

Sarah Miller, Maître en psychologie sociale et interculturelle

La pédagogie par le rire

Professeurs gazouillez, on vous écouterait peut-être...

Un philosophe grec évoquait devant les passants un sujet décisif. Après avoir parlé sérieusement et n'avoir pas été écouté, il se mit à gazouiller, attirant ainsi la foule qui le prit pour un bouffon ! Il a alors stigmatisé celle-ci, en disant à qui pouvait l'entendre que tous se pressaient de venir écouter les sottises, mais que, pour les choses sérieuses, ils n'étaient guère nombreux... Telle fut la plaisanterie par laquelle il leur enseigna cette leçon !

L'étude du rire, de ses effets et de ses fonctions, s'inscrit dans des champs disciplinaires aussi variés que la psychologie, la médecine, la philosophie, la linguistique, ou la sociologie. L'humour est considéré comme universel, même si les normes sur lesquelles il se construit relèvent d'une réalité culturelle donnée. En conséquence, il diffère en fonction de la société et/ou du groupe social.

Parmi les nombreuses fonctions qu'on lui reconnaît empiriquement (prosociales, antidépressives, relaxantes...), le rire présente la qualité fondamentale de relativiser des situations complexes et de dénouer tensions et conflits. Il constitue également un moyen pour un groupe ou une personne d'échapper aux différentes pressions et contraintes. Cette fonction apaisante au sein d'une société de plus en plus anxiogène justifie l'intérêt croissant pour la faculté de rire, notamment pour

ses effets dans le monde du travail et de la santé. Cet intérêt croissant, on le constate également pour ce qui concerne le cadre scolaire.

Nombreux, en effet, sont les auteurs à recommander de recourir à une pédagogie de l'humour, non seulement afin de combattre l'ennui et l'indiscipline déplorés dans certaines salles de classe, mais aussi afin de favoriser la transmission d'un savoir. Les études réalisées dans ce cadre appuient majoritairement cette forme de pédagogie, tout en mettant en avant des éléments distincts.

Une proximité humaine

Dans une perspective sociale, c'est la relation entre l'enseignant et l'élève, de même que l'ambiance de la salle de classe qui bénéficient du recours à l'humour dans l'enseignement d'une matière. A cet égard, Escallier (2009) souligne le paradoxe que constitue une di-

dactique empreinte d'humour : le rire, en effet, est traditionnellement un comportement prosocial de la classe de cours. Dès lors, la présence d'humour en tant que méthode pédagogique transforme le contexte studieux de l'école : l'emploi, par le professeur, d'un ton humoristique ou d'une technique d'apprentissage particulièrement ludique et rigolote entraîne nécessairement un changement d'attitude corporelle et gestuelle de la part de ce professeur.

En considérant le fait que les émotions sont « contagieuses », c'est-à-dire qu'elles se transmettent d'une personne à l'autre moyennant certaines fluctuations, on comprend qu'une telle attitude adoptée par l'enseignant puisse influencer positivement l'attitude du groupe d'élèves. Faire preuve d'humour fait ressortir la proximité humaine dont est porteur le professeur et indique aux élèves qu'il peut partager différentes choses avec eux.



Alors que la pédagogie traditionnelle accentue la séparation entre le travail et la discipline de la salle de cours d'une part, et la détente et le plaisir de la cour de récréation d'autre part, la pédagogie de l'humour présente une combinaison de travail et de détente. Plusieurs auteurs soutiennent que cette compensation de l'effort intellectuel par la relaxation et l'amusement constitue une ambiance de travail présentant de meilleurs résultats chez les élèves, tant dans leur réceptivité que dans leur expressivité. En d'autres termes, les élèves participent. Ce qui constitue bien l'objectif recherché par l'enseignant : faire cours c'est aussi, à l'instar du rire, un acte de communication.

Différentes études ont donc permis de mettre en évidence les effets relaxants et rassurants de la présence d'humour dans l'enseignement, mais également son influence positive sur l'intérêt des élèves pour la matière étudiée. L'humour, par sa capacité à réduire l'anxiété et le stress, contribuerait également à l'unité au sein de la classe ; unité tant entre les élèves, qu'entre ceux-ci et le professeur (Azizinezhad & Hashemi, 2011). Lorsque l'humour fait pleinement partie de la stratégie pédagogique, un environnement rassurant s'établit, favorisant le développement d'une attitude de flexibilité et de communication entre l'enseignant et les élèves. De cette manière, l'image autoritaire du professeur serait moins importante et les élèves percevraient davantage une tolérance à l'erreur dans le

cheminement de l'apprentissage (Watson & Emerson, 1988).

Une mémorisation accrue

D'un point de vue cognitif, plusieurs études expérimentales ont permis de mettre en évidence l'influence de l'humour sur la mémorisation proprement dite. On constate ainsi que lorsqu'ils sont accompagnés d'une forme d'humour, les dessins animés (Schmidt, 2002 ; Schmidt & Williams, 2001), les phrases (Schmidt, 1994), les lectures (Ziv, 1988 ; Kaplan & Pascoe, 1977 ; Kintsch & Bates, 1977), les tests scolaires (Berk, 2000 ; McMorris, Boothroyd, & Pietrangelo, 1997), et les publicités (Gelb & Zinkhan, 1986) semblent être retenus de façon plus efficace que dans des conditions neutres.

L'accroissement des performances mnésiques dû à la présence d'une note humoristique peut s'expliquer de différentes façons. Pour certains, ce serait la production d'émotion que l'humour suscite – la joie, la gaieté, l'amusement... – qui serait à l'origine de ce résultat. En effet, à l'inverse d'une information neutre, l'éveil d'une émotion impliquerait davantage d'éléments à traiter mentalement. Pour d'autres, comme Forabosco (1992), ce serait l'incongruité inhérente à l'humour, son aspect déplacé et absurde, qui expliquerait son influence positive sur la mémorisation. L'aspect incongru, en contraignant les gens à s'engager dans des processus d'élaboration mentale pour

“ *La compensation de l'effort intellectuel par la relaxation et l'amusement constitue une ambiance de travail présentant de meilleurs résultats chez les élèves.* ”

résoudre le questionnement que pose l'incongruité, déclencherait automatiquement une attention plus soutenue. Selon cette théorie, plus le matériel utilisé est amusant, plus une élaboration mentale sera requise, et plus la mémorisation sera performante (Takahashi & Inoue, 2009).

Concrètement, l'expression humoristique d'un professeur, dans le cadre d'une leçon, peut prendre diverses formes. Outre le ton léger et la formulation de certaines plaisanteries pour créer une ambiance de travail motivée ou pour dénouer une situation tendue, le professeur peut projeter une image (personnage de bande dessinée, caricature...) pour illustrer la matière étudiée ; il peut également donner, comme lecture, un texte humoristique bien qu'instructif au niveau du vocabulaire ou de la grammaire ; ou encore utiliser des termes issus du langage parlé des jeunes, ou utiliser des métaphores empruntées aux loisirs des ados pour expliquer un concept. Une façon simple d'apporter de l'humour dans le cadre scolaire consiste en l'emploi de jeux et d'activités semblables (théâtre...), pour lesquels les élèves ne sont pas dans une position d'auditeurs passifs mais

bien d'acteurs (Baid & Lambert, 2010).

En outre, les jeux présentent le grand avantage qu'en plus de l'objectif pédagogique clairement énoncé et recherché par l'activité, des éléments indirects et inattendus sont observés, tels que la collaboration, la communication, la pensée critique, le leadership... (Uhles & al, 2008). Ces comportements, bénéfiques à l'apprentissage social des élèves, sont d'autant plus importants à souligner qu'ils ne sont pas aisés à enseigner ex cathedra.

Le risque : une « séduction éducative »

Cependant, comme le font remarquer Baid et Lambert (2010), un risque encouru pourrait être une forme de « séduction éducative » : l'une des limitations de l'emploi de l'humour en tant que stratégie éducative serait la création d'une fausse impression de satisfaction chez les élèves, alors qu'en réalité, très peu d'éléments éducatifs auraient été transmis. Aussi, selon Morrison (2008) et Tamblyn (2002), la présence de l'humour dans l'éducation présenterait de réels avantages lorsqu'il est employé dans un style approprié et dans le but de créer une ambiance amusante et non de « faire le clown » : l'humour devrait avoir un objectif pédagogique, sans être ni gratuit, ni excessif, mais judicieux.

Mais quel que soit le moyen employé, une difficulté majeure réside dans le choix du type d'humour à utiliser, notamment en fonction du public. Un risque provient du non respect de la limite entre le rire et la moquerie, entre l'humour créant une ambiance rassurante et une forme de « bullying » (harcèlement moral) impliquant une ambiance négative d'intolérance. Si ce danger semble évident à éviter dans le chef du professeur, la frontière peut être perçue de manière plus sensible chez certains élèves vulnérables ou stigmatisés. On ne doit pas oublier que le sens de l'humour, culturellement marqué, reste fondamentalement subjectif. Ainsi, Escallier (2009) recommande la prudence par l'emploi d'un humour neutre, évitant les plaisanteries ciblant les religions, les leaders politiques... afin de ne pas courir le risque de heurter certains élèves, mais



également pour que les blagues ne soient pas considérées comme un moyen détourné pour le professeur d'exprimer ses pensées et de manipuler ses élèves.

Toutefois, il faut éviter de tomber dans l'attitude inverse : celle d'un respect strict du « politiquement » et « socialement » correct. En effet, parmi les nombreux bienfaits du rire, se compte également une certaine capacité à briser les tabous, à passer outre les barrières culturelles en énonçant et en dénonçant, par l'humour, les stéréotypes et les préjugés. Pour Freud, l'humour permet précisément d'affronter une situation difficile en la surmontant par un propos ou par une attitude qui provoque le rire pour soi et pour les autres. Ainsi, un enseignant qui choisit le rire pour dénouer un conflit ou une difficulté d'ordre culturel entre ses élèves (ou avec lui), s'il l'emploie avec intelligence, ouvrira le dialogue et la réflexion sur les difficultés de la diversité au lieu d'instituer celles-ci. Remplacer des tabous par des interdits n'est pas une bonne solution : cela, le rire est capable de le montrer et de le faire entendre. Le rire consiste en une façon de surmonter sainement et pacifique-

ment la rencontre avec l'Autre.

Recourir aux vertus pédagogiques du rire présente donc de réelles potentialités sociales, culturelles et cognitives. A la condition de savoir que lorsqu'il ouvre la porte aux bonnes rigolades, il faut que le professeur soit en mesure de gérer et de recadrer les réactions des élèves dans le contexte scolaire : « *combinaison du contraste qui est celui de l'humour, c'est manier à la fois la fermeté et la souplesse, la force et la tendresse, la lucidité et le savoir, l'accompagnement et la patience, la présence et la distance* » (de Peretti, 2011). ■

Bibliographie

- Azizinezhad, M., & Hashemi, M. (2011). Humour : A pedagogical Tool for Language Learners. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 2093-2098.
- Baid, H., & Lambert, N. (2010). Enjoyable learning : The role of humour, games, and fun activities in nursing and midwifery education. *Nurse Education Today*, 30, 548-552.
- Berk, R. A. (2000). Does humor in course tests reduce anxiety and improve performance ? *College Teaching*, 48, 151-158.
- De Peretti, A. (2011). *Pédagogue d'exception*. Editions L'Harmattan, Paris.
- Escallier, C. (2009). Pédagogie et humour : le rire comme moyen de construction d'un public attentif d'une salle de classe. *JoLIE-Journal of Linguistic and Intercultural Education*, 105-114.
- Forabosco, G. (1992). Cognitive aspects of the humor process : The concept of incongruity. *Humor*, 5, 45-68.
- Gelb, B. D., & Zinkhan, G. M. (1986). Humor and advertising effectiveness after repeated exposures to a radio commercial. *Journal of Advertising*, 15, 15-20.
- Kaplan, R. M., & Pascoe, G. C. (1977). Humorous lectures and humorous examples : Some effects upon comprehension and retention. *Journal of Educational Psychology*, 69, 61-65.
- Kintsch, W., & Bates, E. (1977). Recognition memory for statements from a classroom lecture. *Journal of Experimental Psychology : Human Learning and Memory*, 3, 150-159.
- McMorris, R. F., Boothroyd, R. A., & Pietrangolo, D. J. (1997). Humor in educational testing : A review and discussion. *Applied Measurement in Education*, 10, 269-297.
- Morrison, M.K., (2008). Using Humour to Maximize Learning : *The Links between Positive Emotions and Education*. Rowmanand Littlefield Education, Lanham MA.
- Schmidt, S. R. (1994). Effects of humor on sentence memory. *Journal of Experimental Psychology : Learning, Memory, and Cognition*, 20, 953-967
- Schmidt, S. R. (2002). The humour effect : Differential processing and privileged retrieval. *Memory*, 10, 127-138.
- Schmidt, S. R., & Williams, A. R. (2001). Memory for humorous cartoons. *Memory and Cognition*, 29, 305-311.
- Takahashi, M., & Inoue, T. (2009). The effects of humor on memory for non-sensical pictures. *Acta Psychologica*, 132, 80-84.
- Tamblin, A. (2002). Laugh and Learn : 95 Ways to Use Humor for More Effective Teaching and Training. *Amacon, New York*.
- Uhles, N., Weimer-Elder, B., Lee, J.G. & (2008). Simulation game provides financial management training. *Healthcare Financial Management* 62 (1), 82-88.
- Watson, M.J., & Emerson, S. (1988). Facilitate Learning with Humor. *Journal of Nursing Education*, 2 (2), 89-90.
- Ziv, A. (1988). Teaching and learning with humor: Experiment and replication. *Journal of Experimental Education*, 57, 5-15.

Les bienfaits du rire



Rire est un antidote au stress : le rire est un des moyens les plus efficaces, les plus économiques et les plus faciles pour diminuer le stress ;

Rire réduit l'anxiété, les états dépressifs et l'insomnie : de nombreuses personnes souffrant de migraines, d'anxiété, d'insomnie ou de dépression ont constaté une amélioration de leur état. La plupart d'entre elles ont pu réduire le recours à la médication ;

Rire renforce le système immunitaire : des chercheurs ont prouvé qu'après le rire, les anticorps augmentent ;

Rire est un exercice physique salubre : une séance de rire apporte autant de vitalité et de sensation de bien-être qu'une séance de jogging ;

Rire réduit la tension artérielle et les problèmes cardiaques : des expériences ont montré une nette diminution de la pression artérielle après 10 minutes d'une séance de rire. Le rire améliore la circulation du sang et l'oxygénation du muscle cardiaque, réduisant ainsi le risque de formation d'un caillot ;

Rire atténue la douleur : le rire provoque la sécrétion d'endorphines dans le corps. Les propriétés antalgiques de ces hormones réduisent immédiatement la douleur ;

Rire accroît la confiance en soi et la vision positive des choses : les séances de rire permettent aux personnes manquant de confiance en elles de vaincre leur timidité. Prendre régulièrement part aux séances d'un club de rire aide à rire plus dans la vie quotidienne et à relativiser les situations difficiles ;

Rire développe les relations interpersonnelles : « *Le rire est le chemin le plus direct entre deux personnes* » disait Charlie Chaplin. Rire en groupe crée un sentiment de communauté et rapproche les gens. C'est aussi une façon agréable de conforter des liens d'amitié ;

Rire augmente la capacité pulmonaire : grâce au rire, la capacité totale du poumon est utilisée. C'est pourquoi la pratique du yoga du rire a des effets bénéfiques sur le bien-être des personnes sujettes à des problèmes pulmonaires.

Source : www.academiedurire.be/yoga_benefits.cfm