière les liens qui l'unissent ou le distinguent du rire.

Qu'est-ce que l'humour ?

"L'humour est un phénomène psychique d'une très grande complexité" nous annonce Pierre Manil lors de sa conférence. Nous voilà prévenues. L'humour, de par sa subjectivité, est rendu difficile à cerner et à étudier de manière scientifique et empirique. Il est si personnel que nous pourrions presque trouver autant de définitions qu'il y a d'êtres humains. Letombe, dans le troisième tome de *Savoir(s) en rire* (1997) voit l'humour comme quelque chose que nous *avons*. "On ne fait pas de l'humour, on en a", celui-ci "n'est pas rattaché, à première vue, à un simple conditionnement. Il semble appartenir à un autre domaine, celui de l'inattendu, de l'imprévu, de l'ingérable" (p. 102). Pierre Manil s'accorde également à reconnaître cet effet, décrivant l'humour comme "*une pirouette qui crée la surprise*". Il va surprendre notre cerveau "*en le chatouillant. Il le bouscule aimablement. Il agresse ses certitudes mais gentiment. Il le taquine. Il lui impose une douce violence*". Lorsque nous avons affaire à l'imprévu, les réflexes premiers de l'Homme sont appelés à faire surface pour pouvoir répondre à la situation. Nous nous révélons ainsi tel que nous sommes réellement,

d'où la part considérable de subjectivité résidant dans l'humour. Cela explique également pourquoi, comme l'écrit Aimard dans *Savoir(s) en rire 2*, dès que nous parlons de ce dernier, que ce soit "en psychologie, en linguistique, en pédagogie ou à d'autres titres encore, on en vient à peu près toujours à explorer de façons mêlées des pistes théoriques et ses propres expériences ou observations" (p. 28). Il est impossible d'isoler l'humour de son vécu personnel, et donc de faire preuve d'objectivité lorsque nous en parlons. Tout cela rend extrêmement difficile toute définition qui soit claire et précise, qui plus est approuvée par la communauté scientifique. Nous avons même été confrontées à plusieurs reprises à des auteurs qui ne voulaient pas se risquer à expliquer ce concept scientifiquement, parmi lesquels Camilo (2000), Kuhlmann (1984) ou encore Zuk et Dalton (1998).

Dans un tel contexte, nous étions quelque peu déboussolées, ne sachant plus quelle piste suivre pour s'approcher d'une définition convenable de l'humour. Finalement, nous avons découvert un auteur du nom de Reymann Sutter (2001) qui explique les origines du mot humour. Celui-ci trouverait ses racines dans la *théorie des humeurs* d'Hippocrate qui a établi la prédominance dans l'organisme d'un individu du sang. En d'autres mots, il s'agit de la lymphe, ou de la bile également connue sous le nom d'humeur noire, maîtresse de l'humour. Selon le *Micro Robert* de 1988, l'humour est une "forme d'esprit qui consiste à dégager les aspects plaisants et insolites de la réalité, avec un certain détachement" (p. 510). L'humour noir, pour sa part, "s'exerce à propos de graves, voir macabres situations". Finalement, avoir le sens de l'humour, c'est "être capable de s'exprimer avec humour, de comprendre l'humour (même à ses dépens)". Afin de corroborer ces informations, nous sommes allées voir du côté du *Petit Larousse Grand Format* de 2006. Ce dernier qualifie l'humour, en plus des données apportées par le Micro Robert, d'un moyen de dissimuler "sous un air sérieux une raillerie caustique" (p. 555). L'humour noir, quant à lui, "souligne avec cruauté, amertume et parfois désespoir l'absurdité du monde". En un peu plus de vingt ans, nous sommes passés d'un détachement à une dissimulation de nos ressentis. L'humour est un outil utilisé pour dire ou faire quelque chose d'une manière détournée. Il s'agit donc là d'un moyen de communication nécessitant que la personne à qui l'interlocuteur s'adresse parle le même langage et puisse ainsi interpréter ses paroles dans le même sens. Léo Barblan l'explique également lors de sa conférence. Le langage fonctionne pour dire, mais pas seulement. Il permet également de ne pas dire, grâce aux sous-entendus et aux non-dits. Il faut donc savoir non pas lire entre les lignes, mais écouter entre les mots pour être capable de comprendre ce langage à double sens qu'est l'humour.

Reymann Sutter (ibid.) nous aide à retracer le parcours historique de l'humour afin de mieux saisir son rôle aujourd'hui. Du 16^e au 18^e siècle, il est passé par différents stades, glissant lentement vers une vision de plus en plus objective. Au début, nous *étions* humour, puis nous *avons* de l'humour, pour finalement *faire* de l'humour. S'est alors développé, au cours de ces quelques deux cents ans, une double tradition en lien avec l'humour qui perdure de nos jours, avec d'une part le côté artistique et d'autre part celui du social. À partir du 18^e siècle, l'humour avance vers le devant de la scène et devient une réalité internationale. Il connaît son âge d'or au cours de cette période, ses définitions fleurissant de tous côtés. Il prospère également dans le domaine littéraire, allant de Voltaire à Queneau. Grâce à l'essor phénoménal qu'a connu l'image au 19^e siècle, l'humour se retrouve également dans le domaine plastique (Daumier, Grandville, etc.), pour finalement aboutir à une forme de communication faite en partie de son nom; le dessin d'humour, ou le dessin humoristique.

Mais l'humour, ce n'est pas uniquement l'art de dessiner, de créer ou d'écrire. C'est aussi, comme l'explique Freud à travers les mots de Reymann Sutter, la capacité de mettre à distance tout ce qui pourrait être susceptible de diminuer son propre moi. Il s'agit donc là d'un formidable moyen de protection, permettant de renforcer sa capacité de défense. Avec un acte proche de l'action non-violente, je cache ma vulnérabilité, je renforce mon narcissisme. Grâce au glissement d'attention que j'obtiens avec l'humour, je protège tout narcissisme, quel qu'il soit, autant le mien que celui de l'autre ou des spectateurs s'il y en a. En rendant une attaque qui m'est dirigée dérisoire, je lui enlève toute capacité de me nuire. Nous comprenons dès lors pourquoi Graffard assimile l'humour à un bouclier "à la fois contre le monde intérieur des sentiments et contre le monde extérieur, tout en permettant d'échapper à la résignation, de ne pas se laisser abattre et de rester debout face à l'inhumain" (*Savoir(s) en rire* 3, p.191). Si l'humour me sert de protection, c'est qu'il y a préalablement eu irruption à un endroit de mon être que je souhaitais garder intact, laisser secret. Si je sens le besoin de le blinder contre tout regard, c'est qu'au fond de moi, je ne me sens pas assez sûr de moi pour le laisser exposé. L'humour est donc un outil pour les personnes timides qui n'osent pas toujours affronter la réalité telle qu'elle est, ou telle qu'elles voudraient qu'elle soit. Pour Letombe, "au fin fond de l'humour gît la peur, celle qui ferait basculer les choses dans un réalisme frontal, effrayant, ordinaire" (*Savoir(s) en rire* 3, p.103). L'humour c'est donc, comme l'évoque Rinza (1988), l'art de réussir à dire de manière plaisante des vérités blessantes. Chacun possède un jardin secret, enfoui quelque part en lui, qu'il désire protéger au prix de n'importe quel sacrifice. Tout être humain peut donc faire preuve d'humour.

C'est l'aspect de l'humour tel que nous venons de le décrire qui a fait de ce dernier une certaine forme d'art de vivre. Il permet à tout individu d'affronter les pires désastres sans pour autant perdre sa dignité, d'autant plus que cette dernière est importante pour chaque individu. Il est donc tout naturel que l'humour ait toujours existé dans les mœurs de nos sociétés, nous permettant ainsi de rester Homme. D'une certaine manière, l'humour se rapproche donc de l'humeur, ou tout du moins de nos réactions affectives. Il est le signal d'un agacement ou d'une pulsion interne que nous serions obligés de taire, de proscrire en d'autres occasions. L'humour nous permet de pouvoir libérer nos tensions, sans devoir en assumer l'entier des conséquences. Grâce à lui, nous allons pouvoir transformer une catastrophe en drôlerie, mettre à jour l'incongru, l'insolite, le pittoresque de l'horrible, la loufoquerie du cauchemar.

Rencontre du rire et de l'humour

L'humour, nous l'avons vu, possède des composantes tant physiologiques, affectives, qu'intellectuelles, ludiques et sociales. Il est intéressant de noter que nous retrouvons ici les caractéristiques associées au rire. Le rire et l'humour seraient-ils similaires ? Nous serions dès lors bien tentées de faire l'amalgame et de déclarer que l'humour se retrouve dans les sourires et les rires. Mais Aimard nous met en garde contre une vision si simpliste, chacun sachant que "l'humour n'est pas forcément les rires" (*Savoir(s) en rire 2*, p.28). De plus, les sourires ne reflètent pas forcément l'humour. Contrairement au rire qui est spontané, ils peuvent être travaillés, forcés, répondant ainsi à une attente sociale plutôt qu'à un réel désir de manifester nos ressentis face à une situation comique. Alors que la spontanéité du rire peut parfois être blessante, le sourire bénéficie généralement d'un temps de réflexion préalable.

Bien qu'ils ne soient pas irrémédiablement liés l'un à l'autre, le rire et l'humour restent tout de même très semblables. Comme l'explique Dieguez (2008), ils peuvent tous deux permettre de désamorcer une situation tendue, de faire passer indirectement un message, ou alors de se détendre suite à une journée laborieuse. De même que pour Linda qui mélange habilement les deux notions dans son entretien, déclarant que l'humour est "*la capacité de rire de quelque chose, de désamorcer quelque chose, de prendre moins au sérieux les choses aussi, les situations*". Nous avons donc entre les mains deux composantes qui peuvent n'en former qu'une, pour ensuite se distinguer et à nouveau se retrouver ! Heureusement, Ziv (1979) nous aide à reprendre nos esprits, définissant l'humour comme un comportement dont la plus fréquente manifestation est le rire. Ces deux notions sont au même titre une forme de

plaisir qui trouve sa source dans un sentiment de libération, ils permettent une prise de distance et la maîtrise de nos tensions internes. Là où ils se distinguent, c'est que l'humour devra nécessairement répondre à une inquiétude qui peut provenir de toute part, à n'importe quel moment. Une fois cette angoisse identifiée, il va encore falloir en définir l'intensité, afin de la classer comme potentiellement dangereuse ou insignifiante. Ce n'est que dans le premier cas de figure que l'humour va apparaître. Contrairement au rire, il relève d'un enjeu et non d'un jeu. L'humour n'est pas gratuit.

L'humour n'est donc pas égal au rire. Il est certes courant qu'il fasse rire, mais il peut également faire sourire, laisser impassible ou encore provoquer un ricanement. Lorsqu'il n'est pas compris, il peut alors irriter, émouvoir ou indigner. Dans d'autres cas, il peut être une source de courage. Nous avons essayé d'observer les manifestations physiques de l'humour, afin de pouvoir les comparer à celles du rire. Nous nous sommes alors rendues compte que ce n'était pas possible, tant ses formes sont multiples, allant de l'intellectuel à l'affectif ou de l'esthétique à l'éthique. Nous pouvons également constater que l'humour est une protection, tandis que le rire exprime généralement la joie, que ce soit celle induite par la situation elle-même ou celle découlant du fait de pouvoir lâcher ses tensions internes. Goldstein & McGhee (1972), ainsi que Ziv (1979) s'accordent tous deux à dire que l'humour n'est pas un équivalent du rire, qu'il ne saurait posséder toutes ses multiples facettes. Nous pourrions encore décrire l'humour comme se trouvant à mi-chemin entre la tragédie et le rire, comme un pont entre ces deux notions. Finalement, afin de concilier la diversité de nos observations, nous pourrions résumer nos découvertes en expliquant que le rire, étant l'une des causes principales de l'humour, est, d'une certaine manière, sa manifestation observable, tout en ayant un comportement qui lui est propre. Le rire et l'humour sont donc deux formes de comportements différents qui vont généralement ensemble.

*

* *

Tout au long de ce chapitre, nous avons appris à comprendre le rire, à savoir ce qui se cache derrière ce mot, à découvrir son mécanisme, quelles sont les causes qui peuvent le déclencher et les effets qui y sont liés. Ces derniers sont nombreux, tant au niveau psychique que physique. Le rire peut apporter un réel bien-être, mais il peut également être le signe d'une maladie. Finalement, nous nous sommes promenées dans les sentiers de l'humour, afin

de comprendre ce que cette notion avait de commun ou non au rire. Les deux concepts sont extrêmement proches et présents dans nos lectures et nos entretiens, c'est pourquoi il nous semblait important d'apprendre à mieux les connaître. À présent, notre vision du rire est suffisamment étoffée pour que nous puissions chercher à comprendre quel est son rôle et son implication dans notre société, afin d'être à même d'entrer en toute connaissance de cause dans une classe et d'aborder les différents aspects du rire qui s'y trouvent.

CHAPITRE 3 – RIRE ET SOCIÉTÉ

La seule chose sérieuse ici-bas, c'est l'humour.

Jankélévitch

Comme une batterie électrique, l'organisme se charge par les contrariétés et se décharge par le rire.

Malcolm de Chazal

Rire est le propre de l'Homme. Cette phrase énoncée par Aristote et rendue célèbre par Rabelais au temps de la Renaissance sera notre guide tout au long de ce chapitre. Nous chercherons à comprendre quels liens nous unissent au rire, retraçant notre histoire à travers les périodes marquantes du rapport que nous entretenons avec ce dernier. Scientifiquement parlant, nous sommes des *Homo sapiens*, ce qui signifie *hommes pensants* en latin. Laissons-nous être, l'espace de ce chapitre, des *Homos ridenti*, des *êtres rieurs*. Ou, mieux encore, des *homos risibilis*, correspondant davantage à notre vision du rire et signifiant autant *êtres risibles* que *êtres dotés du don de rire*.

Si l'histoire du rire se mêle à celle de l'évolution de l'Homme, c'est que la surprise y a sa part. Sans elle, Marcelli (2006) nous explique que le dialogue entre deux êtres humains, et cela quelque soit l'époque, ne serait pas le partage d'une expérience, mais l'affrontement de deux individus qui s'évaluent, se mesurent, se suspectent. La surprise a donc accompagné le rire tout au long de son évolution. Bien que son nom n'apparaisse pas explicitement dans ce chapitre, nous tenions à préciser qu'elle est présente, cachée derrière la plupart de nos propos. Trotignon affirme que, quelque soit l'époque, il est bon de rire sans arrière-pensées, car "la vraie pensée n'a pas d'arrière pensée" (*Savoir(s) en rire I*, 1997, p.145). Pour pouvoir rire ainsi, il est nécessaire de s'abandonner totalement au rire. Laissez-vous guider en toute confiance dans ce tourbillon de sensations, afin de plonger à travers le temps et d'en apprendre davantage sur les pratiques qui ont fait du rire ce qu'il est aujourd'hui.

3.1 Au fil des siècles

Le rire suscite de l'intérêt depuis des centaines d'années et fut l'objet de nombreuses réflexions quant à son mécanisme d'adaptation. Étant le propre de l'Homme, il est normal qu'il se retrouve dans toutes les sociétés. Ainsi, il peut s'apparenter à un moyen de mettre en avant des points communs, appartenant à notre espèce. Attention tout de même avant de l'utiliser à tort et à travers. Un rieur averti en vaut deux. Bien que nous riions tous de la même manière, nous ne déclenchons pas tous le processus du rire pour les mêmes raisons. Un rire peut être interprété de différentes manières et donc exprimer de multiples sentiments. Duvignaud (1999) met l'accent au début de son livre sur le fait que les ethnologues et les anthropologues "ne parlent guère du rire. Sans doute se méfient-ils du comique et des aspects hilarants de la vie commune ? Il est vrai que la dérision trouble la cohérence des systèmes, la logique interne des structures ou la gravité des observateurs" (p.15). Ne pouvant nous baser

sur des recherches existantes pour mener cette introspection historique du rire, nous avons rassemblé et ordonné les informations trouvées au cours de nos différentes lectures. Nous nous référerons principalement aux ouvrages de Lethierry (1997) et de la Société française d'étude du 18^e siècle (2000).

Perception du rire avant J.-C.

Avant même que ne commence notre décompte des années, l'Homme riait déjà. Parmi eux, la figure emblématique de Démocrite. En raison de sa philosophie et de son esprit scientifique, il symbolise la conjonction de la science et du savoir. Loin de se lamenter sur son sort et sur celui de l'espèce humaine, il enseigne ce qu'il qualifie de vrai, de bien, ce qui a trait à la bonne humeur. D'un côté, ce penseur voit l'univers comme constitué d'atome et de vide, de l'autre, il cherche à sourire au monde. Son caractère devient dès lors vite légendaire, si bien que nous en avons toujours connaissance aujourd'hui. À l'époque, il convenait, en tant qu'Homme, de ne pas rire du malheur de ses pairs, mais de le déplorer. Sur ce fait, Carbier écrit que Démocrite, admiré par ses semblables, "pouvait se montrer bienveillant tout en estimant qu'il y avait malheureusement du risible, du ridicule, du dérisoire, du grotesque dans les attitudes et comportements des gens. Mieux vaut en rire qu'en pleurer" pensait alors le philosophe (*Savoir(s) en rire 1*, p.34). Le savant possédait une telle renommée qu'il lui était accordé quelques écarts de conduite face aux attentes de la société relatives au comportement des citoyens.

Quelques années plus tard, Platon, dont la pensée s'opposait à celle de Démocrite, amène une nouvelle vision du rire. Selon lui, ce phénomène découle d'un sentiment de supériorité vis-à-vis d'autres personnes. Cherchant toujours à respecter une éthique et une politique irréprochable, sa notion du rire se voyait quelque peu nuancée par les pensées de l'époque. Un rire de pouvoir est un rire de plaisir, dû à la supériorité que nous ressentons. Mais comme il était mal vu de rire de ses semblables, le philosophe rajoute que le rire se mêle à de la douleur lorsque la moquerie est présente. Rire de son entourage, c'est le rendre ridicule. Combinant ces deux aspects du risible – pouvoir et moquerie – il en conclut que le rire est légitime et bon uniquement vis-à-vis de l'ennemi, mais injuste et mauvais lorsqu'il est dirigé vers un ami. Selon lui, pour reprendre la pensée de Démocrite, mieux vaut, dans ce dernier cas de figure, en pleurer qu'en rire. Une même moquerie pourra donc être positive ou négative selon le contexte et les protagonistes. La pensée de Platon a ainsi modifié la perception du rire,

passant de quelque chose de néfaste à un élément pouvant trouver sa légitimité selon son emploi.

La pensée de Platon, selon lequel le rieur exprime un sentiment de supériorité et que son acte engendre une dégradation de l'objet risible, se retrouve également dans les propos de l'un de ses disciples, Aristote. Ce dernier, précurseur de la philosophie de John Locke, est davantage centré sur une croyance liée à l'observation empirique et à l'expérience, alors que son maître se dégageait par ses théories basées essentiellement sur des idées, sur l'esprit. Cela amène la vision du rire d'Aristote à subir quelques ajustements. Bien qu'il le situe lui aussi dans un domaine principalement négatif, lié à la dégradation, à la dévaluation, ce philosophe le qualifie plus précisément comme un moyen de mépriser des aspects d'ordre corporel, intellectuel, moral, affectif ou encore social. Ce type d'utilisation du rire s'inscrit dans un contexte qui engendre un sentiment potentiel de sécurité psychique et sociale chez celui qui rit. Ses observations et ses expériences l'ont également amené à décréter que le rire trouve sa place au sein de tous les êtres humains, que tous peuvent l'interpréter, qu'il fait partie de notre espèce. C'est ainsi que le rire est devenu le propre de l'Homme.

Finalement, mentionnons la pensée de Cicéron. Ce chef d'état romain, très grand orateur, a découvert le monde philosophique grec à travers les écrits notamment de Platon et d'Aristote. Il n'est donc pas surprenant que sa pensée suive celle de ses prédécesseurs, tout en y ajoutant une touche personnelle, modifiant inlassablement le lien entre l'être humain et le rire. Pour Cicéron, le rire revêt la fonction d'une arme redoutable mise dans les mains d'un homme qui parle en public. Il permet de manier efficacement les sentiments des personnes présentes lors du discours, que ce soit en les unissant par un même lien social ou en éveillant en eux un désir offensif ou plutôt défensif. Le rire est alors un instrument social, éminemment agressif et destructeur, mais aussi aux vertus séduisantes, manipulatrices et unificatrices.

Nous sommes ici bien loin du rire et de ses effets tels que les décrit le docteur Tal Schaller (1997). Nous sommes en présence d'un outil à manier avec précaution, pouvant interférer dans le jugement du peuple à propos de l'orateur qui l'utilise et modifier la représentation que nous avons de nos ennemis et de nous-mêmes.

15e au 17e siècle, rire, un art de vivre

Pourquoi un saut si vaste dans le temps entre cette période et la précédente ? La réponse est des plus élémentaires et réside dans le fait que nous n'avons pas trouvé d'informations pertinentes relatives à l'histoire du rire entre Cicéron et le 15^e siècle au cours de nos lectures. De plus, le rire ne semble pas avoir subi une très forte évolution au cours de ces différents siècles, comme vous pourrez le constater à la lecture du contexte du début des années 1400. Basé sur de solides bases datant de l'Antiquité, le rire est en effet resté...le rire. Mais toute structure est faite pour être ébranlée, ou tout du moins en tester la solidité.

Les premières représentations du rire prêtées au citoyen ordinaire datent du 15^e siècle. Oubliez l'arme mise dans les mains des seuls grands orateurs, philosophes ou chef d'état car tout individu est en droit d'utiliser ouvertement le rire à ses propres fins. Il s'agit en cela de la plus grande évolution du rire. Nous pensons qu'elle ne découle pas uniquement du fait de ses représentations ainsi que des traces écrites que cela représente, mais qu'il s'agit d'une lente et progressive évolution, représentant le fruit de différents courants de pensée qui ne nous sont malheureusement pas parvenus.

Au début de la Renaissance apparaît un nouvel écrivain du nom de Rabelais. Grâce à sa pensée et à ses écrits, il va permettre au rire de renaître également après cette période mystérieuse de son évolution au cours du Moyen Âge. Puisant ses sources littéraires dans les romans de chevalerie et dans ce qui fait le quotidien du peuple puis, quelques années après ses premiers écrits, dans une forme d'humanisme si cher à l'auteur, nul doute que Pantagruel et son père Gargantua représentent une sorte de tableau scientifique de la société de l'époque, ou du moins de ce à quoi elle souhaiterait pouvoir ressembler. Le succès de ses livres basés sur ces deux personnages a d'ailleurs été impressionnant. Doté d'un très grand humour, Rabelais n'hésite pas à se servir du rire pour parvenir à ses fins. De plus, il est l'auteur présumé de la contrepèterie qui consiste à jouer avec les mots et a généralement pour effet de faire rire le lecteur. Dans ses œuvres, il annonce d'ailleurs que le but premier de ses écrits est avant tout de faire rire. Et n'oublions pas que, selon cet écrivain, le rire est le propre de l'Homme, reprenant ainsi la pensée d'Aristote et participant indirectement à remettre cette dernière sur le devant de la scène. Qui pouvait rêver d'un meilleur coup de publicité que cet auteur à succès et ses déclarations ? Il est alors reconnu que le rire se retrouve partout, que ce soit dans les discours ou les livres, chez les nobles ou les paysans. Si bien que Rabelais va même jusqu'à inventer un mot dans son langage pour désigner les individus qui ne rient pas, les traitant d'*agelesques*. Ce terme s'adresse généralement aux personnes responsables des

censures, mais également aux ténèbres gothiques, à l'Enfer et aux peurs sinistres du Moyen Âge. Les *agelestes* sont ainsi les personnes chargées du pouvoir qui condamnent la pensée des humanistes. La pensée de Rabelais semble également déboucher sur deux types de courants, l'un pro et l'autre anti-rire.

Le rire, pour Rabelais, n'est pas uniquement satirique comme nous pourrions le penser à la première lecture de ses livres. Il symbolise également le refus du sérieux pour s'inscrire profondément dans la culture comique populaire et carnavalesque. De plus, nous savons que le rire, et surtout l'humour, permettent d'apprendre à mieux se connaître soi-même. Le rire étant à présent à la portée de tout individu, la Renaissance se voit caractérisée par la découverte de l'Homme. Bien sûr, nous avons conscience qu'il n'en est pas le seul facteur, mais il a participé à cette introspection de soi. De plus, avec la prise de conscience de son corps naît également l'idée d'une immortalité qui réside dans le fait que nous nous survivions à travers nos enfants, créés à partir de nul autre que nous. C'est ce qui permet à Gargantua de rire à la naissance de son fils, malgré le fait que sa femme soit morte en couche. Nous sommes ici devant un rire qualifié de grande générosité, inséparable du plaisir de vivre malgré tout.

En cela, Montaigne rejoint Rabelais. Admirateur de Cicéron, ce philosophe à la pensée sceptique et moraliste est lui aussi humaniste. Cherchant à connaître l'Homme sous sa forme la plus naturelle possible, il ne peut, dans ses *Essais*, faire l'impasse sur le rire qui est le propre de ce dernier. Il rattache le rire principalement au pouvoir de celui qui survit à son monde.

Au 16^e siècle, le rapport au rire continue sa lente évolution. Il commence petit à petit à permettre à l'Homme de s'éloigner des peurs qui hantent la société, de voir la vie sous un jour nouveau, de dédramatiser ses craintes et de les remettre à leur juste place, celle d'un obstacle surmontable. Parallèlement à cette expansion du rire, l'Église le traque de plus en plus systématiquement. Rabelais nous montrait que le rire était en partie le refus du sérieux et, de fil en aiguille, le refus du pouvoir, de l'autorité, et donc de l'Église. De plus, une personne qui n'a plus autant peur du diable, des démons et de l'enfer, qui est même capable d'en rire, est un individu qui glisse irrémédiablement hors du contrôle exercé par l'Église. Un libertin de pensée qui ne craint plus la sentence de la punition de l'au-delà est un individu qui peut se laisser aller à transgresser impunément les règles. D'autant plus que lors des carnavals et des fêtes, le peuple utilise ces occasions pour renverser, le temps d'une journée, les classes et rôles sociaux établis. Lors de ces festivités, certaines personnes vont même jusqu'à rire des

hommes de Dieu. C'est plus que ce que peut en supporter l'Église. La traque menée contre le rire a été des plus virulente, associant ce dernier au diable et à la perversion de l'Homme. Alors que sur les fresques les anges sourient avec bienveillance, les diabolins, eux, ricanent à l'idée des tourments qu'ils vont infliger aux âmes en peine. Rire devient malsain et est condamné par les ecclésiastiques. Il nous vient alors en mémoire un film de Jean-Jacques Annaud, *Le nom de la rose*, racontant l'enquête de Guillaume de Baskerville à la suite de différents meurtres perpétrés dans une abbaye. Il découvre finalement le secret de ce lieu étrange : une immense bibliothèque d'ouvrages condamnés par l'autorité religieuse du lieu, dont un plus particulièrement, de la main d'Aristote, à cause de son caractère comique, poussant à rire de tout. "Le rire tue la peur, et sans la peur il n'y a pas de foi. Car sans la peur du Diable, il n'y a plus besoin de Dieu" explique l'abbé dans l'une des dernières scènes du film. "Le plus grand malheur serait que l'homme cultivé déclare tolérable que l'on rie de tout; s'en serait alors fini de Dieu". Nous trouvons que ces répliques permettent d'illustrer le combat mené à l'époque, entre philosophes d'un côté et pouvoir de l'autre.

Malgré cette tentative de purge du risible par l'Église, l'Homme continue à cultiver le rire. Au 17^e siècle, Spinoza, libre penseur déclaré athée, explique que le rire est une pure joie et que, utilisé sans excès, il peut même être bon pour soi. Lorsque nous savons l'influence du spinozisme sur la pensée actuelle, allant de Freud à Nietzsche dont nous parlerons sous peu, nous pouvons sans crainte annoncer que le rire a encore de belles années devant lui. Mais ne brûlons pas les étapes, au risque de ne plus pouvoir s'y retrouver au 21^e siècle, et voyons les surprises que nous réservent les années 1700.

18^e siècle, l'essor du rire au théâtre

Contrairement à la tradition chrétienne qui réprime le rire et l'associe au diable, la tradition aristotélicienne veut qu'il s'agisse d'un attribut de la nature humaine. Ces deux pensées s'affrontent sur les vertus du rire, laissant ainsi le loisir à ce dernier de se divulguer à l'abri des regards. Fort de son ancrage au sein de la vision populaire, il va s'approcher petit à petit du devant de la scène.

C'est d'ailleurs bien de scène dont il est question tout au long de ce siècle, le rire faisant ses premières apparitions sur les planches. D'abord timide, peu sûr de lui, il va vite faire preuve d'une grande assurance, laissant le trac de côté afin de donner naissance à rien de moins qu'un nouveau genre théâtral; les pièces de parodie. Au départ, ce type de spectacles

avait pour but de porter préjudice à d'autres pièces plus traditionnelles. Un réalisateur pouvait ainsi se moquer de l'un de ses concurrents en détruisant le sérieux de son œuvre. Cependant, le rire a déjoué les plans prévus initialement à son utilisation et renversé le but escompté. En effet, les spectateurs se rendant à une parodie allaient ensuite voir la véritable pièce afin de les comparer l'une et l'autre. Au lieu de détruire certaines créations théâtrales, nous avons là une formidable publicité. Rectifiant le tir, les réalisateurs se sont mis à devenir de plus en plus ingénieux, cherchant continuellement à surprendre davantage le spectateur, pensant à des pirouettes et à des retournements de situations inattendues. Dès lors, les parodies n'étaient plus écrites pour critiquer, mais pour faire rire. Il n'y a pas de parodie sans critique, ni de critique sans parodie. Les artistes pouvaient ainsi, sous le couvert de l'humour, parler de tout et de tous. D'abord, ils se moquaient, taquinaient les autres, puis, au lieu de créer des pièces sollicitant l'envie d'aller vérifier leurs dires chez le concurrent, les réalisateurs se sont mis à faire rire d'eux-mêmes, écrivant la pièce traditionnelle et sa parodie. De plus, un individu capable de rire de lui-même peut plus aisément rire des autres, des spectateurs, de la société ou du pouvoir établi, sans risquer trop rapidement la censure. Il n'utilise pas le rire pour se mettre au-dessus des autres, mais bien pour être traité au même niveau.

Cette manière d'aborder le monde quotidien répond aux besoins du peuple. Les Hommes ont toujours cherché à tronquer, à mentir, à se faire passer pour ce qu'ils aimeraient être, mais ne sont pas forcément. Cette mystification trouvant son écho au théâtre, crée ainsi ce que nous avons appelé plus tard le rire mystificateur. D'ailleurs, l'idée que le comédien est un mystificateur a lentement fait surface dans les débats populaires. En effet, l'acteur joue un rôle et nous fait croire qu'il est un duc, un roi ou encore un serviteur, agissant comme s'il ressentait telles ou telles émotions alors qu'il n'en est rien. Il abuse le spectateur, crée de l'artifice. Cette vision de l'acteur aurait pu faire scandale mais heureusement, il n'en a rien été. Au contraire, les metteurs en scène se sont mis à chercher parmi les plus grands comédiens ceux qui sauraient insuffler une âme dans leur pièce, captivant ainsi le public. De plus, ce dernier comprenant à la fin de la pièce qu'il a été trompé ne garde pas de rancœur, riant même parfois de s'être laissé prendre si aisément.

Selon le public visé, la parodie ne sera pas écrite de la même manière, avec les mêmes critiques et les mêmes retournements de situation. Qu'une troupe monte une représentation dans un théâtre pour les nobles ou une scène pour le petit peuple, les réactions du public seront divergentes d'un endroit à l'autre. Le réalisateur doit donc s'adapter aux besoins et aux envies des spectateurs s'il veut que ces derniers reviennent une fois prochaine dans son

établissement. Par contre, lorsque le sujet de la pièce est à la portée de tous, nous assistons à un rapprochement des milieux sociaux opposés. Si nous rions ensemble, c'est que nous avons quelque chose en commun et donc que, quelque part, nous sommes tous humains.

Bien que certaines pièces soient traquées et censurées par l'Église, nous assistons lors du 18e siècle à un effet de légitimation du rire, grâce à l'art théâtral. Le pouvoir, qu'il soit dictature, monarchie ou démocratie, ne peut aller systématiquement à l'encontre de la pensée populaire. C'est le cas du combat entre l'Église et le rire, ce dernier trouvant un moyen de s'exprimer en respectant certaines doctrines religieuses, se rendant ainsi difficilement condamnable par l'autorité en place.

19e à nos jours, le rire réflexif

À partir du 19e siècle, les ressources sur le rire se font de plus en plus nombreuses. Les auteurs basant parfois leurs ouvrages sur les théories d'autres penseurs, répondant à des attaques à travers un nouveau livre, les théories abondent et se chevauchent. L'enchevêtrement est si complexe que nous avons préféré réunir en un même sous-chapitre ce qui a trait au rire depuis le 19e siècle. Nous retrouverons certains auteurs dont il a été question au chapitre deux, mais nous nous emploierons à décrire ici en quoi leur pensée a modifié notre perception du rire.

Commençons tout d'abord par parler de Baudelaire. Ce poète français, longtemps décrié par ses pairs qui doutaient de ses capacités mentales, a tenté de tisser et de montrer des liens entre des opposés au travers de ses poèmes réunis dans *Les Fleurs du mal*. Pour cet auteur, le rire est généralement l'apanage des fous. Sa vision fait écho à ce que nous avons appelé le *rire pathologique*. De plus, pour ce poète aujourd'hui classé dans les incontournables de la littérature française, le rire implique plus ou moins d'ignorance et de faiblesse. Le rire ne ferait donc pas bon ménage avec le pouvoir, comme d'autres l'ont précisé avant lui. Seul un simple citoyen peut se permettre de rire. Il est intéressant de noter que Baudelaire est généralement représenté dans une posture sérieuse, voire sévère. Nous pouvons donc nous laisser aller à penser, à travers sa vision et ses représentations, qu'il ne devait pas beaucoup rire. Il est d'ailleurs rare que l'une de ses créations poétiques provoque cet effet chez le lecteur, tant elles sont difficiles à comprendre. N'ayant pas eu de réelle influence de son vivant, c'est donc après sa mort que Baudelaire a transmis sa conception du rire. L'impact sur

notre rapport à ce dernier s'est donc plutôt fait sur les bancs de l'école, lorsqu'il nous a fallu interpréter ses poèmes.

De son côté, Nietzsche, philosophe allemand dont l'œuvre se rattache principalement à la critique de la religion, de la moralité ou encore de la culture contemporaine, a eu un énorme impact sur le 20^e siècle, si bien qu'il est aujourd'hui considéré comme le penseur ayant eu l'influence la plus profonde sur notre société. Il a cherché à comprendre les conditions et les moyens de l'ennoblement et de l'élévation de l'Homme. Pour ce faire, il encourage la destruction des valeurs de l'idéalisme platonicien et chrétien, ces derniers conduisant l'espèce humaine à son autodestruction. Pour que nous puissions assister à une telle élévation, l'être humain doit d'abord se défaire de toutes ses attaches. Nietzsche appelle son rire celui de l'éternel retour. Face au monde qui l'entoure, il se moque de ce qui peut lui arriver, préférant rire de ses agresseurs. Adieu le sentiment de supériorité ! Voici maintenant venu celui du détachement de ce qui nous retient, de ce qui nous empêche d'aller de l'avant. Le rire va permettre d'accroître cette impression de ne plus appartenir à rien, manifestation visible et sonore que nous nous moquons de ce qui peut nous arriver ensuite.

Freud, fondateur de la psychanalyse, est l'une des figures marquantes du 20^e siècle. Sa remise en cause de la conception classique de la psychiatrie a influencé la majeure partie des milieux de notre société. Tout comme il distingue le conscient de l'inconscient, il cherche à différencier le rire de la peur du rire, du plaisir et des défis. Son but est d'ainsi limiter une dépense excessive des affects, nos réactions étant spontanées et donc inconscientes. Si nous connaissons mieux le rire, nous serons mieux à même d'y répondre convenablement. Freud rattache souvent le comique aux mots d'esprit, véritable capacité à jouer avec la langue. Selon lui, il existe une analogie entre la logique des mots d'esprit et celle du rêve. Les deux se construisent selon le même processus de condensation, inhibant chacune la censure. Freud conçoit les mots d'esprit comme une agression ou une riposte à l'agression. Le rire devient donc protecteur, tout en permettant d'aller au-delà de notre code de conduite, nous permettant de faire ou de dire ce que nous n'oserions pas ordinairement.

Quelques années avant que Freud ne publie son livre sur les mots d'esprit, Bergson dévoile sa théorie du rire. Il rattache ce dernier à l'Homme uniquement, déclarant que tout ce qui est risible s'y rapporte d'une manière ou d'une autre. Le rire revêt également un nouvel aspect, celui de la fantaisie. Celle-ci participe à rendre le comique vivant, lui donnant de ce fait l'opportunité de faire rire, comme c'est par exemple le cas au théâtre. Elle surprend et en

même temps renseigne sur les procédés de travail de l'imagination humaine, sociale et collective ou tout simplement sur la vie.

Du temps de Bergson (2007), le rire n'est pas majoritairement perçu pour ses effets sur le bien-être. Le philosophe en porte indirectement une part de responsabilité, comparant le rire à une maladie. Au même titre que cette dernière châtie les excès, le rire punit certains défauts. De plus, la pensée bergsonienne accentue la vision d'un rire moralisateur, d'un puissant qui manipule un faible. En effet, rire d'un tiers permet de le signaler comme étant en dehors des attentes de la société, et aura généralement pour effet de le remettre sur le droit chemin. Le rire nous montre donc tel que nous sommes, authentiques et vulnérables. Nous avons vu que l'œuvre de Bergson se base essentiellement sur le théâtre. Sa pensée et ses théories en modifient d'ailleurs les raisons pour lesquelles nous rions lorsque nous assistons à une comédie. Dans ce type de pièces, le réalisateur a généralement simplifié les choses afin d'en faire ressortir la mécanique de l'Homme de manière clairement visible. Cela nous évite donc de penser, de devoir faire appel à nos émotions, nous permet de rire. Finalement, le philosophe modifie notre vision globale du rire, rattachant ce dernier à un plaisir d'enfant. Il en fait ainsi chez l'adulte le souvenir de plaisirs passés. Chacun va donc tenter de retrouver cet état de grâce dans lequel il se trouvait étant enfant.

Tout comme ses prédécesseurs, Plessner (1995) a lui aussi contribué à modifier notre perception du rire. Déplorant que jusqu'à présent l'Homme se fut principalement intéressé à ce qui provoquait le rire, il a décidé de chercher à comprendre le rire lui-même. Il rejoint Aristote et Rabelais lorsqu'il explique que, pour pouvoir considérer le rire à part entière, il est nécessaire que ce dernier soit intrinsèque à l'être humain. Nous retrouvons à nouveau la vision que le rire est le propre de l'Homme. À la question de savoir si le rire constitue une forme de langage, le philosophe répond que non. Nous communiquons par la parole et les gestes. Le rire n'est ni l'un ni l'autre car il se retrouve dans tous les peuples et il se déclenche seul et parfois de manière obligatoire. Chaque peuple possède son propre mode de communication, le différenciant de ses voisins. L'universalité du rire l'exclut donc de ce mode de fonctionnement. Pour Plessner, il a un caractère purement réflexif et réactif. Rire ne veut pas obligatoirement dire quelque chose, au contraire des gestes qui sont des outils pour transmettre un message, au même sens que les expressions faciales ont une explication si elles expriment un sentiment. Ces expressions du visage peuvent parfois être mal interprétées, à l'inverse du rire qui, pour Plessner, peut être particulièrement significatif des émotions manifestées.

Puisque le rire est le reflet de nos ressentis internes, il échappe totalement aux influences de la volonté. Incontrôlable, il ne peut se manifester volontairement pour servir les desseins de l'Homme. Plessner place également le corps comme étant le premier vecteur des particularités comiques. Avant la manifestation sonore, il encourage chacun à observer les mouvements physiques du rieur. Contrairement à Bergson, Plessner déclare que nous ne rions pas uniquement de l'Homme. Les objets, la nature ou encore les animaux, nous font rire non pas par leur ressemblance avec notre espèce, mais pour ce qu'ils sont réellement. Nous avons là l'illustration de l'un des nombreux débats engendrés face à la floraison des théories sur le rire. Actuellement, nul n'a encore pu trancher définitivement pour l'un ou pour l'autre. *A priori*, nous sommes plus favorables à la théorie de Bergson. Il nous semble que nous opérons constamment cette vision égocentrique du monde qui nous entoure en le comparant à nous-mêmes, avec ce qui nous semble acceptable et loufoque, et donc nous surprend et nous fait rire, quelle que soit la nature du risible. L'Homme nous semble être la principale cause qui déclenche le rire.

Plessner, dans son ouvrage, ne parle pas uniquement du rire, mais également du pleurer. Il apporte une vision nuancée de sa pensée, comme quoi nous ne rions que des autres et ne pleurons que de nous-mêmes. Il instaure alors un nouvel élément qui est la prise de distance, cette dernière étant nécessaire pour que nous puissions rire de nous-mêmes. Il lie ainsi davantage le rire à l'affect, préconisant un regard détaché avec l'objet du risible pour être à même de pouvoir en rire. De même, il transpose sa théorie au théâtre et observe que, dans notre société, les pièces comiques se basent sur des attitudes, alors que la tragédie se centre sur une personne. Une œuvre portant le titre *La fripouille du champ de Mars* ne pourra nous faire pleurer, à moins que ce ne soit de rire. Cette vision nous aide à mieux interpréter la logique de la construction des pièces théâtrales, dont le titre place déjà de lui-même le spectateur dans un état émotionnel propice ou non au rire.

Le philosophe répond également à Freud; trouvant que le rire ne se limite pas au mot d'esprit qui joue avec le sens et les références sémantiques, il y ajoute le comique du langage qui s'amuse avec la prononciation et les lapsus. De même, le mot d'esprit nécessite généralement que la personne qui l'entende connaisse le contexte et ait recours à certaines informations pour pouvoir le comprendre. À l'inverse, l'effet comique parle de lui-même. Plessner va même plus loin et marque ainsi ce qui nous est apparu comme une césure avec le psychanalyste. Pour lui, l'esprit n'est en réalité qu'une sous-catégorie du comique. Face à ce nouvel affrontement de pensées, nous nous sommes interrogées afin de savoir où se situait

notre propre conception du rire. Nous en sommes arrivées à tomber en accord avec celle de Plessner. Bien que le mot d'esprit soit souvent source de grands éclats de rire, il existe de nombreuses autres manifestations, comme nous avons pu le constater au chapitre deux. La conception du rire selon le philosophe nous permet donc d'avoir un champ d'action plus large.

La vision de Plessner est elle aussi riche en informations nouvelles et a également beaucoup influencé celle de ses successeurs. Lorsque Critchley (2004) déclare que Bergson est l'homme qui a le plus influencé la théorie du rire au 20^e siècle, nous ne pouvons ni le contredire, ni l'approuver. Certes, ses apports ont modifié à jamais notre perception du rire, mais de là à en faire le plus grand... Il nous est impossible de citer un penseur plutôt qu'un autre, tant chacun a amené des pierres indispensables à l'édifice de la signification du rire tel que nous le voyons aujourd'hui.

Critchley nous apporte également des précisions sur les théories de Freud, dont il se déclare en accord, permettant ainsi à des informations qui nous avaient échappées de pouvoir être mises à jour. Il nous apprend que le rire est une source d'énergie en raison de celle qu'il libère. En effet, rire nous permet d'économiser l'énergie qui aurait servi normalement à contenir ou réprimer l'activité psychique. Nous pouvons ainsi redéfinir les priorités de nos besoins, utilisant à bon escient les sources énergétiques dont nous disposons. Critchley peaufine la vision que nous avons de l'humour. Freud expliquait à propos de ce dernier qu'il consiste à rire de soi-même, à se trouver, en un sens, ridicule. Une telle forme d'humour n'est pas déprimante, mais nous donne au contraire un sentiment d'émancipation, de consolation et d'exaltation enfantine. Cette sensation de notre prime jeunesse vient du fait que, lorsque je ris des autres, je me place en position de supériorité face à lui, comme un adulte face à des enfants. Mais quand je ris de moi, je me considère comme un enfant depuis ma vision d'adulte. Critchley s'accorde avec Freud sur une utilisation du rire qui peut se rapprocher d'un respect éthique qui avait déjà cours dans l'Antiquité, car ils déclarent que rire de soi vaut mieux que rire des autres.

Finalement, nous mentionnerons les apports de Lethierry (1997). Cet auteur est certainement le moins connu de tous ceux cités jusqu'alors. Pourtant, il a lui aussi œuvré, à sa manière, à modifier, ou plutôt à peaufiner notre rapport au rire. En effet, il a mené une recherche collective sur le rire et l'humour en éducation. Cet ouvrage est divisé en trois volumes, le premier ayant pour objectif de réfléchir sur la notion d'éducation à l'humour en prenant quelques repères incontournables dans l'histoire des idées, tel que nous venons de le

faire. Le deuxième volume se base essentiellement sur la place du rire à l'intérieur des différentes didactiques. Le troisième et dernier volume nous parle quant à lui du rire et de l'humour dans une vision plus large, allant de la maternelle aux dessins, en passant par des témoignages. Nous avons donc là une formidable source d'informations, abordant avec plus ou moins de pertinence les sujets traités dans notre travail. Peut-être que dans quelques décennies l'ouvrage réalisé par Lethierry sera placé sur la même étagère que celle qui contient déjà les livres *Le Rire*, *Le Rire et le Pleurer* ou autre *De l'humour*.

3.2 Le rire et ses multiples facettes

Tout au long de notre parcours à travers l'évolution du rire au sein de notre société, nous avons pu constater que notre regard changeait, allant d'une arme de pouvoir, à une protection ou encore à une moquerie. Le rire étant le propre de l'Homme, tout le monde rit une fois ou l'autre dans sa vie. Par contre, nous ne rions pas de la même manière en 2009 que du temps de nos ancêtres, les sujets n'étant pas les mêmes. Selon les thèmes que les humoristes choisissent d'insérer dans leur spectacle, le show se transforme en un véritable reflet de la société. Nous sommes actuellement bien loin du rire représentant la folie telle que décrite par l'Église, sachant que ce dernier peut être rattaché à certaines maladies mais n'est pas nocif en soi. Nous pouvons donc en conclure que le rire a évolué de pair avec la transformation des normes et des règles sociales. La Société française d'étude du 18^e siècle (2000) faisait mention d'un rire codé. Cela reprend cette idée qu'il diffère selon le milieu et l'époque dans laquelle nous sommes.

Lors du chapitre deux, il a été question d'un rire qui pouvait avoir plusieurs causes et effets. Déjà dans le premier chapitre de ce mémoire, lors de la mise en mots de notre propre rapport au rire, il était question de différents types de rire. Oui, le rire n'est pas un et unique, mais est bien composé de multiples facettes. Pour Rinza (1988), le rire veut dire quelque chose, mais il n'est pas toujours évident de le comprendre, car ce qu'il signifie est parfois lourd d'ambiguïtés. Cela est dû au fait qu'il peut avoir plusieurs sens, et donc différentes interprétations. En témoignent également les multiples manifestations sonores et corporelles. Un *ah ah ah* n'a pas la même signification qu'un *oh oh oh*, de même que nous ne nous bidonnons pas pour les mêmes raisons que nous rions à gorge déployée. Comme le dit très justement Mary dans son entretien, "*dans le rire il y a mille sortes de rires*". Cela prouve encore une fois la complexité de ce phénomène à l'apparence si simpliste. Continuons nos

découvertes et allons voir de plus près quels rires peuvent se retrouver dans notre quotidien, que ce soit chez soi, dans la rue ou dans une classe d'école.

S'intégrer

Il y a les hommes et les femmes, l'eau et le feu, les intégrés et les exclus. Tout dans notre univers est divisé en deux camps manichéens. Tout l'art consiste à savoir quand passer de l'un à l'autre, lorsque cela est réalisable. Afin de réussir à favoriser son lien dans un groupe, toute personne a à sa disposition un instrument remarquable : le rire. Il permet de s'intégrer à un groupe, à une société, au monde. Pour Risinek (2004), la réponse est claire, le rire étant "[...] essentiel dans les rapports entre les individus" (p.100). Nous en avons d'ailleurs fait l'expérience nous-mêmes et avons constaté que nous rions davantage lorsque nous sommes dans un contexte social. Bergson (2007) est arrivé aux mêmes conclusions des années plus tôt, rangeant le rire dans la catégorie sociale. Pour comprendre le comique d'une situation, il est nécessaire de la replacer dans son milieu naturel, c'est-à-dire la société. Le rire a une signification sociale qui répond à certaines exigences de la vie en commun du lieu et du moment dans lequel il s'exprime. De plus, les raisons qui nous poussent à tisser des liens avec une personne plutôt qu'une autre sembleraient déterminées en grande partie par les compétences sociales de l'individu. Le rire, faisant partie de ces dernières, peut influencer un rapprochement ou un rejet entre deux personnes. Il a donc de ce fait une importante fonction relationnelle. Christian Hay confirme nos hypothèses lorsqu'il déclare que "l'utilisation de l'humour peut influencer la relation entre les individus. Il peut y avoir une tendance à la cohésion ou parfois le contraire, à l'exclusion" (*Savoir(s) en rire 3*, p.54).

Nous avons répertorié différents types de rire, parmi lesquels nous ne nous étonnons pas de retrouver le rire social, utilisé par un individu pour s'intégrer à un groupe. Ce rire ne nécessite pas de stimulus humoristique pour se déclarer. Il peut parfois être forcé afin de signaler une motivation, gagner l'approbation sociale ou encore favoriser la cohésion d'un groupe. Plutôt que de passer pour le réfractaire dont on se sépare petit à petit, un petit rire de temps en temps permet de montrer son appartenance au groupe. Nicole nous explique dans son entretien que le fait de rire ensemble permet de nous montrer "*qu'on est du même groupe, qu'on a les mêmes émotions et les interprétations des choses*". Pour Tania également, le rire sert "*à avoir une cohésion, ça rapproche*", et cela quel que soit son âge. Linda, quant à elle, nous parle d' "*un sentiment d'appartenance très fort*", "*comme si, oui, on était attachés les*

uns aux autres”. Elle explique également que lorsqu’un élève répond favorablement à l’une de ses blagues, elle sent que le contact a pu s’établir. D’un autre point de vue, le rire sert à maintenir les interactions dans notre quotidien, pouvant parfois aisément combler les instants de vide d’une conversation qui peuvent être gênants. Il favorise ainsi parallèlement l’attention de l’interlocuteur, ce dernier étant davantage sollicité.

Il n’est dès lors plus étonnant de constater que nous rions d’avantage en groupe. Dans de tels moments, le rire est d’autant plus joyeux, car il résonne et est entendu par toutes les personnes présentes. Il est nécessaire de faire preuve d’une grande imagination pour réussir à se représenter la contamination d’un fou rire lorsque nous sommes seuls. Personne n’est là pour nous renvoyer notre joie et ainsi faire fructifier notre rire, le rendant plus fort, tant au niveau sonore que du point de vue des liens que nous sommes en train de tisser. Et pourtant, il nous arrive parfois de rire seul. Dans de tels cas, le rire revêt-il également un rôle social ? Berlyne (1972) nous explique que ce cas de figure solitaire existe, mais est moins fréquent qu’un rire de groupe. À l’instant où il se déclenche, c’est en général parce que nous reconnaissons que la situation aurait été comique si nous avions été en compagnie d’autres personnes. La dimension sociale est donc toujours de mise lorsque nous rions de nous imaginer en compagnie d’autres individus. Une citation de Nietzsche permet d’illustrer nos propos, telle une mélodie qui sonne agréablement à nos oreilles; “entre amis, il est si beau que le silence soit d’or, mais le rire bon et frais l’est plus encore”.

Nous serions tentées de nous arrêter à ces quelques mots, mais nous manquerions à nos devoirs en laissant dans l’ombre une part du rire social restée discrète jusqu’à présent. Le rire a, comme toutes choses en ce monde, un début et une fin, ces derniers étant la plupart du temps assez rapprochés, faisant du rire un moment très court. Mais Rinza (1988) met l’accent sur le fait que le bonheur, qui accompagne le rire de groupe, s’approche de l’immortalité. Il arrive parfois qu’il ressurgisse bien des années plus tard, enfoui qu’il était dans nos souvenirs. C’est d’ailleurs la raison qui nous pousse à revoir nos amis et à tenter de revivre certains épisodes de notre existence. Le rire perdure donc par procuration du bonheur. Rire avec quelques-uns, c’est avoir un sourire qui subsiste sur nos lèvres. C’est ce que nous explique Tania au cours de son entretien, nous racontant qu’elle revoit encore l’un de ses professeurs de sa dernière année du collège, avec qui elle a plus de vingt ans de différence, mais avec qui elle a tellement ri que c’est toujours un plaisir d’être à nouveau en sa présence.

Il arrive des jours où nous rions en groupe, alors que, le lendemain, pas un seul éclat de rire ne se fait entendre. Cet étrange phénomène qu’est le rire se montre parfois capricieux ou

timide. L'École suisse du rire (2006) nous informe des facteurs qui influencent et conditionnent le rire collectif. Parmi eux, nous retrouvons le vécu et la culture, mais également l'humeur du moment, le genre d'humour utilisé ainsi que le bien-être ressenti à cet instant. Le rire est une réaction spontanée que nous ne pouvons pas déclencher quand bon nous semble, et bien qu'il soit rassembleur il ne suffit pas d'être à plusieurs pour pouvoir rire. Nous en avons d'ailleurs fait nous-mêmes l'expérience. Lorsque nous étions toutes deux présentes à un même événement, il arrivait que l'une de nous rigole, alors que l'autre n'arrivait pas à concevoir ce qui avait bien pu déclencher un tel comportement. Jacquet explique cela dans le fait que "chacun trouve dans son univers quotidien les objets et les discours déclenchant la complicité humoristique, selon le code culturel et le niveau de compréhension qui lui sont propres" (*Savoir(s) en rire 3*, p.36). Pour Duvigaud également, "tout se joue dans une situation précise, spécifique, mais vivante" (*Savoir(s) en rire 3*, p.47).

Selon notre conception de ce qui est risible, il arrive que certains thèmes ne se prêtent pas au rire de groupe. Un humoriste qui parle de la mort durant son spectacle s'expose aux critiques, car trop de sentiments et d'émotions sont en jeu pour pouvoir en rire, comme nous l'avait expliqué Bergson (2007). Afin de faire rire toute une salle, l'humoriste va utiliser des grimaces, des mots d'esprit et s'emmêler les pinceaux, mais il doit veiller à être toujours en accord avec les attentes de son public pour que tous rient en cœur. Il est donc bon de connaître la personne à qui nous nous adressons avant de nous lancer dans ce genre de terrain miné. Nous sommes ici dans une situation qui ressemble à ce que nous a décrit Linda dans son entretien, où un élève tente de faire rire mais manque son but. Il n'est alors pas drôle aux yeux des autres et peut parfois être victime d'une exclusion plus ou moins conséquente de ses pairs.

Vous est-il déjà arrivé de rire d'ignorance ? Dit comme ça, nous aurions tendance à répondre par la négative. Mais si nous précisons que ce type de rire regroupe les moments lors desquels nous cherchons à maintenir la cohésion d'un groupe et son harmonie, sans forcément avoir saisi tous les éléments de la situation, les réponses diffèreraient. Personnellement, nous y avons déjà eu recours. Cela évite de nombreuses questions et explications et une éventuelle mise à l'écart selon la fréquence de la non-collaboration au rire des autres. Ces derniers, s'esclaffant de rire, ne sont pas aptes à comprendre que nous ne puissions pas trouver la situation comique. Comme l'explique Clara, lorsque nous ne connaissons pas encore très bien les membres d'un groupe, cela permet parfois de "*briser la glace*". Ce type de rire désigne notre habileté ou notre ignorance à saisir, par exemple, une blague ou un gag. Ces derniers

sont d'ailleurs si fortement liés à nos mœurs, à nos idées relatives à une (micro-)société en particulier, qu'une personne externe au groupe ne pourra pas les comprendre. Ils sont d'ailleurs extrêmement difficiles à traduire dans une autre langue.

Étant donné ses nombreux atouts sociaux, il est probable que nous utilisions davantage le rire social dans notre quotidien que tout autre type de rire. Comme pour confirmer nos observations, le rire dont nous venons de parler est le plus présent dans les entretiens que nous avons menés.

(Se) distraire

Le rire permet de trouver ou de marquer son appartenance à un groupe, mais également de distraire son entourage ou de se distraire soi-même. Nous voulons bien sûr parler du rire humoristique, le plus commun et le plus connu. Il survient dans une situation comique. Ce rire ne nécessite pas forcément la présence de tiers, mais un effet de masse pourra nous faire passer du sourire au rire franc. Critchley (2004) explique que dans un tel type de rire, une part d'autodérision est toujours présente. Lorsque nous rions de nous-mêmes, nous devenons alors l'objet de la source du risible. Mais rire des autres, d'un groupe peut également demander cette autodérision, si les personnes qui causent notre rire sont présentes, ou si le comique vient du fait que nous opérons un rapprochement avec nous-mêmes. S'imaginer dans une telle situation peut nous apparaître comme drôle et déclencher notre rire.

Lorsque nous désirons nous détendre, nous nous rendons généralement au cinéma ou au théâtre. Au cours du film ou du spectacle, sont représentées des expériences auxquelles chacun pourrait être confronté dans sa vie quotidienne, du moment qu'il ne s'agit pas d'une réalisation fantastique. À nouveau, nous pouvons faire écho à nos souvenirs et à des situations semblables qui sont portées sur le devant de la scène par d'autres et, s'il se trouve que le moment est comique, les spectateurs seront alors doublement disposés à rire, des acteurs et des comédiens d'une part, ainsi que d'eux-mêmes. Linda nous explique dans son entretien que rire ainsi nous aide à *“enlever un peu les choses pénibles de la vie, s'en aller ailleurs, sans se casser la tête et puis avoir du plaisir, finalement”*.

En observant les effets du rire, nous avons constaté qu'il procurait une sensation de bien-être, un sentiment libérateur tant pour notre corps que vis-à-vis de nos inhibitions. Le rire, pri en tant que tel, permet à lui seul une réelle détente. Annie nous parle de ce rire relaxant, de ce repos intérieur. Élise utilise également certains de ces termes, expliquant qu'à ses yeux nous

allons voir des humoristes pour répondre à un besoin de détente, d'évasion et d'évacuation. Ce rapprochement avec la détente se retrouve à nouveau dans l'entretien de Clara, lui permettant ensuite de mieux travailler durant les séances de travail avec ses collègues.

Il est d'ailleurs si bon de rire pour le plaisir que certaines sociétés ont instauré une journée annuelle du rire. C'est le cas en Angleterre, mais également chez nous, en Suisse. Le premier avril est le jour de toutes les blagues, le jour de ceux qui n'acceptent pas la réalité ou la voient autrement. Rappelons que cette journée trouve ses origines suite au changement de calendrier, l'année débutant le premier janvier et non plus le premier avril. Les farces venaient de ceux qui continuaient à faire croire que nous étions le premier jour de la nouvelle année au mois d'avril, s'offrant ainsi de faux cadeaux. Aujourd'hui, la tradition perdure et notre tolérance aux blagues est accrue, donnant ainsi l'impression que tout est permis. Cette journée permet de rire de tout avec les personnes qui l'acceptent, de se venger par des petites farces rigolotes, de faire croire qu'une chose fictive est arrivée, etc., créant ainsi une surenchère d'année en année entre amis, chacun cherchant à être plus inventif, plus surprenant qu'il y a 365 jours. Attention tout de même à ce que le rire reste dans le respect de chacun, afin que tous puissent y trouver du plaisir, de la détente et une bonne dose de joie. Enfants, nous adorions cette journée. Elle permettait de faire des farces sans se faire gronder, d'aller sonner aux portes en ne laissant qu'un petit poisson en papier sur le paillason ou, mieux encore, d'en coller dans le dos de la maîtresse, transformant nos enseignants en véritables œuvres d'art. Il n'était pas rare d'entendre alors un ricanement dans les couloirs sur leur passage, un éclat de rire ou même un fou rire, l'enseignant devenant pour quelques heures un distributeur de rire ambulant.

Attaquer, taquiner

Nous avons tous éprouvé, à un moment ou à un autre, le besoin de nous moquer de tout et de nous-mêmes, de pouvoir mettre à mal, l'espace d'un bref instant, l'ordre du monde. L'envie de rejeter la faute de nos malheurs sur cette société soudainement inadaptée à nos réels besoins. Parfois, cela se fait avec force et fracas, dans un accompagnement de cris et de pleurs. Mais, à d'autres moments, c'est avec le rire que nous parvenons à exprimer ce sentiment intérieur. Ce genre de rire peut être porteur de notre énervement, de notre haine ou de notre ras-le-bol. Il peut alors blesser l'autre qui n'a nul endroit où se retrancher lorsque nous tentons d'ouvrir violement l'entrée de son jardin secret. Nous faisons parfois souffrir

volontairement par le rire, ne pouvant pas directement être frappé en retour en nous cachant derrière le prétexte que ce n'était qu'une blague, que l'autre n'a pas le sens de l'humour, accentuant davantage le mal provoqué en remettant en cause son appartenance au groupe. Il arrive également que nous cherchions à taquiner avec le rire, à mettre le doigt sur quelque chose, mais sans intention de faire mal. Qui n'a jamais prononcé la phrase célèbre "qui aime bien châtie bien".

Dans l'article de l'Hebdo de Falconnier (2008), Despond explique qu'à Genève, nous rions beaucoup en réaction au protestantisme. L'ère de Calvin nous aurait frustrés en supprimant, entre autres choses, les fêtes. Le fait d'aller au théâtre nous permet de nous venger, comme pour montrer au monde que, nous aussi, nous avons le droit de rire. L'homme, dont nous fêtons cette année le 500^e anniversaire, aurait suscité en nous une rancœur dont nous pouvons aujourd'hui nous défaire en nous vengeant de ces années d'oppression du risible. Nous avons quelque peu l'impression que les Genevois ont attendu que l'influence de Calvin recule quelque peu pour pouvoir relever la tête au travers du rire.

Le fait de savoir que nous pourrions blesser par le rire nous empêche parfois d'y avoir recours. C'est le cas par exemple de Clara qui explique lors de son entretien qu'elle a parfois peur d'utiliser le rire pour détendre l'atmosphère, ne sachant pas comment il sera interprété. Linda explique également que nous pouvons éprouver du plaisir à rire des autres. Mais si nous souhaitons maintenir une ambiance agréable, il est important de savoir préalablement si la personne qui fera l'objet de notre moquerie accepte que nous agissions ainsi. Cela nous semble en effet crucial si nous voulons éviter de blesser un ami, malgré l'envie de le taquiner. Nous avons parfois recours à un rire taquin, mais pas avec toutes nos connaissances. Nous savons avec qui nous pouvons nous permettre d'agir ainsi, évitant par la suite d'avoir à regretter nos paroles.

Nous avons parfois affaire à un rire utilisé dans le but de marquer son pouvoir, sa prédominance par rapport à un autre individu. "Quoi de plus agréable que de rire au détriment d'un ennemi ?" s'écriait Sophocle. Cette phrase est restée gravée dans la mémoire de l'une de nous lorsqu'elle étudiait les œuvres de ce tragédien grec au collège. Grâce à ce rire, nous nous sentons supérieurs et puissants, nous imaginant aisément victorieux de notre ennemi lors de notre prochaine rencontre. Rire de l'autre permet également de le rendre moins dangereux et moins fort à nos yeux; cela lui enlève de son importance, le rabaisse au rang de simple mortel alors que notre imagination en avait fait un concurrent imbattable.

Lorsque nous rions d'une personne que nous ne connaissons pas, nous trouvons risible son comportement qui est en rupture avec la société et ce qu'elle attend de nous. Nous cherchons indirectement à la blâmer et, surtout, à montrer que nous ne sommes pas comme elle. Le rire peut unir, intégrer, mais aussi montrer sa différence, instaurer une distance entre soi et l'autre. Je ris de toi car tu es hors norme et je montre ainsi que je respecte moi-même les attentes de la société. En humiliant une personne par le rire, nous le forçons à reconnaître sa dissonance d'avec le monde qui l'entoure.

De même, toute personne qui s'isole s'expose au rire. Par son attitude marginale, elle va subir les railleries et autres moqueries de son entourage. Ce type de remarques provient généralement d'un groupe, comme pour montrer la non-appartenance de cet individu trop étranger à ce clan; à plusieurs, nous sommes plus forts et avons ainsi le droit de rire de celui qui n'a personne pour l'entourer, qui est faible par rapport à nous. Rire de dérision permet ainsi de ridiculiser autrui, de mettre à jour sa différence comme pour mieux cacher ses propres dissonances avec le groupe. Détourner le regard pour continuer à agir comme avant. La victime de notre rire encourt une mise à l'écart, un rejet de ses semblables, ne voyant plus que ce qui les éloigne, malgré tout ce qui les rapproche. Si ce genre de comportement affecte un enfant en bas âge, nous pouvons craindre qu'il éprouve des difficultés dans son développement social, comme il a été expliqué par des éducatrices à celle de nous qui effectue des remplacements dans une crèche.

Il est possible d'attaquer ou de taquiner quelqu'un en riant de lui par des jeux de mots, mais également en provoquant le rire contre lui en imitant ses gestes, qualifiés par Bergson (2007) de sa *mécanique*. Nous pouvons ainsi le rendre comique et de ce fait risible. Nous opérons une distraction de ses habitudes, pointant du doigt un trait de caractère ou une habitude précise.

Lorsqu'il cherche à faire peur ou à faire mal, le rire revêt une tonalité particulière. Pensez aux rires de l'ogre et de la sorcière, si porteurs de méchanceté qu'ils annoncent à eux seuls la suite de l'histoire. Si un rire se révèle tout de suite intimidant, nous faisant dresser les poils, nous pouvons alors craindre d'être la cible d'une attaque ou d'assister à une agression physique ou psychologique.

Finalement, la Société française d'étude du 18^e siècle (2000) fait mention du rire mystificateur, généralement utilisé au théâtre. Il s'agit de critiquer, de se moquer de quelqu'un sans qu'il s'en aperçoive. Qu'une personne rie à nos dépens est douloureux en soi, mais quand en plus nous participons en toute naïveté à la réalisation de la moquerie, alors nous

sommes vraiment le dindon de la farce si vous nous permettez l'expression. Les humoristes sont souvent les agents de ce type de rire, permettant à travers leurs spectacles de dire tout haut ce que le peuple peut penser tout bas. Moins il y a de tabous, moins il y a de sources de rire.

Se protéger

Le rire, s'il peut blesser, peut également servir à se protéger. Lorsque nous avons défini l'humour, nous avons appris que ce dernier pouvait être le reflet d'une timidité, une manière de barricader son jardin secret. Le rire revêt cette fonction défensive, mais il peut également être le reflet d'un mal-être intérieur, la manifestation d'un dernier espoir avant de sombrer dans le noir.

Le rire anxieux est de l'ordre de ces manifestations sonores provoquées par une expérience stressante, comme une manière de se protéger d'un trop-plein émotionnel. C'est la raison pour laquelle celle d'entre nous qui est partie étudier pour quatre mois au Canada a ri en arrivant dans les couloirs du campus de l'université québécoise. La tension était si forte que des larmes lui sont montées aux yeux lorsqu'elle s'est retrouvée devant le fait accompli, loin de tout et de tous. Comme nous l'expliquait Plessner (1995), ce rire représente un moment d'arrêt pour l'esprit, le corps prenant en charge de trop fortes stimulations externes, le temps que nous soyons à nouveau en mesure de faire face. Cela nous permet de clarifier la situation et de trouver éventuellement sa signification avant d'agir. Le rire devient alors lui-même une réponse ambiguë à une situation ambiguë. Raphaëlian-Guillen approuve ce raisonnement en expliquant que "rire du tragique permet effectivement de rendre aux choses leur originelle relativité" (*Savoir(s) en rire 1*, p.171). Après avoir ri de sa situation, la nouvelle étudiante québécoise a pu remettre ses idées en place, construisant petit à petit son nouvel univers.

Cette dernière expérience fait écho aux propos de Cyrulnik dans *Un merveilleux malheur* (1999). Lorsqu'une douleur est trop importante, nous souffrons. Si nous parvenons à prendre du recul, à adopter une posture objective de la situation, la blessure devient supportable ou, comme le dirait l'auteur, "[...] la mémoire du malheur est métamorphosée en rire ou en œuvre d'art" (p.14). Ce phénomène est appelé la *résilience*, c'est-à-dire la capacité à vivre, à se dégager d'un vécu, à continuer sa route en dépit de la difficulté. Nous pouvons comparer cette force à un ressort qui, même en ayant reçu un violent coup, rebondit. Comme le dit Cyrulnik,

la vie est une “[...] résolution incessante de problèmes d’adaptation” (p.126). “La résilience, c’est plus que résister, c’est aussi apprendre à vivre” (p.205), bien que cela coûte parfois cher à l’individu. Introduire le rire dans nos quotidiens semble donc favoriser le processus de construction de la vie, malgré l’adversité.

Pour Rinza (1988), il existe une différence entre rire de la joie et rire du comique. Dans le premier cas, nous sommes prédisposés à rire, ce qui nous laisse toute l’ampleur nécessaire pour manifester et vivre pleinement cet instant joyeux. Dans le deuxième cas, nous nous protégeons de la véritable origine du rire, modifiant notre regard pour éviter le risque d’une blessure émotionnelle. Cet état de fonctionnement peut s’apparenter au rire sardonique qui, comme nous le décrit la Société française d’étude du 18^e siècle (2000), est le fait de se contraindre à rire de ce qui ne nous procure aucune joie. Il permet d’éviter les regards réprobateurs de ses pairs, préférant suivre un mouvement de groupe que nous ne cautionnons pas plutôt que de passer pour un idiot qui ne comprendrait rien et ne posséderait pas le sens de l’humour. Nous protégeons donc ainsi notre intégrité.

Il arrive parfois que le rire soit utilisé pour se préserver avant même que l’acte considéré comme dangereux ne se produise. Par exemple, si nous voyons une main s’avancer malicieusement vers notre corps et que nous détectons dans le regard de la personne à qui elle appartient une intention de chatouilles, outre le repli corporel sur soi, le rire peut alors se déclencher avant même qu’un contact n’ait eu lieu. Nous tentons ainsi de montrer, de faire croire que l’intention a abouti, s’évitant du même coup la sensation désagréable de l’acte prévu. Lorsque Clara nous parle des chatouilles au cours de son entretien, ou de ces pères qui font semblant de lâcher leur enfant, elle insiste sur le fait que l’enfant a dépassé depuis longtemps le stade de rire pour le plaisir. Il manifeste sa peur, son angoisse à travers ces cris que nous interprétons faussement comme une manifestation de joie. Ne pouvant pas partir ou crier à l’adulte d’arrêter, il ne lui reste que le rire pour tenter de contenter les intentions de son agresseur. Cette manifestation sonore se transforme généralement en pleurs, pour autant que l’action de déplaisir ait duré suffisamment longtemps. La psychopédagogue nous signale que c’est en partie là que réside le problème, le parent pensant que son enfant était heureux dans ce moment qu’il qualifie de jeu. Cette technique de rire protecteur ne se retrouve pas uniquement dans un tel cas de figure, les exemples sont nombreux et variés.

Se contraindre à rire et rire par avance sont des techniques qui économisent nos sentiments, nous protégeant du regard des autres, de leurs intentions indésirables ou encore de reproches éventuelles. Pour qu’ils atteignent l’effet escompté, ces manifestations sonores

doivent donner l'apparence d'un rire naturel, au risque que l'attaque portée contre nous soit double, d'un côté l'intention de base, de l'autre le reproche qui nous est fait d'un faux rire et son interprétation souvent proche de faiblesse, de mensonge et de fourberie.

Nous avons précédemment vu que rire de soi permettait de minimiser un mal, d'éviter un reproche, une intrusion dans notre jardin secret. Nous sommes donc bien en présence d'un rire protecteur, permettant de se tourner en autodérision et enlevant ainsi toute envie d'aller creuser plus loin. Élise nous explique dans son entretien que, pour elle, être capable de rire de soi est une technique qui permet de dédramatiser. Le fait de détourner l'attention de son entourage est la raison qui pousse Paolo à se demander si les personnes qui utilisent beaucoup l'humour cachent en réalité un mal-être. Que répondre à cela ? Quelque part, oui, Paolo a raison, un rire peut cacher beaucoup de choses grâce à l'humour et à cette distance qui est prise tout à coup avec soi. Clara nous met également en garde contre ce rire qui masque ce que nous n'osons pas voir. D'un autre point de vue, une personne qui rit ne cherche pas forcément à dissimuler un sentiment de mal-être. Nous pensons que cela peut dépendre de la tonalité du rire, de la chaleur qui accompagne cette expression sonore. Un homme qui rit n'est pas quelqu'un qui est mal dans sa peau. Il n'empêche qu'il est bon d'être parfois attentif envers ses proches, si nous connaissons les différentes situations qu'ils peuvent traverser, si nous sommes capables de nous baser sur d'autres signes qu'un simple rire pour pouvoir diagnostiquer ce genre de ressentis.

À un autre niveau, rire d'un défaut permet de lui enlever de l'importance, de le resituer dans son contexte premier. Rire de soi peut nous aider à modifier notre comportement, à changer nos habitudes. Mettre des mots sur cette forme de rire rappelle à l'une de nous la période où elle avait un tic de langage embêtant et quelquefois énervant pour son entourage. En effet, elle ne cessait de dire *tsé* dans chacune de ses phrases. Le fait d'en rire lui a permis de prendre conscience de la fréquence à laquelle ce son était employé. D'abord dépassée par cette habitude bien ancrée dans ses paroles, elle a cru ne jamais pouvoir s'en débarrasser. Que ce soit grâce au rire ou grâce à sa vigilance constante, elle a finalement réussi à le rayer de son vocabulaire. Dans son entretien, Ryan nous parle d'un rire qui nous protège de nous-même. En riant de soi, nous nous replaçons dans notre contexte, nous nous souvenons que nous ne sommes, finalement, que des êtres humains.

Nous aimerions mentionner une dernière utilisation du rire comme acte protecteur. Lorsque nous commettons une faute, une bêtise, nous avons observé qu'il arrivait que nous émettions un petit rire au moment de nous excuser, de nous justifier. Nous en avons déduit

que cela venait d'une volonté, parfois inconsciente, de vouloir dédramatiser l'erreur commise, de la faire passer pour moins grave qu'elle n'en a pourtant l'air. Nous avons également imaginé que notre esprit, ne sachant comment expliquer un tel acte, utilise son *joker* favori, un dernier secours en tentant de communiquer l'envie de rire à la personne qui est face à nous. Bien que cette défense ultime ne porte généralement pas ses fruits, provoquant plus d'agacement que de compassion, nous ne pouvons nous empêcher d'y avoir recours, comme si notre corps ne pouvait répondre autrement. Nous associons ce comportement au fait que notre esprit soit dépassé par les événements et, comme l'a expliqué Plessner (1995), il laisse au corps le soin de remédier à la situation immédiate, le temps de trouver le moyen de régler le problème.

Oublier

Il arrive que le rire se retrouve au service de l'oubli. Il s'apparente alors à la protection de soi, à une défense. Faire rire, c'est faire oublier. Qu'il s'agisse de tristesse, de désespoir, de stress ou de tensions, tout disparaît l'espace d'un instant de bonheur. Ce fut le cas dernièrement pour l'une d'entre nous. Face à de nombreuses sollicitations de toutes parts, elle ne savait plus où donner de la tête, son énergie se dilapidant de tous côtés sans qu'elle ne puisse rien y faire. C'est alors qu'elle a passé une soirée entre amis. Une réelle bouffée d'oxygène dans ce monde de stress, un petit paradis où, pendant quelques heures, elle eut le droit de ne penser à rien. C'est grâce au rire qu'elle a pu oublier les contraintes de sa vie quotidienne, tout laisser de côté. Le docteur Tal Schaller (1997) nous expliquerait que le rire permet une aération du cerveau au sens propre. Durant cette soirée, c'est une aération au sens figuré qui s'est produite, une bouffée d'air pur prise entre chaque exclamation de rire. Le rire lui a donc permis de repartir vidée de toutes ses tensions, afin de se remettre sereinement au travail.

Dans un autre cas de figure, Ryan, lors de son entretien, nous fait part de la situation de deux de ses élèves qui rencontrent énormément de difficultés d'ordre personnel. Ces derniers *“ne rigolent pas, ils sont dans une espèce de dépression”*, nous dit-il. C'est par le rire qu'ils vont pouvoir oublier leurs problèmes et être capables de sourire à la vie ainsi qu'à leurs apprentissages, puisque nous sommes dans le cadre d'un établissement scolaire. De même pour cet élève, toujours chez cet enseignant, qui s'est vu abandonné par sa famille, lui seul restant en Suisse. Sans le rire, Ryan ne pouvait aboutir à rien avec lui, trop pris

émotionnellement par le contexte dans lequel il était pour s'intéresser à une multiplication ou un banal exercice d'orthographe. Amener les savoirs par le rire lui permet de changer de sujet de préoccupation. Nous n'avons pas la prétention de dire qu'il en oublie sa famille partie au loin, mais il semble reléguer au second plan sa peine afin de pouvoir continuer ainsi à aller de l'avant.

Être surpris

La surprise est au cœur de toute relation, comme nous l'a déjà montré Marcelli (2006). C'est elle – élément indispensable à la mise en route du mécanisme – qui va déclencher le rire. Cela explique pourquoi nous ne rions que rarement seul, tant il est rare et difficile de se surprendre soi-même. Nous profiterons donc de cet élément qui fait appel au rire pour clôturer ce sous-chapitre sur les différentes facettes que peut revêtir notre objet d'étude.

Nous avons créé cette partie afin que les rires qui ne trouvaient pas d'écho au sein de nos autres catégories puissent apparaître dans notre travail. Nous pensons tout particulièrement à l'humour noir ou au rire de dérision. Malgré nos recherches et explorations, ils ne convenaient à aucune de nos sections, relevant toujours un élément contradictoire avec le thème abordé. Nous avons décidé de ne pas en faire des parties à part entière, car ces contradictions n'étaient pas suffisamment fortes pour justifier une telle démarche. Face à ces éléments perturbateurs, il nous restait la surprise dont tous les rires font partie.

Il arrive qu'un rire puisse être trop complexe, présenter plusieurs facettes, si bien que nous ne savions pas toujours qu'elle était sa plus forte appartenance. Dans le cas de doutes, nous nous sommes basées sur nos expériences et nos ressentis en nous imaginant employer le rire à telle ou telle fin.

3.3 Rire d'enfant

Nous avons observé le rire sous bien des aspects et retracé son histoire afin de comprendre le lien qui le rattache à l'Homme. Il est un fait établi que le rire est inné. Si nous apprenons quand est-ce que nous avons le droit de l'employer ou non, personne ne nous enseigne comment le déclencher et faire fonctionner son mécanisme. Nous nous sommes donc interrogées sur le rapport que peut entretenir un nouveau-né avec le rire et comment évolue ce dernier au fur et à mesure que les années passent.

La conférence de Pierre Manil lors de la formation continue pour le personnel de la petite enfance nous donne de précieuses informations à ce sujet. Nous y avons appris qu'un bébé ne rit pas dès la naissance. Il commence par sourire, et ce principalement lors de son sommeil. Ne pouvant objectivement dire que ces sourires soient destinés à une personne en particulier, Pierre Manil explique que *“son sourire exprime d'abord un contentement somatique et psychique global”*. L'une d'entre nous a la chance de pouvoir effectuer des remplacements dans une crèche, pouvant ainsi observer cette naissance du rire qui passe d'abord par l'étape du sourire. S'en suit une période qualifiée de sourire éveillé. L'enfant sourit à tout et à tous, distribuant sa joie de vivre à son entourage. Le rire apparaît aux environs de trois mois et est généralement suscité par les chatouillements.

Petit à petit, l'enfant va transposer son rire à d'autres situations, comme celle du jeu. Il lui permet de se tirer habilement d'affaire dans certains cas (lorsqu'il emprunte sans demander le jouet d'un camarade, par exemple), de dédramatiser (le rire d'un enfant peut désarmer l'adulte face à une bêtise) ou encore de se protéger (comme lorsque des camarades le taquinent en imitant les chatouilles des éducatrices). L'enfant va commencer également à jouer avec les règles préétablies. Connaissant très bien ces dernières, il va faire croire à l'adulte qu'il a l'intention de les transgresser et s'arrêter soudainement, juste avant de franchir la limite, rigolant devant le regard courroucé de l'adulte. Se crée alors une grande complicité comique entre l'adulte et l'enfant. Celle-ci est nécessaire pour pouvoir déclencher le rire. Lorsque nous entrons dans une crèche et que nous nous rendons dans un nouveau groupe, il n'est pas encore possible de rire avec les enfants. Nous avons observé qu'il était préalablement nécessaire de construire un cadre suffisamment rassurant pour ne pas chambouler les repères familiaux de l'enfant. Puis, un bref instant, un regard ou une parole de connivence avec l'éducatrice et un premier contact avec l'enfant peuvent suffire. Ce n'est qu'une fois cette confiance établie que l'enfant pourra se laisser aller au rire.

Il n'est pas rare que, lors de situations de la vie quotidienne, un enfant se mette à rire avant et plus fréquemment qu'un adulte, comme s'il avait la permission de rire plus naturellement. Rinza (1988) remarque qu'un adulte va plus nécessairement avoir besoin de jouer avec la langue, de créer un mot d'esprit pour faire rire. L'enfant, quant à lui, est comme un nouvel explorateur de notre monde qui se laisserait plus aisément surprendre et serait davantage prédisposé au rire. Lors de son entretien, Ryan nous parle de l'importance de garder en classe une place pour des choses qui ne sont pas sérieuses, tandis que Nicole voit ça comme le fait que nous n'avons *“pas encore fait croire [aux élèves] que c'était inconvenant*

de rire, que ça ne se faisait pas, qu'il fallait être sérieux et donc triste". C'est peut-être la raison qui permet à Clara de rire davantage avec les enfants qu'avec leurs parents. D'une part, les sujets abordés sont bien moins lourds, mais elle se sent également plus libre de laisser parler ses émotions, de ne pas écouter ses inhibiteurs.

Il semblerait que la source du risible pour un enfant ne soit pas perceptible à nos yeux et inversement; Tania mentionne un humour que nous possédons en tant qu'adulte qui n'est pas toujours perceptible pour les enfants. Annie nous raconte que parfois ses élèves ont envie de rire, mais qu'elle coupe court à la situation, ne trouvant aucune raison de se mettre à rire à ce moment-là. Pour pouvoir rire, il faudrait préalablement connaître son environnement, les normes sociales, les concepts linguistiques, etc., pour être à même de mettre à jour les distorsions et de pouvoir en rire. Les perceptions entre adulte et enfant n'étant pas similaires, il est tout naturel que nous ne rions pas des mêmes choses. Mary nous parle de cette différence de compréhension dans son entretien. Elle nous signale que *"des fois, c'est difficile de leur expliquer pourquoi tout d'un coup quelque chose nous fait rire, parce qu'il y a un décalage"*. Nous aimerions pouvoir partager notre joie avec ceux qui nous entourent, mais ce n'est pas toujours évident. Dans des situations inverses, ce décalage est également source de joie pour cette enseignante. Le comportement d'un élève, tout comme son rire, nous donne envie de l'imiter, *"parce que ça touche, parce que c'est des mots d'enfant, parce que c'est beau, parce que c'est poétique, parce que c'est drôle, parce que c'est triste"*, parce que, le temps d'un instant, nous sommes redevenus enfant.

Cependant, Pierre Manil explique que l'enfant est capable de reconnaître si nous apprécions ou non son humour. De même, Rinza (ibid.) signale qu'il va très vite décoder les caractères sérieux ou non d'une situation. Nous pensons que ces interprétations vont lui permettre de se construire socialement, tant dans son rapport aux autres que dans le comportement attendu par la société. Le rire est donc façonné dès la naissance. Le plaisir d'y avoir recours, l'importance qui lui sera donnée ou encore la capacité de rire d'une situation, tout cela est déjà au cœur de la situation éducative du nouveau-né et influenceront sa personnalité future.

Plus tard, à l'âge curieusement appelé de *raison*, l'enfant va être capable de contrôler son expression faciale. Le rire étant essentiellement visible sur les traits du visage, il va donc pouvoir manipuler ce dernier pour parvenir à ses fins. C'est le cas par exemple de ces élèves qui rigolent lorsque leur enseignant commence à le faire, mais qui n'ont absolument pas saisi le comique de la situation. Creschi (1997) nous apprend que l'autocontrôle de son expression

faciale nécessite quelques pré-requis. Premièrement, il faut pouvoir anticiper la situation qui provoque telle ou telle réaction. Cela se fait grâce à nos antécédents émotionnels. Nous avons une attente émotionnelle spécifique en fonction de situations définies. Deuxièmement, il est important d'être capable d'identifier les émotions qui ont cours dans la situation. En effet, il peut exister une différence entre l'émotion ressentie et celle exprimée. La compréhension de cette dernière varie selon divers critères sociaux. Ainsi, il est possible de modifier notre apparence expressive pour dissimuler notre véritable état d'âme. Troisièmement, il est indispensable de connaître la conséquence des émotions, car elles agissent autant sur nous-mêmes que sur notre milieu. En contrôlant nos propres manifestations émotionnelles, il est possible d'influencer les conséquences extérieures. Finalement, il est important de faire preuve d'une stratégie de contrôle des émotions. Il s'agit là d'un but, d'un objectif à atteindre. Les moyens mis à disposition peuvent être de type comportemental, situationnel, cognitif ou attentionnel. S'il maîtrise ces quatre comportements, un être humain pourra modifier son expression faciale, faisant croire à son entourage qu'il ressent une émotion particulière.

Le rapport de l'enfant au rire passe donc par une phase de découverte, d'apprentissage puis de contrôle pour aboutir à une utilisation volontaire. Plus les années passent, plus la distinction entre un vrai et un faux rire est rendue difficile pour son entourage.

*

* *

Dans le prochain chapitre, nous verrons comment intervient le rire dans une classe. Tous les points traités à travers le deuxième et le troisième chapitre vont trouver un écho dans cette mise en pratique de nos expériences acquises dans ce domaine. Pénétrons dans le contexte haut en couleurs d'une classe.

CHAPITRE 4 – RIRE ET ENSEIGNEMENT

Rien n'est sérieux en ce bas monde que le rire.

Gustave Flaubert

Le sourire confie au rire la joie dont il ne veut plus.

Henri de Régnier

Ne faites pas rire au point de prêter à rire.

Héraclite d'Éphèse

Le rire, comme les essuie-glaces, permet d'avancer même s'il n'arrête pas la pluie.

Jugnot, G.

Comme nous venons de le voir, le rire occupe une place subtile et utile dans les rouages de notre société. Mais qu'en est-il au sein de la micro-société que représente une classe ? Dans *Savoir(s) en rire 2* (1997), Boumard n'hésite pas à déclarer que "l'école, c'est bien connu, n'est pas un lieu pour rire. On est là pour entendre causer discipline, dans les deux sens du mot [...]" (p.217). Mais sommes-nous tous de cet avis ? À ce stade avancé de nos études, nous pensons toutes deux que le rire possède sa place dans l'enseignement, qu'il est un merveilleux outil de travail, sous réserve de certaines précautions. Dans ce chapitre, nous donnerons tout spécialement la parole aux professionnels avec lesquels nous nous sommes entretenus. Nous débiterons par une réflexion autour des compétences que l'enseignant devrait pouvoir mettre en œuvre afin d'amener un rire sain en classe et sur un questionnaire fréquent, à savoir si l'humour est ou non un phénomène inhérent aux pratiques de l'enseignant. Nous ferons ensuite un petit détour du côté du principal concerné – l'enfant – en nous penchant sur ses besoins, avant de reprendre le concept de la surprise, non plus dans la société ni par rapport à son rôle dans le mécanisme du rire, mais dans le domaine scolaire. Sera alors venu le moment d'étudier la place du rire dans la relation éducative, lors des apprentissages et en lien à l'indiscipline. Nous pointerons finalement certaines précautions à respecter lors de l'utilisation du rire en classe afin qu'il demeure favorable.

Notons que les champs d'études du rire à l'école peuvent diverger dans divers domaines. Dans le cadre de ce mémoire, nous allons donc nous centrer sur la dimension la plus formatrice pour des (futurs) professionnels de l'éducation, à savoir quel rôle l'enseignant peut-il donner au rire dans sa classe ou, en d'autres mots : pourquoi et comment rire à l'école.

4.1 Compétences de l'enseignant

À nos yeux, lorsque nous rions, nous introduisons de la joie dans notre vie. En tant qu'enseignants nous avons, en plus de notre objectif d'instruire, de socialiser et de former les élèves qui nous sont confiés, ce désir de rendre leurs journées agréables. Pour ce faire, le rire est un ingrédient de choix. Mais ce dernier requiert des compétences personnelles que nous avons regroupées au sein de quatre thématiques : adopter une attitude réflexive, se connaître et se faire confiance, savoir rire de soi et prendre du recul. Précisons que le maître n'est pas tenu d'être irréprochable dans chacune de ces catégories. Notre objectif est ici de souligner l'importance de la connaissance de soi dans une profession dont nous pourrions comparer les rapports humains aux fondations d'un édifice.

Attitude réflexive

La relation que nous entretenons avec le rire est très souvent liée à l'histoire de l'individu. Mais il ne suffit pas d'avoir vécu des expériences pour en tirer profit, il s'agit, idéalement, de s'y replonger *a posteriori*, d'y réfléchir et d'en tirer des apprentissages. Lors de nos entretiens, nous avons pu remarquer combien il est important de se connaître pour devenir, être et rester heureux et épanoui dans son métier d'enseignant. Paolo nous a confié qu'il portait fréquemment un regard critique sur lui-même, essayant d'analyser les raisons de certains de ses comportements. Pour lui, il existe un lien qui unit sa propre estime et la discipline qu'il pratique en classe; l'humour y est souvent utilisé afin de faire appliquer une directive. Paolo ne souhaite en aucun cas indisposer ses élèves par ses interventions. Lorsque toutefois un commandement est nécessaire, il essaye d'en atténuer la sévérité en utilisant des pincettes humoristiques. Comme le dit Ryan, il existe un jeu incessant entre l'influence qu'a le sujet sur l'objet et celle que crée l'objet sur le sujet. Son objet à lui, c'est l'enseignement qu'il définit comme la transmission de connaissances et l'éducation à la citoyenneté; *“c'est mon objet qui m'influence, qui m'a influencé, qui fait que j'ai la joie de vivre, beaucoup de plaisir à faire ce que je fais et du plaisir à me lever le matin pour venir enseigner”*. Nous pouvons donc considérer que ce plaisir de venir travailler est lié au fait que Ryan connaisse, par le biais d'une attitude réflexive, la raison de cette joie.

Dans le cadre de nos entretiens, certains professionnels se sont même parfois livrés à cœur ouvert, nous offrant la possibilité d'être témoins de leur auto-analyse. C'est le cas de Paolo qui s'est, l'espace de quelques instants, plongé dans des souvenirs lointains. Il fait référence aux touches d'humour qu'il insère çà et là, au gré de ses activités:

Ça fait quinze ans que j'enseigne et des petites situations comme ça, j'en ai une coupe dans mon sac. Puis c'est comme ça que je vais aller placer ma discipline pour être à l'aise dans ma classe parce que, trop sérieux, je n'aime pas ça. Je n'étais pas capable de fonctionner dans un cours trop sérieux, je détestais l'école. [...]. Je ne me rappelle de beaucoup d'autres enseignants qui étaient capables de venir me chercher comme ça, comme le Père M. C'est donc ma façon de fonctionner.

Annie, enseignante depuis de nombreuses années, nous a quant à elle fait part d'une expérience dont elle a su tirer une leçon : le professionnel peut aussi se faire attraper par le rire. Elle se souvient d'une activité durant laquelle elle fut prise d'un fou rire. S'arrêter était impossible. À chaque fois qu'elle essayait, elle se stoppait quelques instants, se concentrait, mais rien n'y faisait, ça recommençait de plus belle ! Finalement, elle s'en est allée boire un peu d'eau, s'est excusée auprès de ses élèves et a repris son cours. Cet événement lui a appris que le rire, même nerveux, peut toucher chacun de nous. Sans cette attitude réflexive, nos

enseignants n'auraient rien retiré de leurs expériences. C'est à nos yeux cette capacité de revenir sur les conséquences de nos actes et sur nos ressentis qui nous fait progresser et qui nous permet de nous connaître toujours un peu plus.

“Il faut toujours se réserver le droit de rire le lendemain de ses idées de la veille.” Napoléon Bonaparte

Confiance et connaissance de soi

Un enseignement de qualité commence, à nos yeux, par un professionnel bien dans sa peau, qui se connaît et qui s'estime. Linda déclare, au cours de son entretien que, parce qu'elle est consciente de ses limites et qu'elle a confiance en elle, elle ne craint pas d'utiliser le rire en classe et même parfois de l'intensifier volontairement. Notre enseignante nous énonce que le recours au rire n'est pas absolument nécessaire, mais que pour y avoir accès, nos pratiques doivent être en accord avec ce que nous sommes. Il faut avoir conscience de nos limites et faiblesses et croire en ses forces avant de monter pour la première fois sur les planches du rire.

Mary semble se connaître elle aussi très bien et nous le fait comprendre en nous disant sur un ton sûr que, lorsqu'elle est fâchée, ça se voit et tout le monde le sait. De la même manière, lorsqu'elle a envie de rire, de plaisanter et de s'amuser, son entourage s'en rendra rapidement compte ! Pour Mary, l'enseignement c'est avant tout *“vivre avec les enfants”* et vivre c'est pleurer, rire, être en colère, aimer, etc. Dans ses propos se cache un cheminement personnel au travers de ses expériences et de ses émotions, un parcours qui fait qu'aujourd'hui Mary sait comment être en accord avec elle-même.

Paolo nous fait lui aussi comprendre qu'il a une très bonne connaissance de ses envies et de ses besoins. Il nous avertit que nous ne pourrions sous aucun prétexte le forcer à mener une activité qu'il ne souhaite pas effectuer. Il en a fait l'expérience et cette dernière ne s'est pas avérée concluante : *“je l'ai fait une fois mais ce n'était pas génial, j'étais comme borné. Ce sont des situations qui ne m'intéressent pas”*. Paolo présente à ses élèves des situations choisies par ses soins et teintées de ses couleurs. Ces récits nous montrent donc combien il est important, avant d'endosser le costume d'enseignant et d'avoir recours au rire, de savoir qui nous sommes et de se faire confiance.

Rire de soi et prendre du recul

Mais ce costume ne doit en aucun cas cacher l'authenticité de l'individu qui le revêt. L'enseignant est, comme le dit Reymann Sutter (2001), présenté "[...] avec ses qualités et ses défauts, car son efficacité passe par la congruence du sujet lui-même [...]" (p.81). Il est appelé à refuser de se prendre au sérieux. Comme le dit Linda, nous nous mettons en danger, "*parce que dans l'humour, il y a aussi beaucoup de...rire de soi-même, de nos erreurs*". L'enseignant doit accepter de rire de lui. Linda nous a parlé de ses cheveux blancs, couleur qu'elle n'a pas choisie. Allergique aux colorations, elle se voit dans l'obligation de laisser la nature et le temps prendre le dessus. Durant un certain temps, notre enseignante ne voulait plus se montrer en public. Elle était découragée. Un jour, elle se demande si, finalement, cette couleur dérangeait vraiment son entourage ? Depuis, elle n'a plus honte de se montrer telle qu'elle est réellement, sans nécessairement recourir à des artifices. Walker & Walker (1994) affirment qu'il est essentiel "d'être capable de rire de [nous]-même et de voir les drôleries de certaines situations tous les jours" (p.52). Il s'agit en effet de prendre du recul face à des événements qui pourraient être vus comme offensifs ou contrariants, de les mettre à distance par le biais du rire. Une manière plaisante d'être bien dans son établissement, avec ses élèves et dans sa peau. Joseph Folliet, sociologue et écrivain français, dirait : "Bienheureux celui qui a appris à rire de lui-même : il n'a pas fini de s'amuser" (site Internet 1) !

Une fois ces compétences acquises ou du moins mises en lumière dans l'esprit du professionnel, le rire pourra être utilisé et laisser éclater au grand jour son importance. Comme le laisse transparaître Rinza (1988), le rire rend humain. De plus, au risque de nous répéter, rappelons qu'il est crucial d'avoir du plaisir dans la profession que nous exerçons, tant pour notre bien-être que pour celui de nos élèves. Cuq (*Savoir(s) en rire 3*) nous offre une très belle définition de l'acte éducatif : "Faire plaisir en se faisant plaisir" (p.61).

4.2 L'humour : phénomène inhérent à l'enseignant ?

L'enseignant, pour être considéré comme bon dans sa profession, devrait-il alors être un grand maître de l'humour et du rire ? Nous sommes tous différents; certains ont les cheveux foncés, d'autres les cheveux clairs, certains aiment manger des sushis, d'autres ne les apprécient pas, certains adorent se promener par monts et par vaux alors que d'autres préfèrent déambuler dans les rues des métropoles. Cette diversité, c'est la vie. Par bonheur, chaque enseignant est unique. Il possède sa manière d'accueillir ses élèves, de leur parler, de les encourager, d'amener les apprentissages ou encore de créer des liens. Le rire n'est qu'une

composante du professionnel, intimement liée à sa personnalité. Comme nous le dit Linda, il y a des personnes qui rient facilement, d'autres pas. Il y a des gens qui, alors que tout va bien dans leur vie, ne rient pas. Ce n'est pas une caractéristique que nous possédons tous. Certes, le besoin de rire est humain, mais nous n'y avons pas tous accès avec la même aisance. La personnalité de chacun en est responsable et celle-ci provient à nos yeux de nos histoires de vie :

Je pense que le fait d'utiliser le rire est aussi en lien avec l'histoire que tu as avec ce dernier. Je sais que dans ma famille on a toujours bien rigolé, un peu moins maintenant, mais je sais que petite, mon père était un homme qui plaisantait, faisait des rimes, des jeux de mots, des choses comme ça. De ce côté-là, c'est vrai que j'ai pas mal de répartie ! (Tania)

Les expériences vécues avec le rire résonnent en nous quotidiennement et créent le rapport que nous entretenons avec ce dernier.

À partir de ces personnalités différentes, nous pourrions créer trois profils d'enseignants rieurs; les professionnels pour qui le rire est un réflexe naturel, ceux qui possèdent des dispositions temporaires et finalement les individus pour qui le rire s'avère réellement problématique. De notre côté, nous sommes convaincues, et ceci entre autres grâce aux entretiens menés dans le cadre de ce travail, que chacun peut trouver à rire durant ses journées. "Dans tout enseignant il y a, consciemment ou non, un comédien qui sommeille" (Dumas, *Savoir(s) en rire 3*, p.138). Au cours d'une journée d'enseignement, qui ne se retrouve jamais confronté à une occasion de rire ou de faire de l'humour ? Ces dernières sont d'autant plus multiples si l'on considère ce rire bergsonien dont nous avons parlé précédemment, celui que nous provoquons parfois malgré nous.

Cependant, il est important de souligner qu'il n'est pas non plus possible d'avoir en permanence recours au rire. La capacité de se moquer d'une réalité est étroitement liée à des circonstances intérieures (état d'esprit du moment, humeur) et extérieures (confiance entre les individus présents, ambiance de classe). Mais lorsque ces circonstances sont réunies, il devient alors difficile de nier le comédien et la part de risible qui est en nous, aussi petite soit-elle. En cuisine, il existe des chefs qui allient subtilement les ingrédients les plus délicats et qui jouent avec, des traditionnels qui exécutent des recettes répétées maintes fois, mais qui demeurent ô combien délicieuses et des plus timides qui ne feront que quelques petites prouesses culinaires par peur de se tromper ou de concocter un repas qui ne serait pas au goût des convives. Mais dans tous les cas, un plat est créé. Nous pensons que c'est le même principe pour le rire. Il existe d'habiles jongleurs, des artistes intermittents et des éternels

craintifs. Bien que certains aient plus de facilité que d'autres, nous avons tous les compétences nécessaires pour amener le rire dans nos classes. Ne doutons pas de nos capacités, osons !

“ Si l'on m'interdisait de rire dans ma classe, je préférerais changer de profession !” Nicole

4.3 Besoins de l'enfant

Audet & Royer (1993) ont répertorié les besoins de tout individu. Nous y trouvons celui de survie, d'appartenance, de pouvoir-estime, de liberté-actualisation de soi et de plaisir-sécurité. Penchons-nous sur ce dernier.

<u>Besoin</u>	<u>Description</u>	<u>Moyens pour que l'élève comble ses besoins en milieu scolaire</u>
Plaisir - sécurité	- Rire - S'amuser - Avoir de la satisfaction à accomplir ses activités - Se sentir à l'abri des menaces	- Installer un climat agréable. - Réaliser des activités d'apprentissage diversifiées, pertinentes et amusantes. - Proposer des projets de groupe où le plaisir est de rigueur (rire, avoir du plaisir). - Suggérer des activités stimulantes qui ne seront pas toujours liées à une évaluation scolaire. - Vivre dans un environnement social et physique ordonné, stable et prévisible.

Nous constatons ici rapidement la place importante du rire et du plaisir chez l'enfant. Comme nous l'avons vu à travers les propos de Marcelli (2006), la surprise est un élément indispensable à l'épanouissement de l'Homme et elle se retrouve dans toute rencontre entre individus. Les enfants ressentent tous ce même besoin de communiquer, de bouger, d'attirer l'attention, de décider, de s'amuser, etc. Comme le disent Trudeau, Desrochers, Tousignant & coll. (1997), “ils recherchent la satisfaction de leurs besoins physiologiques, psychologiques et sociaux” (p.63). Le rôle de l'enseignant est alors de les aider à combler ces besoins d'une manière compatible avec la vie en collectivité et la réussite scolaire. Pour ce faire, il peut par

exemple proposer des projets où le rire et le plaisir seraient de rigueur, nécessaire à l'accomplissement des activités proposées.

Le jeu et la nécessité de se sentir cadré et estimé sont des attentes des élèves souvent apparues comme importantes lors des différents entretiens que nous avons menés. Comme le dit Ryan, “[...] *dans les plaisirs de l'enfance il y a aussi rigoler et jouer*”. L'enfant possède une soif quasi intarissable de jeu; ce dernier peut parfois prendre la forme d'un jeu de mot. Dans ces cas-là,

ils se régalaient dans ces clowneries de l'imagination. Les enfants aiment ça car c'est bête, un peu fou. Ils sentent un grand vent de liberté qui souffle sur quelque chose de sacro-saint, le langage. C'est une manière pour eux de se défouler, de faire l'école buissonnière, de s'évader de l'école, de faire des pieds de nez au monde entier (Anselme, *Savoir(s) en rire 2*, p.162).

Les rires découlant de ces jeux de mots sont alors remplis de bien-être et d'épanouissement, deux éléments qui sont également présents lorsque l'enfant sent que son environnement est bien structuré. Il existe par exemple des élèves pour qui, comme nous l'explique Ryan, le “*laisser-aller disciplinaire est complètement déstabilisant. Ils se disent qu'ils n'ont plus de cadre et, pour qu'on s'intéresse à eux, ils font bêtise sur bêtise, du type pipi [...] par terre ou frapper les autres*”. Nos élèves ont tous besoins d'être estimés.

Au cours de ce même entretien, l'enseignant nous raconte également l'histoire de deux élèves qui ne vont pas bien, D. (un élève mal voyant) et J. (un enfant probablement issu de la rue). Dans les deux cas, c'est en les faisant rire que notre professionnel parvient parfois à les calmer et à les sortir de leur bulle. J. ne parle presque jamais, ne mange pas et a le teint pâle. Mais, à peine Ryan le fait rire, l'enfant retrouve quelques couleurs et s'intéresse un peu à ce qui se passe en classe. Le professionnel est invité à rire et à procurer du plaisir aux membres de sa classe, mais sans oublier de leur imposer un cadre et de les considérer chacun pour les individus qu'ils sont à part entière. Comme le soulignent Trudeau, Desrochers & Tousignant (1997), “l'utilisation de l'humour permet à l'enseignant de satisfaire un des besoins de l'élève, celui de la recherche de plaisir” (In Lanaris, 2005, p.157). Ce don est réciproque car les élèves, heureux, rient de bon cœur et offriront ainsi à leur enseignant un cadeau magnifique. Comme le dit si joliment Élise, “*il n'y a rien de plus beau que de voir un enfant rire*”.

4.4 Rôle de la surprise

Revenons sur la notion de surprise, abordée dans le chapitre deux de ce travail. Comme nous avons pu le voir, cette dernière transforme une simple relation en une véritable découverte. Le sujet, “mis à nu et trompé dans ses attentes découvre les bornes de son être, de son désir, de son espoir” (Marcelli, 2006, p.279). Que désirons-nous le plus lorsque nous rencontrons quelqu’un ? Dans la majorité des cas, nous cherchons à être surpris par l’autre, à découvrir des éléments nouveaux et imprévus. Si cela est vrai dans la rencontre privée, cela l’est également dans la rencontre éducative. L’inattendu occupe une place de choix dans l’enseignement, tant au niveau des relations que des apprentissages.

Marcelli énonce que “[...] la surprise préside à toute véritable rencontre humaine : [qu’]elle en est l’ingrédient nécessaire. [...]. La surprise est la métis qui ouvre le chemin de l’autre” (p.244). Métis est une divinité qui symbolise la ruse et la tromperie. Elle est la première femme de Zeus, le célèbre roi des dieux dans la mythologie grecque. Ce dernier avala Métis au moment où elle s’y attendait le moins; elle fut alors dès ce jour à l’intérieur de son corps. “Zeus, avec l’aide de la métis incarnée en lui, stabilise l’ordre du monde : désormais la violence brute connaît une limite, celle que Métis lui oppose” (p.282). La notion de surprise implique que toute rencontre humaine ne soit pas destinée à une issue spécifique. “Grâce à la ruse et à la tromperie, le plus fort n’est jamais certain de l’emporter : il peut se faire avoir par plus malin que lui” (ibid.). Si nous traçons un parallèle avec l’enseignement, nous pouvons conclure que le maître, comme l’élève, doivent accepter de se laisser surprendre et de surprendre. Il s’agit d’entrer dans le jeu des relations humaines, de considérer la différence comme étant le moteur de la communication. Pour Marcelli,

[...] la survenue d’une surprise représente un moment clé de la rencontre : la surprise crée une brèche dans l’interface qui sépare les deux interlocuteurs, ouvre un espace nouveau dans leur relation. [...]. Elle met à nu chaque partenaire qui se doit d’accepter cet instant de vacillement s’il veut pouvoir, par là même, rencontrer l’autre. Ce partage émotionnel, assez proche somme toute d’un jeu de surprise comme on peut en voir entre une mère et son bébé, préside à un moment de possible accordage affectif (pp.243-244).

Un lien entre l’enseignant et l’élève peut alors se créer puis se consolider, une attache indispensable à toute relation harmonieuse. Mais comme nous le rappelle l’auteur, rien n’est décidé avant le moment venu. La surprise, “[...] symbole d’une rencontre affective chargée d’émotions, et l’étonnement, symbole d’une rencontre intellectuelle chargée d’incertitude, sont des ingrédients d’une rencontre ouverte qui ne se donne pas comme prédéterminée, d’une rencontre où l’inconnu peut advenir : rien n’est joué d’avance” (Marcelli, p.280).

L'enseignant est appelé à demeurer en quête continuelle d'astuces afin de déjouer les attentes de ses élèves.

Plusieurs cognitivistes considèrent que l'incertitude est un état mental nécessaire à l'apprentissage. Elle créerait une sorte de fragilité qui y serait propice. En déstabilisant l'individu, la surprise ferait jaillir le doute et, de ce fait, offrirait de nouvelles perspectives. "Créant une brèche à l'intérieur du sujet, elle le contrain[drai]t à se tourner vers l'extérieur, vers ce facteur perturbateur qui lui dévoile soudainement la fragilité de son existence et de son moi" (Marcelli, p.13). Plus l'enfant sera exposé aux stimulations de son environnement, plus il aura de probabilités de rencontrer des situations problématiques légèrement différentes de celles vécues auparavant. Ces dernières vont venir accélérer le processus d'assimilation et augmenter l'équilibration des structures cognitives. Nous comprenons ainsi "l'intérêt d'un léger écart entre ce que l'enfant connaît déjà et ce qui est nouveau" permettant l'intégration et la progression (Marcelli, p.173). Une condition préalable est toutefois nécessaire afin de permettre aux changements imprévus d'exercer leur action stimulatrice sur le fonctionnement cognitif : accepter durant un certain temps l'incertitude et les craintes qui peuvent parfois l'accompagner. Afin que cette fragilité soit tolérable, qu'elle ne représente pas pour l'enfant une probabilité de se perdre, cet état doit avoir été auparavant investi d'une émotion positive: "Pour que le sujet s'engage dans cette zone de fragilité, de vulnérabilité nécessaire et indispensable pour affronter le doute, l'inconnu, il faut deux [autres] préconditions : un narcissisme suffisamment stable et sûr et l'expérience que cet état est transitoire" (Marcelli, p.177), permettant ensuite d'accéder au plaisir. Pour pouvoir être à même de développer ses capacités d'apprentissage de manière optimale, nous sommes maintenant conscientes que l'élève, tout comme l'enseignant, doivent accepter l'inattendu et en avoir un souvenir positif.

4.5 Rire et relations

La plupart des psychologues soulignent le rôle important de l'humour et du rire dans le développement affectif, mental et social de l'enfant. Comme nous l'avons étudié dans le chapitre précédent, le rire revêt une utilité dans les interactions de la vie quotidienne. Pour se développer, l'Homme a besoin des autres et de s'y confronter. Au regard de nos expériences, le rire nous semble particulièrement efficace dans les prémices du contact avec ses élèves. Avec le temps, les éclats sonores laisseraient la place à des échanges plus intimes et profonds. Dans le métier d'enseignant, les relations jouent un rôle capital. Au fil de ce sous-chapitre,

nous allons aborder les trois interactions principales que nous retrouvons dans une classe, à savoir le lien entre l'enseignant et ses élèves, celui qui se crée au sein du groupe d'apprenants et la relation qui s'établit entre le maître et les parents.

Enseignant – élève(s)

Pour une majorité d'enseignants, la relation qui se développe avec leurs élèves "repose sur la confiance en un savoir qui souhaite être partagé" (Reymann Sutter, 2001, p.39). Cette confiance, si cruciale dans notre métier, semble pouvoir être nourrie par le rire et, réciproquement, le rire semblerait conforté par une confiance indispensable entre les individus. Au cours de son entretien, Ryan nous souligne justement ce dernier fait en nous confiant qu'à ses yeux, le rire est une zone où nous pouvons nous laisser guider aveuglément par l'autre. D'après notre professionnel, nous ne pouvons pas rire de bon cœur dans un lieu où nous n'avons pas confiance. Dans ces situations-là, ce serait l'angoisse et la peur qui prendraient le dessus. D'autres, comme Boumard dans *Savoir(s) en rire 2*, pensent que l'autorité du maître pourrait être compromise pas le rire:

[L'] autorité du maître s'appuie sur le respect qu'en ont les élèves, lequel respect ne sera entier que s'il repose sur une conception transcendante de sa légitimité. Si ce respect n'est pas absolu, il s'effondre comme château de sable. L'enjeu est tel qu'il est alors par définition impossible de rire à l'école (p.217).

De notre côté, nous imaginons que le rire, s'il est utilisé avec certaines précautions que nous verrons plus loin, ne peut venir nuire à l'autorité du professionnel. Lorsque la relation enseignant-élève(s) repose sur la confiance en un savoir à partager et sur la volonté de faire passer ce dernier par des chemins ludiques et agréables, le rire peut faire partie intégrante de la vie de classe. De plus, comme le souligne justement Tania, le rire rapproche; si nous sommes enclins à rire avec quelqu'un, nous pouvons en général tout lui dire: "*Les gens avec qui tu rigoles, c'est ceux dont tu es proche. Je ne rigole pas avec des gens qui me sont antipathiques. [...] Rire dans la classe, ça crée une ambiance de confiance*".

Ses propos nous amènent vers la notion d'intimité. Le rire, pour certains enseignants comme Tania, serait comme un trésor à partager avec ses élèves, mais uniquement avec ces derniers. Lors de notre entretien, elle nous avoue que, lorsqu'elle leur raconte des histoires, elle aime beaucoup les faire rire en poussant des cris et en faisant des grimaces plus drôles les unes que les autres. De plus, elle ne se prive pas d'en rajouter lorsqu'elle s'aperçoit qu'ils apprécient cette manière de conter, de faire vivre le récit. Cependant, elle nous confie qu'en

présence de stagiaires, de l'éducatrice ou de toute autre personne extérieure à la classe, elle en est incapable. Il s'agit d'un véritable échange privé entre le maître et ses élèves.

Le rire crée un sentiment de convivialité au sein de la classe. Christine Schuhl, éducatrice de jeunes enfants et rédactrice en chef de la revue *Métiers de la Petite Enfance*, affirme lors de la journée d'étude genevoise de la petite enfance que *"l'humour, c'est la chatouille de l'âme. Il y a quelque chose qui fait du bien"*. Nous ne sommes plus dans un rapport de force avec l'enfant, nous entrons dans le partage. Nous partons main dans la main sur le chemin d'une rencontre, un chemin à la fois accessible pour l'enseignant et pour l'élève. Les deux protagonistes se retrouvent sur un pied d'égalité. Bien sûr, l'adulte ne rit pas des mêmes pitreries que l'enfant, mais il possède la maturité et la capacité de se mettre à sa hauteur. Par le biais de cette mise à niveau, le maître entre dans la zone de convivialité. Mary nous le dit avec ses mots en parlant des blagues de troisième primaire, celles *"[...] où eux ils rient comme des fous. Ça, c'est le côté social, le côté convivial. Eux ils rient et toi tu accompagnes, tu les encourages à."*

Les écoliers, ainsi pris en compte par leur enseignant, se sentent plus aisément attirés par ce dernier, présentant des signes d'ouverture. Linda, par exemple, reçoit parfois des commentaires de ses anciens élèves qui lui disent : *"Au moins, avec vous, [...], on était capable de rire, on était capable de s'exprimer...C'était ouvert!"*. Un climat où le rire est présent est un climat qui donne envie d'être là; le rire crée une vie de classe derrière laquelle se cache un sentiment d'appartenance. À la fin de l'année scolaire, Linda demande souvent à ses élèves de l'évaluer. La place importante et si agréable de son humour ressort tous les ans. Comme le dit Reymann Sutter (2001), *"l'enseignant s'investit, invite les élèves à faire de même, et sa tâche consiste à provoquer chez eux un processus de conversion leur permettant de s'orienter vers les valeurs professionnelles et subjectives qui les habitent"* (p.37). Le professionnel ne peut tenir ce rôle d'intermédiaire entre les élèves et eux-mêmes si la confiance et l'ouverture ne sont pas présentes. Ces deux dernières valeurs permettent à l'enseignant et à sa classe de vivre une relation épanouissante baignée dans des éclats de rire et un plaisir commun. Mary ne pourrait concevoir son métier sans cette si belle relation. Elle lui apporte *"la raison pour laquelle [elle est] là tous les jours. [...]. Vivre avec les enfants, c'est ça. C'est ce quotidien qui est magnifique"*. Tania se met de son côté à la place de ses élèves et se demande ce que nous aurions comme meilleur souvenir entre un enseignant *"qui rigole, qui te montre que la vie n'a pas forcément que des bons côtés, mais qu'elle a plein de*

[richesses], et un qui est complètement terne et aigri, qui ne rigole pas et ne trouve rien drôle ? ”.

L’enseignant, capitaine du bateau, a pour mission le bien-être de ses matelots, bien-être auquel le rire peut généralement contribuer. Il doit être soucieux des élèves qui lui sont confiés et de leur liberté. Et ceci, Clara l’a bien compris, le rire intervenant également dans son métier de psychopédagogue au sein d’une crèche :

Je fais un peu le clown des fois. Parce que tu as des enfants qui ont beaucoup de mal à sortir de leur coquille par exemple et je joue à me tromper, à dire “oups, là j’ai oublié”, et “oups, j’ai fait une bêtise”. D’être vraiment en lien, en relation avec eux, pour un enfant qui est complètement inhibé, pour le faire sortir de sa coquille. Et du coup c’est vrai que j’utilise le rire.

Les écoliers rencontrant des difficultés d’ordre scolaire ou personnel sont particulièrement sensibles à l’attention que leur porte l’enseignant. Pour qu’ils soient enclins à obéir à nos directives, ils doivent nous aimer, nous faire confiance et nous respecter. Comme le disent Walker & Walker (1994), “les élèves difficiles sont souvent méfiants envers les adultes et faire un effort spécial pour établir un rapport avec eux peut être exigeant et prendre beaucoup de temps. Toutefois, les résultats valent habituellement cet investissement” (p.53). Par exemple, il est important de s’assurer que nos échanges avec eux ne se cantonnent pas uniquement à des commandements ou à des questions en lien avec le sujet de la leçon. L’établissement d’une relation positive entre l’enseignant et ses élèves est fondamental. Pour ce faire, nous avons à notre disposition divers outils tels que la présence, la souplesse, l’ouverture, l’intérêt, le respect, l’affection, la participation à la prise de décision ou encore l’humour.

Élèves – élèves

Cette cohésion entre l’enseignant et les élèves devrait être également établie au sein même d’une équipe d’enfants ou préadolescents. Un sentiment d’appartenance à ses pairs est essentiel au bien-être de l’individu. Lorsque l’une de nous était encore une enfant, elle a vécu une période de l’année scolaire avec le sentiment de ne pas faire partie du groupe. Bien que ce n’était au final qu’une affabulation, les effets se sont avérés réels et dévastateurs; manque de confiance en elle, peur des récréations, refus d’aller à l’école et apprentissages péjorés. Heureusement, ses camarades s’en sont rapidement aperçus et ont réussi à renverser la situation. Le tour était joué : la personne avait à nouveau l’impression de tenir une place à part entière dans l’équipe d’amis. Cette histoire nous montre à quel point l’équilibre entre les

élèves d'une classe est fragile. Le rire et ses effets rassembleurs peuvent alors contribuer à maintenir la balance au centre: *“En riant ensemble, on se montre qu'on est du même groupe, qu'on a les mêmes émotions et les interprétations des choses”* (Nicole). Si un enfant ne rit pas avec ses camarades, ces derniers seront peut-être amenés à penser qu'il ne fait alors pas partie du groupe. Par chance, ce n'est en général pas toujours le même enfant qui ne rit pas. Comme l'explique Nicole, l'important est *“d'expliquer à ceux qui n'auraient pas compris pourquoi est-ce que l'on a rigolé, ce que nous avons trouvé drôle, afin qu'ils puissent s'identifier et se poser par rapport à ça”*.

Au fil de ses recherches, Ziv (1979) a pu par ailleurs observer que la présence d'un enfant possédant de l'humour dans un groupe rendait le travail coopératif plus agréable. Il note que cela n'a pas d'effet immédiat et visible sur le rendement, mais que cet élève assure une meilleure cohésion avec et entre ses pairs et provoque une plus grande motivation. Si dans notre groupe-classe nous comptons des humoristes en herbe, il paraît alors judicieux de les répartir dans les différentes équipes de travail. Le rire peut être le synonyme du partage et de l'expression d'un bien-être. Les relations entre élèves sont alors détendues et harmonieuses. L'humour, comme nous l'avons vu lors de sa définition, permet de mettre à distance les conflits. Il se révèle comme étant un véritable bâton de paix.

Enseignant – parents

Mais le rire a-t-il également sa place dans la relation entre l'enseignant et les parents ? Quelle vision ont-ils de l'utilisation du rire en classe ? Certains parents pourraient au premier abord se dire choqués par des attitudes humoristiques adoptées par l'enseignant. Est-ce vraiment un moyen adéquat d'inculquer à nos enfants ces savoirs et ces valeurs si cruciaux pour leur avenir ? Comme le dit Nicole, en tant qu'enseignante, *“je dois leur expliquer les valeurs de l'école ainsi que le travail que je fais avec leurs enfants. Si je rigole tout du long, ils pourraient penser que je fais mal mon travail”*. Mais, en règle générale, nous avons pu constater que si cette attitude parentale est présente au début de l'année scolaire, elle s'estompe au fur et à mesure. Ryan en a fait l'expérience :

Pour certains parents, ça peut faire peur. Ils se disent “houlala, [mon enfant est] chez le clown, ça ne va pas aller”. C'était le cas de la maman d'A. Mais à la fin de l'année c'est elle qui m'a remercié le plus je crois. Elle m'a dit que j'avais transformé son fils en quelqu'un qui s'ouvre un peu plus sur le monde et qui n'est pas que cérébral. Et pour cela elle m'a remercié.

L'estime des parents est importante pour l'enseignant. Une fois leur confiance offerte, ils seront ouverts à un partenariat fructueux et particulièrement essentiel à la réussite scolaire de l'enfant.

Bien qu'il soit parfois plus difficile à amener entre adultes, le rire peut faire partie intégrante de cette relation entre le professionnel et les responsables légaux de l'élève, que ce soit lors de rencontres individuelles ou collectives. Dans le cadre des événements comme les réunions de parents, il est important de penser à la règle des quatre C énoncée par Gaudreau (2009); afin de créer un climat agréable et de mise en confiance entre les partenaires, l'enseignant devrait veiller à utiliser un message Clair, Concret, Court et Comique, en plus d'une attitude non verbale reflétant assurance et enthousiasme par la posture, les gestes, le regard ou les déplacements. Ce moment de l'année, qui s'avère parfois un premier contact entre les parents et le professionnel en charge de leur enfant, devrait idéalement montrer aux parents l'implication de l'enseignant. Pour ce faire, ce dernier peut innover dans l'invitation, la participation des élèves à cette soirée ou encore dans la qualité de l'accueil, l'humour occupant toujours une place de choix. Voici un exemple pour amorcer une réunion dans une ambiance joviale et détendue; quelques semaines avant la réunion, demandez à chaque enfant d'amener la fourre vierge d'un disque compact – qui leur sera rendue à la suite de la réunion. Puis, lors des moments libres ou des périodes réservées aux activités créatrices, proposer aux élèves de créer une couverture à l'effigie de leurs parents puis d'inventer des titres de chansons reflétant leurs habitudes verbales ou gestuelles, leurs goûts, etc. Ces titres seront écrits au verso du disque. À l'intérieur de la fourre, nous glisserons un CD en carton avec le prénom de l'enfant. Au début de la soirée parents, l'enseignant présentera, le sourire aux lèvres, les œuvres aux parents: "Vos enfants vous ont dédié des chansons, à vous de retrouver celui qui vous est destiné" ! L'enseignant lira alors à haute voix les titres jusqu'à que les parents se reconnaissent, généralement dans un grand éclat de rire; "le café du matin : à ne pas louper", "le lapin va-t-il changer sa litière tout seul", etc. Nous avons là un moyen parmi tant d'autres pour introduire avec rire, bonne humeur et originalité un moment clé de l'année scolaire et de la relation enseignant-parents.

Les rencontres individuelles, souvent axées sur des difficultés rencontrées par l'enfant, sont quant à elles moins enclines au rire de par leur nature. Clara, notre psychopédagogue, nous avoue qu'elle aimerait pouvoir amener plus souvent l'humour et le rire dans ses entretiens. Ces derniers traitant fréquemment de situations critiques, le comique ne trouve pas toujours sa place auprès des parents anxieux, méfiants et parfois trop touchés et nerveux pour

se laisser aller au rire. La vigilance est de mise. L'humour permettra toutefois de détendre l'atmosphère de certaines situations, lorsqu'il s'agit par exemple d'un deuxième ou troisième rendez-vous et qu'une confiance a pu voir le jour entre les différents acteurs.

Il me semble qu'avec des gens, même vivant dans des situations douloureuses, quand je les suis régulièrement, nous sommes arrivés à pouvoir, à un certain moment, désamorcer un peu la situation par l'humour, par le rire, ou de mettre un peu les choses à leur place, de moins dramatiser, de dire "mais finalement si on fait ça, on va y voir beaucoup plus clair et puis finalement ce n'était pas si dramatique que ça" (Clara).

En amenant au sein des relations enseignant-élève(s) un soupçon d'intimité et d'ouverture, en déposant au cœur des interactions entre les élèves une pincée d'harmonie ou en saupoudrant la relation enseignant-parents de confiance, le rire laisse sur son passage bien des petits miracles.

Précautions I

Il s'agit toutefois de demeurer vigilants lorsque nous côtoyons le rire. Comme le dit Paolo, *"il y a des choses qui peuvent se faire, mais l'inadmissible demeure inadmissible"*. L'utilisation de l'humour requiert un minimum de précautions lors de son utilisation. Nous ne pouvons l'employer en tout temps, dans toutes les situations et avec chaque individu que nous rencontrons. Passons en revue les principes de prudence relatifs au rire dans les relations. Tout d'abord, les élèves doivent avoir appris à connaître leur enseignant, devenir conscients qu'il sait poser des limites en arrêtant toute activité lorsqu'une situation va trop loin. Un jeune professionnel est, à nos yeux et à ceux de la plupart des personnes interrogées, plus fragile sur ce point. Il s'agit alors, lorsque nous débutons, de faire particulièrement attention avec le rire. Bien connaître ses élèves, qu'ils sachent ce que nous attendons d'eux et qu'elles sont nos limites sont des éléments essentiels à poser lors des fondements de la relation enseignant-élève(s). Comme le dit Annie, si lors du premier jour d'école la classe ne fait que rigoler, l'enseignant aura de grands risques d'être par la suite considéré comme un ami. Le respect de son statut sera dès lors absent. Nous n'allons pas rire avec les enfants de la même manière le premier et le dernier jour d'école, *"il faut d'abord qu'on apprenne à se connaître"* (Nicole). Lorsque, malgré la bonne volonté de l'enseignant, une situation déborde, *"il ne faut pas avoir peur de remettre l'église au milieu du village"* (Ryan). Nous sommes les seuls capitaines à bord. Ils doivent être conscients que, s'ils dépassent les limites de l'acceptable, leur enseignant fera appliquer des conséquences immédiates aux comportements inadéquats.

Le choix de la période pour rire est également un élément à prendre en compte. Ne serait-ce par exemple pas plus judicieux de permettre un instant de détente en fin de journée ou de matinée plutôt que d'exciter les élèves dès les premières minutes de classes ? Comme le dit Tania, il y a *“des moments lors desquels tu rigoles et il y a des moments où tu ne rigoles plus”*. C'est à l'enseignant d'apprendre à sentir lorsqu'un éclat de rire ou un jeu de mots serait le bienvenu et cela en fonction de l'état émotionnel et cognitif des élèves. La connaissance de son groupe s'avère donc également importante pour un rire positif et sain. Afin de ne pas enclencher une véritable désorganisation de la classe, il est conseillé de connaître ses propres limites et celles des personnes qui nous font face. Seront-ils capables de s'arrêter de rire ? Devrais-je plutôt rester prudent aujourd'hui ? Si le professionnel ne se sent pas apte à ramener le calme, les élèves profiteront sûrement de cette aubaine et prendront le dessus. Le contrôle de la classe ne sera dès lors plus entre les mains de l'enseignant. Le statut du maître peut être réduit à néant par un simple éclat de rire.

Les vulgarités ne doivent être en aucun cas admises en classe: *“On ne passera pas une grossièreté sur le compte de l'humour et du rire. [...] Peu importe humour ou pas, ça ne se fait pas”* (Paolo). Les élèves peuvent parfois avoir tendance à se moquer de leurs camarades en riant; c'est un effet pervers du comique. Ce dernier n'est alors plus bienfaiteur, mais destructeur. Aucun enseignant n'est à l'abri d'un tel dérapage. Nous devons rester en permanence vigilants des mots qui sortent de notre bouche et éviter certains sujets. Le rire doit rester une partie de plaisir et non pas se transformer en une manière de dire ce que nous pourrions ressentir de négatif :

S'il y en a un qui ne sait toujours pas tenir son ciseau correctement alors que tu le lui as expliqué des centaines de fois, de lui dire “ah ah, tu n'y arrives toujours pas ? Eh ben dis donc, t'es aussi lent qu'un verre de terre !” Cela pourrait faire rire les autres élèves, mais certainement pas celui qui est concerné. (Nicole)

Ce rire-là pourrait clairement détruire une relation enseignant-élève. Il faut être prudent dans nos paroles, faire attention que l'enfant ne prenne pas notre petite taquinerie pour une moquerie. Le professionnel devrait alors entrer dans un long processus de réparation qui n'aboutira pas toujours au retour à la relation de base.

Il existe des thématiques intouchables, des sujets tabous sur lesquels nous ne pouvons pas plaisanter. *“J'ai une élève qui a perdu sa grand-mère récemment. C'est impensable que j'en fasse une blague. [L'enfant] est déjà tellement triste, qu'elle ne pourrait pas comprendre que je puisse agir ainsi”* (Nicole). Les élèves ont confiance en nous, ils nous identifient à un *“phare qui leur permet de diriger leur bateau. Avec un tel comportement, le phare s'écroule,*

c'est sûr. Et on sait combien ça prend du temps pour reconstruire un phare ensuite". Comme nous l'illustre Nicole, la famille est un domaine privé sur lequel nous ne pouvons rire ni pénétrer. Il nous est possible d'apporter de l'humour sur ce qui se passe à l'école; ce qui est en dehors, nous avons le droit d'en parler si besoin, mais pas d'en rire. Il va également de soi de ne jamais s'aventurer sur les terrains de la couleur de peau ou de cheveux, de la taille, de la corpulence ou de l'origine ethnique. De tels sujets, parfois difficiles à vivre pour certains, ne sont en aucun cas des terrains de jeux. Comme le dirait Ryan, "*ça c'est tabou ! Tu ne vas pas là*". Le verbe être est à bannir également des jeux de mots ou autres rigolades. Soulignons finalement le fait que le rire ne peut être identifié à un cache-misère. Plaisanter ne veut pas dire éviter. Rire pour ne pas voir ce qui se passe en profondeur n'est pas recommandé; il ne doit pas servir à banaliser ou minimiser un problème sérieux.

Notons que l'objectif de ce sous-chapitre n'est pas d'amener le lecteur à réfléchir à chacun de ses faits et gestes. Il s'agit de souligner que le rire, malgré ses beaux atouts, peut s'avérer dangereux et destructeur dans les relations. C'est principalement sur l'enseignant que repose la responsabilité de trouver le subtil équilibre entre la retenue et l'authenticité.

4.6 Rire et apprentissages

Le rire, peut, s'il est utilisé avec précautions, s'avérer un excellent motivateur relationnel. Qu'en est-il avec les apprentissages ? Quel rôle y joue-t-il ? Afin de répondre à ces interrogations, nous parcourrons tout d'abord quelques effets bénéfiques du rire dans le domaine de l'apprenant. Nous nous pencherons ensuite sur le lien parfois méconnu qui existe entre les émotions et l'information, avant de terminer par les précautions à avoir en tête afin que le rire soit favorable à la transmission des savoirs.

Effets bénéfiques

Le rire joue un rôle avant et durant une activité; il prépare le terrain à l'étude, détend l'atmosphère, améliore le climat de classe, rassemble le groupe et contribue aux apprentissages. Pour un maximum de clarté dans nos propos, nous avons regroupé les divers effets bénéfiques du rire dans ce domaine en quatre catégories : plaisir, détente, attention et créativité.

En règle générale, lorsque nous avons du plaisir à effectuer une tâche, nous sommes prêts à y investir un maximum de temps et d'effort. Nous pensons que ce processus est également

de mise dans un contexte cognitif tel que l'apprentissage. Donner de la satisfaction à étudier par le biais d'une démarche attrayante pourrait donc être considéré comme favorable. Les enseignants avec lesquels nous nous sommes entretenues abondent en ce sens. Voici deux exemples où le rire, source de plaisir, transforme une activité qui aurait pu s'avérer ennuyeuse et repoussante en une notion attirante et plaisante.

Ryan, enseignant en division moyenne, a aujourd'hui pour objectif en allemand de faire découvrir à ses élèves les parties du corps. Pour mener à bien son objectif, au lieu de sortir son atlas géant du corps humain et de traduire une à une les différentes appellations, l'enseignant se met debout sur son bureau. Chacun se demande ce que le professeur peut bien faire là-haut; ils le regardent sans dire un mot, les yeux rivés sur lui. Ce dernier leur dit alors en montrant un de ses doigts : *Was ist das ?* Les écoliers lèvent tous la main. C'est un doigt ! C'est un doigt ! D'accord, mais comment le dit-on en allemand ? *Ein Finger* ! Et la leçon continua de la sorte. Plus tard, Ryan fit passer une évaluation de vocabulaire sur ce sujet à ses élèves : les résultats étaient tous bons ! Ils avaient mémorisé toutes les parties du corps en allemand. En parallèle des éclats de rire provoqués par la situation insolite, l'enseignant était parvenu à faire passer son message.

Paolo, notre enseignant de secondaire, s'est de son côté inventé un personnage : le professeur Grupetto. En québécois, on appelle ce genre de personnage un Gino. Il s'agit d'un homme, portant souvent une chemise entrouverte, laissant apparaître un médaillon, une pilosité marquée ainsi qu'une moustache soignée. Par l'intermédiaire de Grupetto, Paolo parvient à amener ses élèves dans un problème de mathématique sérieux grâce à un enrobage humoristique. Par exemple, il va annoncer à sa classe que *“le professeur Grupetto souhaite renouveler sa garde-robe. Pour ce faire, il se rend dans un grand magasin [...]”*. Ces consignes arracheront sûrement aux élèves un petit sourire qui leur donnera envie de se plonger dans l'activité. Cet enseignant exploite souvent ce genre de mise en situation. Comme le dit Menassé dans *Savoir(s) en rire 3*, l'humour participe au plaisir de l'apprentissage aussi bien lorsqu'il est sciemment provoqué qu'involontaire.

Rinza (1988) affirme que le rire amène un bon climat de travail. En effet, il permet de faire de l'école un endroit agréable et propice aux apprentissages. Il conduit également l'enfant à mettre une distance avec ce qu'il fait et vit, à dédramatiser certains événements. Nous pourrions considérer qu'il s'agit d'une arme libératrice par excellence et un vecteur de détente incomparable. Clara nous parle d'une logopédiste chez qui elle dirige certains des enfants dont elle assure le suivi. Elle a parfois la chance d'observer cette professionnelle à

l'œuvre et nous explique sa manière de communiquer avec son patient. Lorsque ce dernier commence à lire et qu'elle est en mesure de prédire qu'il commettra une erreur, elle va elle-même faire cette erreur afin que ce soit l'enfant qui la corrige. Par ce retournement de situation, l'enfant est valorisé, détendu et ne se décourage pas. Plusieurs auteurs confortent les actes de cette logopédiste; Lethierry, dans *Savoir(s) en rire 2*, annonce que "[...] L'école devrait être précisément le lieu où on a le droit de se tromper... et d'en rire !" (p.22). Marcelli (2006), affirme que le fait de " [...] proposer à l'enfant d'investir un écart plutôt que de le laisser obstinément buter sur le problème à résoudre représente souvent une façon d'éviter la confrontation au non-savoir, confrontation qui peut être trop angoissante pour de multiples raisons" (p.180). Ces dernières raisons pourraient être la peur de ne pas être à la hauteur des attentes de l'enseignant ou la crainte de la sanction devant l'erreur ou l'ignorance. Dans de tels cas, le rire parvient à créer une diversion qui permet à l'élève de "se dégager de l'emprise angoissante du non-savoir" (ibid.). Klein, dans *Savoir(s) en rire 2*, vient compléter les propos de ses collègues en ajoutant que "[...] le rire relie aux autres, tire de la solitude, réconcilie avec le monde, efface l'amertume de ce handicap qui met en marge, seul devant sa feuille" (p.130). Nous pourrions alors comparer le rire à une véritable stratégie de survie.

L'attention en classe est une composante essentielle de la réussite scolaire. Que peut faire l'enseignant pour renforcer cette dernière ? Proposer des cours attrayants, additionnés de quelques soupçons de rire. Ce dernier demande à l'individu d'être à l'écoute de son entourage, d'être présent dans ce qui se passe afin de pouvoir bénéficier de ses bienfaits. Comme le propose Linda, nous pourrions comparer nos activités à des spectacles. Afin qu'ils attirent le public, il faut qu'ils soient ponctués de piques et/ou de changements. Que ce soit de l'humour, un déplacement ou l'annonce d'un nouvel outil de travail, tous les moyens sont bons pour capter et conserver l'attention des élèves, pour faciliter leurs apprentissages. Hay, dans *Savoir(s) en rire 3*, nous le confirme en écrivant que "les résultats aux examens sont plus forts avec des cours améliorés d'éléments humoristiques reliés à l'apprentissage" (p.54).

L'utilisation de l'humour par l'enseignant augmente également la performance des élèves dans le domaine de la créativité. En effet, le rire permet de suspendre, l'espace de quelques instants, tout jugement rationnel. L'individu peut alors adopter un regard nouveau et renouveler sa créativité. Martin le confirme dans *Savoir(s) en rire 2* en écrivant que "l'humour permet de prendre de la distance vis-à-vis de l'écrit ou de toute autre tâche. Il s'opère une sorte de relativisation au niveau des compétences qui libère les scripteurs de toute

appréhension” (p.183). Les élèves osent se lancer et produisent avec davantage de liberté, laissant ainsi libre court à leur créativité.

Concevoir l’enseignement comme un lieu où le rire et le plaisir occupent une place à part entière ne semble pas affecter la transmission des savoirs. Nous pourrions même être amenés à penser que les messages iront s’ancrer encore plus profondément dans l’apprenant. Le rire à l’école est un moteur pour les apprentissages.

Émotion et information

Imaginons un instant que nous nous retrouvions devant un spot publicitaire. Plus le message qu’il transmet est réalisé sous forme d’humour, plus nous éprouverons du plaisir à le visionner, voire même à acheter le produit dont il fait l’éloge. L’effet d’un enseignement peut être similaire à celui que nous venons de décrire. Plus il sera mené avec des pointes d’humour, des plaisanteries, plus les élèves éprouveront de la joie à suivre la leçon. Si nous poussons la réflexion quelques pas de plus, nous constaterons qu’un lien se crée entre le plaisir ressenti par le récepteur et l’objet lui-même (le produit ou la notion enseignée). En effet, comme nous l’avons vu plus haut, lorsqu’une leçon est donnée avec humour, les élèves projettent le plaisir ressenti sur les contenus; leur attention étant ainsi favorisée, les apprentissages sont mieux assimilés.

Rusinek (2004) nous explique ce phénomène ainsi : “[...] un état émotionnel particulier améliore l’accessibilité de l’information en mémoire qui lui est congruente du point de vue émotionnel. L’émotion que ressent un sujet influence les traitements cognitifs lors de la restitution d’une information, mais aussi lors de son encodage” (p.28). Ces effets sont respectivement appelés effet de congruence et effet de dépendance. La congruence intervient lorsqu’une émotion antérieure, durant un apprentissage, rappelle un matériel précis. Cette relation entre l’état émotionnel de l’individu et la valeur affective des stimuli provoque une meilleure attention et perception de ces derniers. Au final, nous obtenons une mémorisation de qualité des informations liées à l’émotion ressentie. La dépendance intervient “[...] lorsqu’il y a facilitation du rappel en cas de concordance entre l’humeur à l’apprentissage et l’humeur au rappel” (ibid., p.29). Un enfant apprenant une notion alors qu’il est d’humeur positive, obtiendra des performances au rappel meilleures s’il est placé dans un état d’esprit également positif. Cela est tout autant valable pour une humeur négative. Ces effets sont

illustrés dans les propos d'Élise qui confirme que le rire peut avoir un effet bénéfique sur les apprentissages pour la raison suivante :

[...] Les enfants vont pouvoir faire des associations comiques, drôles, des associations positives et ils vont retenir facilement là. [...] J'avais une activité hier sur l'attention, puis pour mettre ton cerveau en marche, t'avais un cerveau sur deux pattes. Alors ils ont trouvé ça tellement drôle, ils riaient ! Je ne l'avais pas présenté comme [de l'] humour, mais je me suis dit mon Dieu; je présentais juste le visuel mais pour eux c'était humoristique ! Alors c'est sûr que ça l'accroche, ils vont faire beaucoup plus d'encrage si tu mets quelque chose de drôle, je ne trouve pas que ça enlève du sérieux à l'apprentissage. Au contraire, je trouve que ça l'allège et que ça peut renforcer l'apprentissage davantage, je trouve que c'est une porte d'entrée très intéressante.

Selon l'École Suisse du Rire Relationnel (2006), le rire aurait également des effets neurophysiologiques qui influenceraient directement l'assimilation des informations étrangères. Ce dont nous sommes certaines est que le rire amène, avec son bol de fraîcheur, des effets nettement favorables sur les apprentissages.

Précautions II

L'efficacité du rire dans la transmission des savoirs est toutefois conditionnée par la préparation de l'enseignant; à nos yeux, un rire jaillissant çà et là d'un cours improvisé n'aurait pas d'impact réel sur les apprentissages. Soulignons également l'importance d'un public réceptif et actif. En effet, l'enseignant aura beau transformer ses activités en une véritable comédie, l'impact favorable sur les acquisitions sera nul. C'est au professionnel d'initier ses élèves pas-à-pas à cet art nouveau. Mais, comme le dit Élise, "*[...] il ne faut pas en abuser non plus*". Le rire doit rester ponctuel. Elle complète ses propos en précisant qu'elle ne le verrait "*pas à journée longue là ce genre d'activités. [...] Je pense que ça perdrait de son impact. [...] L'humour, ce n'est pas le quotidien là, on s'en sert mais je ne le vois pas comme façon majeure d'enseigner*". Comme l'énonce la métaphore de Deunff dans *Savoir(s) en rire 2*, "l'humour est le sel des présentations didactiques. Son excès peut rendre inconsommables les meilleurs morceaux ! Mais s'il y a insuffisance, tout devient terne ! Il ne faut pas que le sel vienne à s'affadir" (p.84).

Le rire ne peut pas trouver sa place dans toutes les activités de chacun des domaines d'enseignement. Lorsque les leçons abordent des savoirs fondamentaux, que certains élèves manifestent une certaine peine à la compréhension, le rire devrait rester dans sa boîte. Ceci, Ryan nous l'a longuement expliqué lors de son entretien en prenant l'exemple de la découverte de la division en fin de quatrième primaire ou en début de cinquième. "*C'est*

vraiment hallucinant pour certains enfants, ils ne comprennent vraiment pas du tout, il faut vraiment être très méthodique et aller vraiment tranquillement”. De plus, en adoptant une attitude particulièrement sérieuse lors d’une telle présentation de contenus, les élèves se rendront eux-mêmes compte de l’importance de l’enjeu.

Le rire et l’assimilation efficace des apprentissages semblent, malgré ces quelques précautions, intimement liés. Nous estimons, tout comme Charmeux, dans *Savoir(s) en rire 2*, que “l’école doit être un lieu où l’on joue” (p.104) car le rire offre énormément de chances d’apprendre. D’après cet auteur, l’humour pourrait être un des meilleurs moyens pour lutter contre l’échec scolaire et l’illettrisme. D’ailleurs, où se trouve l’avantage d’un enseignement monotone et terne ? “L’école [primaire] n’est pas censée dégoûter [les élèves], avec tout ce qu’il leur reste encore comme années de scolarité” (Tania) ! L’enfant devrait avoir envie d’y venir et le rire pourrait grandement l’y inciter.

4.7 Rire et discipline

Qui n’a jamais été confronté à une situation éducative complexe ? À un instant de panique durant lequel nous ne savons plus que faire face à un enfant en crise ? Confronté à un élève qui semble inattentif et ne pas tenir compte de nos directives ? Dans ce dernier sous-chapitre, nous allons essayer de trouver quelques pistes d’actions liées au rire afin de gérer au mieux ces cas parfois délicats que nous sommes tous amenés à vivre un jour ou l’autre. Nous découvrirons tout d’abord la technique de base de l’intervention disciplinaire humoristique : la décontamination par l’humour. Nous parlerons ensuite de prévention, de gestion de situation de crise avant de terminer par les quelques précautions à avoir à l’esprit lors de l’utilisation de l’outil rire dans le domaine de la discipline.

Décontamination par l’humour

La décontamination par l’humour, également appelée atténuation de la tension par l’humour, est une technique utilisée afin de mettre un terme de manière efficace et sans complication à un comportement inadapté. Cette méthode s’adresse à un profil spécifique : un élève en recherche d’attention, qui en reçoit beaucoup ou qui présente des comportements d’intimidation. Dans de tel cas, l’utilisation de l’humour et du rire permet souvent l’arrêt du comportement et la dédramatisation de la situation tout en ménageant l’amour propre de l’élève. En provoquant un effet de diversion, l’enseignant offre la possibilité à l’enfant de se

sortir du mauvais pas dans lequel il s'est mis. Si la technique réussit, le soulagement sera immédiat. Comme le disent Trudeau, Desrochers, Tousignant & coll. (1997), "l'humour permet souvent de faire sentir à l'élève que nous ne sommes pas ébranlés par ses manifestations agressives, et lui fournit ainsi le moyen de s'en sortir sans être humilié" (p.94). Le professionnel est de son côté mis en sécurité face au problème et au comportement parfois violent de l'enfant. La décontamination par l'humour est donc une méthode efficace pour faire face à des situations difficiles et a le pouvoir de permettre un retour au calme en allégeant l'atmosphère de la classe. Lanaris (2005) va même plus loin en ajoutant que "la décontamination par l'humour permet à l'enseignant de s'amuser un peu avec les élèves tout en leur montrant qu'il garde le contrôle de la classe" (p.157).

Prévention

Redl et Wineman (1964) soutiennent que par le biais d'une blague ou d'un mot comique, il est possible de faire rire les élèves et leur permettre ainsi d'évacuer une énergie qui aurait pu se transformer en indiscipline. La décontamination par l'humour est souvent utilisée afin de prévenir la dégénérescence de certaines situations. Voici quatre illustrations du rire en tant qu'outil de prévention recueillies auprès des enseignants que nous avons rencontrés.

Un après-midi, sentant l'état de fébrilité et l'excitation de ses élèves, Annie – enseignante en division élémentaire – décide de les calmer avant que la situation ne se dégrade. Voyant qu'ils n'arrivent plus à l'écouter, elle profite d'un moment en salle de jeu pour leur dire calmement de s'asseoir en tailleur et de mettre leur tête dans leurs mains. L'objectif commun est de se taire un petit moment et de se reposer. Au bout de quelques secondes de silence, notre enseignante lança la phrase suivante : "*maintenant on rit*". Les élèves se regardèrent, intrigués; seuls quelques uns osèrent un petit rire timide. Annie reprit alors : "[...] *on rigole, allez vous avez le droit de rire*" ! Deux ou trois autres élèves se lancèrent. Puis, ces éclats de rire étouffés laissèrent finalement place à un rire spontané et bruyant. L'enseignante les invitait à continuer de plus belle; les enfants se laissaient aller et se défoulaient, tout en respectant la directive de demeurer assis. Soudain, l'enseignante leva les bras et dit stop. Tout le monde s'arrêta et se coucha sur le dos le temps de laisser le calme venir les habiter et permettre aux effets secondaires relaxants du rire de faire leur travail. Comme le dit Annie, "*ça a fait du bien ce petit moment de rire [...]*".

De son côté, Linda a dû un matin faire face à une situation inattendue : une petite inondation qui aurait pu tourner à la perte de contrôle général. Notre enseignante québécoise permet à ses élèves de sixième primaire d’avoir une gourde en classe. Ce jour-là, alors que chacun était occupé à réaliser une activité de prise de notes, H. se mit à crier : *“Oh mon dieu, j’ai un problème d’eau dans mon bureau, ça coule, ça coule dans mon bureau”* ! Il se mit à sortir ses affaires à toute vitesse de son pupitre. Toute la classe éclata de rire. Il y avait de l’eau partout ! *“[...] Ça coulait vite, on aurait dit qu’il y avait deux trois gourdes dans son bureau”*. Mais, au lieu de réprimander H., Linda prit cinq minutes pour faire le ménage puis recommença tranquillement son cours. En gardant son calme et en gérant la situation avec humour, préférant taquiner l’élève plutôt que le gronder, l’enseignante est parvenue, elle aussi, à prévenir le chahut.

Paolo, notre enseignant de secondaire, nous a conté deux situations qui auraient pu devenir critiques, mais qui, grâce au rire, ont été étouffées. En deuxième période, un élève de sa classe voulut, durant une leçon collective, se lever et jeter un papier à la poubelle, acte interdit par le règlement d’établissement durant les cours. Il lui vint alors à l’esprit, au lieu de commander sèchement à l’adolescent de rester assis à son bureau, de faire un lien avec Popa, personnage d’une émission télévisée québécoise, constamment obsédé par les déchets. Lorsque l’élève se leva pour se diriger vers la poubelle, l’enseignant l’interpella par ces mots : *“Hey, Popa, est-ce que tu as un problème avec tes vidanges”* ? L’adolescent resta figé sur place. Il comprit l’allusion, sourit aux lèvres et retourna s’asseoir. *“[...] La leçon disciplinaire est passée et ils ne se sont pas réessayés. Tout ça dans le respect”*. Notre professionnel, fier de ses techniques d’intervention, nous fit part d’une seconde et subtile anecdote. Lors d’une activité de géométrie, un élève, assis à sa place, se retourna pour discuter avec un ami. L’enseignant lui demanda de cesser et de s’avancer. Interrompant son cours un instant, il s’adressa alors à la classe en ces mots : *“Voyez-vous, mathématiquement parlant, je viens de vous donner un exemple concret d’une application géométrique de la chose. Monsieur vient de faire une rotation qu’il a surmontée d’une translation”*. Au lieu de prononcer une phrase du type *“toi tu te retournes, tu t’en vas en avant et tu ne me déranges pas”*, Paolo a su faire preuve d’humour afin de mettre agréablement un terme à cet écart de comportement. Comme il le dit, *“un élève [...] peut se faire ramasser sans humour, mais aussi avec”* ! L’intuition du professionnel, son sens de l’observation et sa sensibilité sont des éléments importants pour une gestion efficace de la discipline en classe.

Situation de crise

Le rire peut également jouer un rôle central lors des situations de crise. En effet, comme l'évoque Reymann Sutter (2001), "l'humour peut diminuer l'agressivité et les comportements inadaptés" (p.32). Dans un tableau intitulé "Interventions à faire et à ne pas faire selon l'évolution de la situation de crise", Leclerc, Beaumont & al. (2007) répertorient des attitudes à adopter dans de tels cas. Dans la colonne *Ce qu'il faut faire*, nous retrouvons parmi une dizaine de pistes d'intervention "dédramatiser la situation par l'humour afin de détendre l'atmosphère sans toutefois nier la gravité de la situation" (p.12). La diminution de la pression par l'humour que nous avons précédemment abordée dans ce chapitre peut donc être mise en place en guise de prévention ou dans l'action. La dédramatisation, la prise de distance et la dérision sont des éléments clés pour un retour au calme rapide. Voici trois récits illustrant nos propos.

Élise nous parle de son chum³, facilement stressé par de simples événements imprévus. Elle nous raconte qu'un soir, il était affairé à cuisiner lorsque les brocolis se mirent à déborder. Voyant son mari devenir rouge de colère face à sa casserole, notre psychologue essaya tant bien que mal de dédramatiser la situation en riant. "*Tu trouves ça drôle toi ?*", lui dit-il. Élise et ses enfants riaient toujours. La pression est alors redescendue lentement et dans le calme, car s'ils n'avaient pas été présents, Élise pense que la situation aurait pu tourner en catastrophe; son mari, tel un volcan, aurait été au bord de l'explosion. Annie utilise également le rire pour calmer un élève qui entrerait en situation de crise en classe. Elle se confronte par exemple souvent à un jeune garçon qui pique parfois des petites crises. Lorsqu'il se met en colère et qu'il pique une violente crise, l'enseignante entre dans son jeu et l'imité calmement. L'enfant en a alors rapidement assez et cesse de lui-même son comportement. Suivant les jours, il se met parfois même à rire de son comportement ! Cette technique, notre enseignante l'utilise aussi face à un enfant qui boude. Elle adopte la même posture que ce dernier et attend. Au bout de quelques instants, ils sont tous deux obligés de rire. Annie lui fait alors doucement comprendre que "*c'est plus sympa de rire que de bouder*".

Aujourd'hui, nous nous accordons à penser que les comportements inadéquats sont dans la majorité des cas de type agressif. Cette brutalité serait due à des frustrations refoulées. Or, le rire, grâce à la libération d'énergie qui s'en dégage, participe à diminuer ces tensions agressives. Pourquoi hésiter encore à utiliser l'outil rire pour contrer l'indiscipline ?

³ Signifie le conjoint en québécois

Précautions III

Avoir recours au rire pour gérer la discipline en classe demande des précautions d'usage. En effet, afin que cette technique soit efficace, l'enseignant doit avoir pris le temps d'observer la situation, de décoder correctement les faits, les gestes et les intentions problématiques. La situation devrait être comprise dans son ensemble avant d'agir; le rire est à utiliser de manière réfléchie. Comme le dit Lanaris (2005), "lorsqu'on utilise l'humour, on doit faire attention à choisir le moment opportun : on doit vérifier que [...] le comportement dérangeant n'est pas un comportement grave" (p.157), comme pourraient l'être le manque de respect ou l'agression. De plus, si la frustration de l'individu est trop forte, le rire n'aura pas d'effet.

Il est également important, même si certains diraient que cela va de soi, de prendre soin de ne pas dévaloriser l'élève; humour et sarcasme sont à ne pas confondre. L'humour ne doit en aucun cas ridiculiser l'enfant ou son comportement. Dans une telle situation, il pourrait détruire les éléments bâtis au fil des ans, à savoir l'estime que l'élève visé a de lui-même, le regard qu'il porte sur son enseignant et le climat de classe. Comme le dit Langellier dans *Savoir(s) en rire 2*, "l'humour suppose l'abandon du raisonnable, il y a dans l'humour comme une pulsion, comme une réjouissance irrésistible, qui n'hésite parfois pas à sous-estimer la susceptibilité de l'interlocuteur" (p.64). La décontamination par l'humour est donc contre-indiquée avec des élèves susceptibles, qui se perçoivent en victimes ou qui sont rejetés par le groupe. "*A contrario*, l'humour qui tombe dans la bonne oreille engendre la sympathie, voire l'amour" (ibid.).

Notons également que pour que l'outil rire puisse porter ses fruits lors d'interventions disciplinaires, il est important que l'enseignant se sente à l'aise avec la technique choisie. Quelle que soit la tournure que prendra la situation, le professionnel doit apprendre à éviter l'entêtement et à accepter les émotions qu'il ressent lors d'une intervention (Audet & Royer, 1993). La discipline d'une classe résulte d'un délicat équilibre : "*C'est comme la marmite de lait quand ça déborde, [...], tu l'enlèves du feu et ça retombe. Et alors là, et bien il ne faut pas juste derrière recommencer*" (Ryan). Il s'agit de savoir ce qui se passe, que faire et comment le faire.

Malgré les vertus incontestées du rire, il est donc à nos yeux important de rester conscients que l'humour ne peut résoudre toute situation de crise. Lors de l'approche d'une telle situation, il s'agirait également de jauger le potentiel de dangerosité de la personne en crise, de s'assurer de sa protection personnelle, chercher à établir le contact, de se montrer disponible ou lui apporter de l'aide, d'adopter une attitude empathique et favoriser l'écoute

active, de laisser le temps à la personne de s'exprimer, de réutiliser les dernières paroles de la personne pour compléter sa pensée et l'encourager à poursuivre, de parler d'une voix calme, lente et rassurante et de se retirer et laisser la personne se calmer (Leclerc, Beaumont & al., 2007). Mais lorsque les situations ne sont pas au plus haut point de désorganisation, l'humour est une piste efficace et agréable. La détente qu'il provoque diminuerait l'indiscipline. Ryan nous le résume ainsi : *“avec un minimum de sérieux, on y arrive; avec beaucoup d'autorité tu y arrives aussi; en faisant rire l'élève tu y arrives aussi. Quelle est la voie la plus simple et la plus sympa ?”*

Pour que le rire ait sa place à l'école, il devrait être humble, léger et allié avec une attitude mariant tolérance, imagination et ouverture. Efficace, de l'école enfantine à l'Université, le rire transforme l'enseignement en une activité attrayante, favorisant ainsi l'acquisition des compétences et des savoirs, mais aussi la discipline des apprenants. Aujourd'hui, l'autoritarisme et ses punitions laissent place à des méthodes plus douces, reposant sur l'estime des partenaires et le plaisir d'apprendre et d'enseigner. Comme le dit Fick dans *Savoir(s) en rire 2*,

qu'il cultive l'évidence, le jeu ou le paradoxe, l'humour en éducation permet de répondre à une situation difficile. Il se révèle une arme désarmante, fondée sur l'astuce psychologique, parce que celui qui pratique l'humour a une conscience aiguë des mécanismes de la communication humaine et témoigne d'une certaine capacité d'observation et de compréhension (p.41).

Un enseignant qui a recours au rire en classe a le pouvoir de transformer le rapport pédagogique, de faciliter les apprentissages et de rendre désirables les connaissances. “Dans cette perspective, l'humour se définit comme une stratégie de séduction, il devient une politique, voire une pédagogie, en même temps qu'il reste une philosophie” (ibid., p.38).

Nous voilà arrivées au terme de ce mémoire. Après d'innombrables discussions et heures consacrées à sa réalisation, il nous faut maintenant conclure et y apposer un point final. Mais avant cela, nous souhaitons revenir sur quelques moments forts et découvertes.

Il est à présent entendu que le rire est un phénomène inné chez l'Homme et qu'il possède de multiples éléments déclencheurs, allant de la mécanique de Bergson à la surprise de Marcelli, en passant par la prédominance du corps sur l'esprit de Plessner ou encore l'abandon total de Crichtley. Ses effets sur notre organisme sont si nombreux que le docteur Tal Schaller n'a pu tous les recenser en un seul ouvrage. N'oublions pas que le rire n'est pas un médicament, mais bien une aide aux traitements; malgré tout le bien-être qu'il apporte, il est rare qu'il puisse, par sa seule action, guérir un malade. Le rire peut également s'avérer pathologique et refléter une maladie – rappelons que sa présence en milieu hospitalier ne découle pas uniquement des hôpitaux. Finalement, le deuxième chapitre a souligné la différence que nous pouvions observer entre le rire et l'humour, le premier étant une réaction spontanée, alors que le second représente le fait de cacher un mal-être et est, en soi, une manière de se protéger.

Après avoir établi les notions de bases du rire, il nous était plus aisé d'aborder la place de ce dernier au sein de notre société, sans pour autant nous perdre le long de sinueux chemins. En effet, comme nous l'avons démontré à maintes reprises, le rire est bien plus complexe qu'il ne peut paraître au premier abord. Afin de mieux comprendre le rapport de notre objet d'étude et de notre quotidien, nous avons retracé le parcours – non sans détours – de l'Antiquité à nos jours. Années après années, le rôle du rire au sein de notre société a évolué, prenant aujourd'hui place au cœur de maints débats. Les réflexions et les théories relatives à ce dernier foisonnent de toutes parts. Les philosophes débattent, confirmant ou infirmant les hypothèses de leurs confrères, contribuant ainsi à soulever la diversité actuelle que les Hommes entretiennent avec le rire; nous l'avons observé au cours de nos discussions, entretiens et lectures, chacun y va de sa conception du phénomène, les idées se recoupant pour mieux se distancer les unes des autres.

Il est nécessaire de définir plus précisément les différentes facettes que peut posséder le rire. D'une part, le rire uni, est un moteur d'intégration. D'autre part, grâce à ses bienfaits sur notre organisme, il nous offre la sensation agréable de distraction et de divertissement. À travers les scènes parfois comiques de la vie quotidienne, nous pouvons adopter une attitude réflexive sur nos propres comportements. Mais le rire n'est pas seulement porteur de joie et de bonheur; il permet de taquiner, de blesser émotionnellement, d'attaquer une personne dans

son intimité. Rire d'un individu, c'est rire de sa mécanique et donc extraire tout sentiment d'empathie de notre jugement. D'un côté, le bien-être du rieur qui peut libérer ses tensions face au comportement d'un tiers, de l'autre la tristesse et le mal-être de celui qui est victime de ce rire, n'ayant d'autre choix que de contre-attaquer par l'humour, ou de fuir l'affrontement. Cela nous amène à voir le rire comme une protection, permettant de détourner le regard du sujet sensible, de ne pas montrer ouvertement ses faiblesses. C'est aussi un moyen de ne pas perdre la face devant une situation *a priori* insurmontable. Finalement, rire c'est aussi oublier, ne plus avoir constamment à l'esprit ses soucis, son stress et ses angoisses. C'est s'abandonner quelques instants dans les bras insouciant du bonheur, retrouver notre joie d'enfant où la vie paraissait si simple.

Afin de mieux saisir la part d'enfance présente dans ce phénomène, nous avons suivi un chemin qui nous a permis de comprendre la construction parallèle de l'Homme et de son rapport au rire. Le nourrisson passe par des stades de découvertes, d'apprentissages et d'appropriations qui vont lui permettre de comprendre et d'utiliser le rire selon les codes préétablis par notre société. Car s'il est un fait que tous les êtres humains rient de la même manière, nous ne rions pas tous des mêmes sujets.

Le dernier chapitre de notre mémoire nous a permis de comprendre et d'analyser les interactions ainsi que les apports didactiques du rire en classe, grâce à un cheminement de plus en plus précis, page après page. En tant qu'enseignants, nous formons les citoyens de demain. Il nous incombe de les instruire à une vie faite de droiture, de persévérance et de constance, mais aussi de sourires et d'éclats de rire. Le sens de l'humour permet aux professionnels de réunir et de motiver leurs élèves face aux apprentissages, leur présentant des activités plus attractives, donnant l'envie de s'investir. Le rire est toutefois à manier avec prudence, selon les affinités de chacun; cet outil peut en effet nous échapper et déstabiliser complètement une situation, la rendant hors de tout contrôle. C'est un mélange subtil que le maître doit réaliser, surveillant de multiples indicateurs pour amener et cultiver le rire dans sa classe.

Tout au long de la réalisation de ce mémoire, notre rapport au rire s'est modifié, mis à mal par certains auteurs, dévoilé par d'autres, trouvant des échos dans les entretiens ou évoluant vers une conception plus complète à travers nos discussions. Notre regard n'est aujourd'hui plus le même qu'il y a presque une année. Nous avons pu mettre des mots sur nos ressentis face au rire et comprendre le lien intime que nous entretenons avec ce dernier. Le fait de réfléchir et de comprendre les raisons qui nous poussent à enclencher ce mécanisme ou non,

dans une situation plutôt qu'une autre, constitue un enrichissement personnel qui nous aide à mieux nous connaître. Mais l'impact de nos découvertes ne s'arrête pas à nos seules conceptions : il nous arrive de discuter avec des amis, leur expliquant en quelques mots l'objet de notre mémoire et ses implications. Un jour, l'un d'eux est revenu vers nous en nous disant : *“mais c'est vrai, vous avez raison, je ris comme ça”* ! Il avait entamé seul cette prise de conscience, regardant d'un autre angle ce rire qui lui était apparemment si familier.

Avoir conscience de notre rapport au rire, du fonctionnement de notre organisme – tant au niveau du mécanisme que de ses sources – est un atout pour le jour où nous serons en charge de notre propre classe. Rire permet de capter, rallier, intéresser, activer, inciter, accompagner, détendre, décharger, etc.; des éléments si cruciaux à la construction du savoir de l'élève. Être à même de les utiliser correctement ne peut être que bénéfique pour notre enseignement.

Nous aimerions revenir également sur notre collaboration et notre fonctionnement en duo. Ce mémoire a été l'occasion d'une formidable aventure humaine et intellectuelle. N'ayant que peu travaillé ensemble préalablement, nous savions que nous encourions le risque que notre coopération se heurte à des problèmes qui pourraient s'avérer importants. Or, non, nos fonctionnements respectifs se sont admirablement adaptés l'un à l'autre, mettant à jour une complémentarité de nos pratiques des plus admirables. Ce mémoire à deux s'est vu porté au-delà de nos attentes, malgré les obstacles qui se sont dressés sur notre chemin. L'un d'eux, et non des moindres, fut la distance qui nous a séparé pendant quatre mois. La décision a été prise et assumée à deux, et bien que cela nous semblait évident il y a une année, nous pouvons officiellement déclarer que nous ne regrettons à aucun moment le choix qui a été fait. Nos souvenirs et ce mémoire sont et resteront là pour le prouver.

Outre les contraintes logistiques de la mise à distance, la chance de pouvoir évoluer dans un autre pays a enrichi notre mémoire. En effet, à travers les entretiens, les rencontres et l'accès à des lectures plus diversifiées, nous avons pu élargir notre champ d'action et nos observations. Les avis des professionnels suisses et québécois sur la place du rire en classe se rejoignent, nombres de similitudes ayant pu être observées grâce aux interviews.

Les interrogations que nous soulevions aux prémices de ce travail ont aujourd'hui trouvé des débuts de réponses. Enseigner le rire à nos élèves, non, mais les y inciter, oui. Comme nous l'avons vu, le rire peut s'avérer être un formidable médiateur, offrant à chaque protagoniste une place à part entière, équitable. De son côté, l'enseignant n'est pas appelé à apprendre à rire, mais à y avoir recours. Chacun de nous est capable d'offrir à sa manière une place au rire, dans nos classes ou notre vie quotidienne. Pour ce faire, il est important de se

sentir bien et être conscients des précautions d'*emploi*. En effet, afin que ses effets puissent fleurir autour de nous, le rire doit être cadré et réfléchi.

Malgré toutes les découvertes et l'évolution de notre conception du rire, nous sommes conscientes que notre mémoire comporte certaines limites, inhérentes à toute recherche approfondie d'un domaine de l'humain et de l'affect. Nous expliquions en introduction que notre subjectivité risquerait de compromettre une prise de distance nécessaire face à nos découvertes. Souhaitant nous impliquer ouvertement dans notre mémoire, nous y avons fait mention de certaines de nos expériences et de nos ressentis. D'autres personnes, qui traiteraient du même sujet, pourraient donc en apporter une vision différente. De plus, comme nous l'avons vu à travers les entretiens de professionnels et nos propres rapports au rire, chacun cultive une vision particulière et personnelle de ce phénomène. Il est donc impensable de relever l'ensemble de ses implications dans un milieu scolaire, tant les possibilités foisonnent de toutes parts, variant entre chaque enseignant. Nous pourrions donc apporter davantage de précisions sur certains domaines, approfondissant nos connaissances et les thématiques abordées en multipliant les entretiens. De plus, nous avons eu la chance de rencontrer des professionnels venant d'horizons variés et qui ont accepté de nous consacrer un peu de leur temps. Cependant, tous émettaient un avis favorable quant à l'utilisation du rire dans leurs pratiques. Seule Clara a émis quelques réticences face à cet outil qui pouvait se révéler déstabilisant lors de ses entretiens avec les familles; mais au cours de notre discussion, sa vision s'est modifiée, déclarant finalement qu'elle utilise le rire bien plus fréquemment qu'elle ne le pensait de prime abord. Il serait donc intéressant de pouvoir questionner un enseignant qui ne rit volontairement pas dans sa classe, afin qu'il puisse nous expliquer pourquoi et nous amener ainsi à élargir notre vision quant à la place de ce phénomène dans notre profession future.

Finalement, si nous avons l'opportunité d'approfondir notre mémoire, nous chercherions à mieux comprendre la relation que décrit Marcelli (2006) entre le rire et les notions marchandes de l'enseignement. L'auteur identifie ce type de relation commerçante lorsque nous tentons de contrôler l'ensemble des termes du contrat passé avec les différents acteurs d'un établissement scolaire, afin que rien d'inattendu ne survienne. La relation marchande s'instaure lorsque nous avons mis en place un cadre précis, évitant au professionnel de voir son pouvoir et son assurance lui échapper. Mais il arrive que la surprise vienne bouleverser l'ordre établi, les relations à l'intérieur d'un établissement dépassant le simple rapport de commerce. Le meilleur de ces acteurs n'est autre que le rire. Il serait dès lors intéressant

d'approfondir la place du rire dans des écoles qui ne le cultivent pas, chez des enseignants qui ne souhaitent pas se laisser distancer du contrat marchand préalablement établi.

Nous ne savons si le fait de poursuivre l'étude de certaines thématiques de notre mémoire modifierait notre vision et notre rapport au rire, mais nous restons convaincues, jusqu'à preuve du contraire, de la nécessité et de l'importance de ce dernier dans nos classes et notre vie quotidienne.

“Si on ne peut pas rire au paradis, je ne tiens pas à y aller”

Martin Luther

REMERCIEMENTS

Nous tenons à remercier les personnes qui, grâce à leur soutien et à leurs conseils, ont contribué à la réalisation de ce mémoire.

Notre directrice, Madame M. Cifali, qui a su, avec calme et dextérité, nous conduire sur les chemins inoubliables de ce mémoire. Les membres de la commission, Mesdames M.-A. Barthassat et C. Claude-Velan qui ont, avec le sourire, accepté de nous lire et de nous faire part de leur opinion. Les professionnels avec qui nous nous sommes entretenues et qui nous ont offert leur confiance et leur temps. Nos familles et nos proches qui nous ont encouragé dans cette aventure; leur affection et leur présence furent des plus agréables. Les discussions que nous avons eu avec ces derniers nous ont aidé à organiser notre texte et à éclairer nos découvertes. Soulignons également le travail de nos relecteurs qui ont mené leur tâche avec sérieux et patience.

Finalement, un grand merci à toutes les personnes qui nous ont fait part de leurs opinions et offert leurs précieux conseils. Le sourire qui se dessinait systématiquement sur un visage à l'annonce du thème de notre mémoire fut à chaque fois source de motivation pour continuer notre aventure.

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- Audet, D. & Royer, É, D. & Royer, É. (1993). *Un guide d'intervention au secondaire*. Chapitre 4 : Les types d'intervention. Québec : Ministère de l'Éducation, Direction de l'adaptation scolaire et des services complémentaires.
- Askenasy, J.J. (1987). The functions and dysfunctions of laughter. *Journal of General Psychology*, 114. 327-334.
- Bergson H. (2007). *Le rire. Essai sur la signification du comique*. (13e éd.). Paris : PUF.
- Berlyne, D.E. (1972). Humor and its kin. In Goldstein, J.H. & McGhee, P.E. (Eds). *The psychology of humor : theoretical perspectives and empirical issues*. New York : Academic Press.
- Black, D.W. (1982). Pathologie laughter, a review of the litterature. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 170. 67-71.
- Camilo, O. (2000). Learning to use humor in psychotherapy. *Clinical-Supervisor*, 19(1). 191-198.
- Creschi G. (1997). *Le contrôle du rire : entre savoir et savoir-faire. La modulation de l'expression faciale chez l'enfant de 7 à 10 ans*. [Doctorat en psychologie.]. Université de Genève.
- Critchley, S. (2004). *De l'humour*. Paris : Kimé.
- Cyrulnik, B. (1999). *Un merveilleux malheur*. Paris : Odile Jacob.
- Debarge, P.L. (2004). Vertus du rire et estime de soi. *Esprit et Vie*, 98. 36-37.

- Dieguez, S. (2008). Le rire, entre mythe et réalité. *Coopération*, 18. 36-39.
- Duvignaud, J. (1999). *Rire, et après : essai sur le comique*. Paris : Desclée de Brouwer.
- Ecole Suisse du Rire Relationnel. (2006). *Gestion des Conflits et des Émotions avec Rire et Humour : la Communication Plaisir*. [Dossier d'accompagnement]. Stage pour le Département de l'Instruction Publique, novembre 2006 et février 2007.
- Falconnier I. (2008). Humoriste, dis-moi de quoi tu ris ! *L'Hebdo*, mai 2008, N°21. 126-129.
- Fragnière, J.-P. (1996). *Comment réussir un mémoire*. Paris : Dunod.
- Friedrich, J. (2008). Séminaire de préparation au mémoire, cours 7426BB. [document de cours]. Université de Genève : Faculté de Psychologie et des Sciences de l'Éducation.
- Gaudreau, N. (2009). Elèves en difficulté de comportement : intervention. [Cours]. Université Laval : Département d'études sur l'enseignement et l'apprentissage. Faculté des Sciences de l'Éducation.
- Goldstein, J.-H. & McGhee, P.-E. (1972). *The psychology of humor*. New York, London : Academic Press.
- Jankélévitch, V. (1963). *L'aventure, l'ennui et le sérieux*. Paris : Aubier Montaigne.
- Journée genevoise de la Formation Continue de la Petite Enfance (FOCPE). *Atout rire - l'humour dans la relation éducative*. (2009). [Conférence]. Meyrin.
- Jucquois, G. (1996). *Rédiger, présenter, composer. L'art du rapport et du mémoire*. Bruxelles : De Boeck Université.
- Jobé, V. (2008). Drôle de gymnastique. *Migros Magazine*, 50. 74-75.

- Kevassay, S. (2005). *Mémoire de recherche*. Paris : Vuibert.
- Lanaris, C. (2005). Les interventions proactives et l'encadrement pédagogique. In Massé, L. Desbiens, N. & Lanaris, C. *Les troubles du comportement à l'école. Prévention, évaluation et intervention*. Montréal : Gaëtan Morin Éditeur, Chenelière Éducation.
- Leclerc, D., Beaumont, C., Mass, L., Dumont, M., Allaire, L. & Lefebvre, P. (2007). *Vous entrez dans une zone sans violence : Guide de prévention et d'intervention contre la violence envers le personnel de l'éducation*. Québec : Centrale des Syndicats de Québec, Centre de Recherche et d'Intervention sur la Réussite Scolaire.
- Lethierry H. (1997). *Savoir(s) en rire 1. Un gai savoir (Vérité et sévérité)*. Paris : De Boeck Université.
- Lethierry H. (1997). *Savoir(s) en rire 2. L'humour maître (Didactique et zygomatique)*. Paris : De Boeck Université.
- Lethierry H. (1997). *Savoir(s) en rire 3. Rire à l'école ? (Expériences tout terrain)*. Paris : De Boeck Université.
- Marcelli, D. (2006). *La Surprise, chatouille de l'âme*. Paris : Albin Michel.
- Plessner, H. (1995). *Le rire et le pleurer, une étude des limites du comportement humain*. Paris : La Maison des Sciences de l'Homme.
- Redl, F. et Wineman, D. (1964). *L'enfant agressif : méthodes et rééducation*. Paris : Fleurus.
- Reymann Sutter, C. (2001). *Les jeux de l'humour et ses enjeux. La genèse, les manifestations et les effets possibles de l'humour en éducation*. [thèse]. Université de Genève : Faculté de Psychologie et des Sciences de l'Éducation, section des Sciences de l'Éducation.

- Rinza, A.-M. (1988). *À la recherche du rire d'une enseignante*. [Mémoire de licence]. Université de Genève : Faculté de Psychologie et des Sciences de l'Education, section des Sciences de l'Education.
- Rusinek, S. (2004). *Les émotions : du normal au pathologique*. Paris : Dunod.
- Société française d'étude du 18e siècle. (2000). *Le rire*. Paris : PUF.
- Tal Schaller C. & Kinou-le-clown (1997). *Rire pour guérir. Le rire, un médicament gratuit reconnu scientifiquement*. Genève : Vivez Soleil.
- Thurnherr, M. (2000). *Sur les chemins du rire*. [Travail]. Réalisé dans le cadre de la formation de l'école romande de psychomotricité.
- Trudeau, H. Desrochers, C. Tousignant, J.-L. & collaborateurs. (1997). *Et si un geste simple donnait des résultats... Guide d'intervention personnalisée auprès des élèves*. Montréal : Les Éditions de la Chenelière inc.
- Walker, H. & Walker, J.E. (1994). *L'indiscipline en classe; une approche positive pour les enseignants*. Québec : La Corporation École et Comportement.
- Ziv, A. (1979). *L'humour en éducation. Approche psychologique*. Paris : ESF.
- Zuk, B. & Dalton, R. (1998). HFDumour and Cultural Perspectives. *Connections*, 98 University of Victoria : Faculty of Education research Conference. 1-6.

Dictionnaires

Micro Robert. (1988). Alain Rey, Direction de la rédaction. Paris : Dictionnaire le Robert.

Petit Larousse Grand Format. (2006). Philippe Merlet, Direction générale. Paris : Larousse.

Sites Internet

1) <http://www.evene.fr>.

2) http://www.humanite.fr/popup_imprimer.html?id_article=692910

3) <http://www.naturamedic.com/gelotherapie.html>.

4) <http://www.proverbes-citations-fr.com/citations-sourire-rire.php>.