

L'humour, un besoin vital ?

Dédramatiser, nouer des liens, passer un message en douceur... L'esprit remplace bien des discours, à condition de le manier avec égards.

SÉGOLÈNE BARBÉ

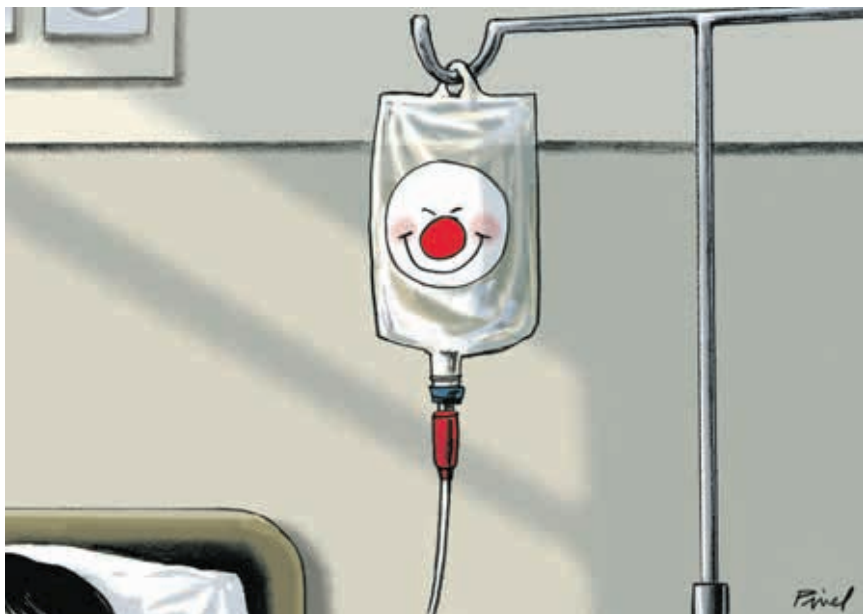
PSYCHO Sur Google, le mot « blagues » a fait l'objet d'un pic de recherches du 29 mars au 4 avril 2020. Confinés chez nous sous la menace d'une pandémie mondiale, jamais nous n'avons eu autant besoin de rire... « *Forme d'esprit qui s'attache à souligner le caractère comique, ridicule, absurde ou insolite de certains aspects de la réalité* » (selon la définition du Larousse), l'humour nous aide à détendre l'atmosphère, à conjurer le sort, à traverser plus sereinement les périodes de crise. « *Il représente une force indiscutable pour apprivoiser ou détourner les émotions négatives (peur, doute, souffrance...)*. Il a alors fonction de cathartique : on en rit pour ne pas pleurer », analyse Christine Bonardi, maître de conférences en psychologie sociale dans une étude parue en 2009 dans *Le Journal des psychologues*.

Dans les hôpitaux, l'humour « carabin » (plus ou moins léger) des salles de garde permet aux médecins de relâcher la pression après une journée où ils ont coté la maladie et la mort. « *Beaucoup de patients utilisent l'humour comme un mécanisme de défense qui leur permet de dédramatiser leur situation, de garder quelque chose de la vie normale, de créer un lien, aussi,*

avec les soignants », assure la psychologue Anne-Charlotte Demange, qui a consacré son mémoire de fin d'études à « L'humour dans la relation soignant-soigné en unité de soins palliatifs ».

Dans la vie quotidienne aussi, une petite plaisanterie permet de prendre un peu de recul sur ses difficultés, de communiquer plus facilement : si vous fondez en larmes en annonçant votre divorce, tout le monde sera un peu gêné, vous y compris ; mais si vous l'évoquez avec une pointe de dérision, il vous sera sans doute plus facile de parler de vous... « *L'humour aide à exprimer ses difficultés et ses frustrations d'une manière socialement acceptable*, analyse la psychologue Marie Anaut, auteur de *L'Humour entre le rire et les larmes* (Odile Jacob, 2014). C'est une ressource psychique qui permet de faire passer des messages en évitant le pathos ou l'agressivité. Au travail, par exemple, si vous avez quelque chose à reprocher à un collègue, l'humour peut vous aider à lui dire les choses en douceur, sans qu'il se sente humilié ou disqualifié. »

Faire rire aide aussi à communiquer sur des domaines sérieux, voire anxiogènes : une étude de chercheurs australiens publiée dans *Australian and New Zealand Journal of Public Health* a ainsi démontré que les interventions humoristiques pouvaient se révéler



L'auto-dérision est aujourd'hui la forme d'humour la plus valorisée par la société.

MARIE ANAUT

efficaces pour convaincre les gens de prendre en main leur santé (auto-examen pour le cancer du sein ou des testicules, protection lors des rapports sexuels, consommation excessive d'alcool...)

Dès les premiers âges de la vie, l'humour nous aide à tisser des liens avec nos semblables. Une recherche de l'université de Cardiff (pays de Galles) publiée dans le *British Journal of Developmental Psychology* en 2019 a ainsi démontré que des enfants de 7 ans qui écoutent des émissions humoristiques rient davantage lorsqu'ils sont deux que seuls. Et c'est toujours le cas lorsqu'on avance en âge. Un mot d'esprit permet de séduire, de détendre l'atmosphère avec des inconnus ou au début d'une réunion de travail (les Anglo-Saxons parlent d'« opening joke »).

La difficulté est souvent de trouver la blague qui fait mouche. Bur-

lesque, noir, sarcastique, grivois, calembours... Tout le monde n'est pas sensible au même style d'humour, et certains y sont même totalement hermétiques. « *souvent pour des raisons culturelles ou familiales, peut-être parce qu'ils ont grandi dans un foyer où le sens de l'humour était peu valorisé ou même puni* », avance Marie Anaut. Rire ensemble, c'est aussi une question de timing, d'état d'esprit partagé : particulièrement sensibles ou fragilisés par une période difficile de leur vie, certains peuvent y être moins réceptifs. En enquêtant en 2016 pour son mémoire, Anne-Charlotte Demange a ainsi découvert que les patients en soins palliatifs avaient du mal à entendre les soignants se détendre et plaisanter ensemble dans les couloirs et les salles de repos. « *Ils comprennent qu'ils ont besoin de relâcher la pression mais, pour eux, c'est douloureux, certains ont même l'impression qu'on se moque d'eux.*

Les soignants étaient persuadés que les patients aimaient les entendre rire, ils ont été très surpris par mes conclusions », se souvient-elle.

Doser ses plaisanteries, les manier avec précaution, être attentif aux réactions qu'elles provoquent... L'humour repose sur une alchimie délicate : il crée une connivence avec l'autre tant qu'on rit avec lui, et non de lui. D'où peut-être le succès de l'autodérision, sans doute moins risquée. « *La plupart des humoristes l'utilisent en mettant en scène leurs propres travers et difficultés. Considérée comme une expression d'humilité, de lucidité vis-à-vis de soi-même, elle est aujourd'hui la forme d'humour la plus valorisée par la société* », assure Marie Anaut. Se moquer (un peu) de soi-même, voilà sans doute la manière la plus sûre de se rendre sympathique aux yeux des autres. ■

Comment un psychiatre a mené campagne contre les « comics »

SOLINE ROY @so_sroy

« *HITLER était un débutant par rapport à l'industrie de la bande dessinée.* » En ce 21 avril 1954, devant le Sénat américain, Fredric Wertham n'y va pas en douceur. Sa croisade contre les comic books aboutira à une longue censure de ces bandes dessinées américaines nées dans les années 1930.

La hargne de Wertham n'est pas nouvelle. Né à Munich, influencé par Sigmund Freud et Emil Kraepelin (médecin allemand considéré comme le fondateur de la psychiatrie moderne), il est convaincu que l'environnement et les facteurs sociaux ont une influence déterminante sur le développement psychologique des enfants. Expert judiciaire à la tête des services psychiatriques de plusieurs hôpitaux de New York, il a fondé en 1946 à Harlem la clinique Lafargue, parmi les premières à offrir des soins psychiatriques aux populations défavorisées. Et commence à se pencher sur les comics.

Ces magazines qui mettent les super-héros à l'honneur pour quelques centimes sont plébiscités par les gamins américains. Plusieurs centaines de titres peuvent paraître en un mois et les ventes dépassent le million d'exemplaires. Wertham n'est pas le premier à s'inquiéter du naufrage moral qui menacerait la jeunesse. En 1929, Pie XI a fustigé dans une encyclique les « livres impies et licencieux, dont beaucoup, par une tactique diabolique, sont répandus à vil prix ». En France, la loi du 16 juillet 1949 interdit aux publications jeunesse de présenter « sous un jour favorable le banditisme, le mensonge, le vol, la paresse, la lâcheté, la haine, la débauche ou tous actes qualifiés crimes ou délits ou de nature à démoraliser l'enfance ou la jeunesse ». Mais cela est essentiellement le fait des milieux catholiques et conser-

vateurs. Wertham y apporte sa légitimité de scientifique.

En 1948, il organise à New York un symposium sur « la psychopathologie des comic books ». L'un des orateurs calcule que « *chaque enfant des villes qui avait 6 ans en 1938 a aujourd'hui absorbé un minimum de 18 000 dessins de bagarre, fusillade, strangulation, flaque de sang et torture* » via les comics. Wertham a les honneurs de la presse, qui ne s'embarrasse pas de sobriété... « *Horreur à la crèche* », titre ainsi le *Collier's Weekly* le 27 mars 1948. « *La lecture des comic books est un facteur d'influence distinct dans chacun des cas d'enfants délinquant ou perturbé que nous avons étudié* », assène-t-il, fort de deux ans de travail avec onze autres psychiatres et travailleurs sociaux. En 1954, il ira plus loin dans le livre *Seduction of the Innocent* : « *Les bandes dessinées peuvent af-*

HISTOIRE DE MÉDECINE



fecter même les enfants qui n'ont pas de comportement déviant en les corrompant par des exemples et des histoires graphiques qui leur apprennent à devenir des criminels. » D'autant que la sexualité s'y mêle à la violence avec l'omniprésence de femmes « *merveilleusement potelées* », une stimulation « *anormale et malsaine* » pour les garçons, un risque pour les filles de développer « un senti-

ment d'infériorité » voire une « *peur du sexe* » et une « *frigidité* ». Conclusion du psychiatre : « *Si les responsables refusent de nettoyer le marché des comics (...), le temps est venu de légiférer sur le retrait de ces magazines des kiosques et des confiseries.* »

Il rejette en bloc les critiques. « *Il est assez bien établi que 75 % des parents sont contre les bandes dessinées (les 25 % restants sont soit indifférents, soit induits en erreur par la propagande)* », résume-t-il en mai 1948 dans la *Saturday Review of Literature*. Quant à ses confrères plus nuancés, ils « *fonctionnent sous les auspices du business des comic books* ». C'est bien simple : ceux qui sont d'accord avec lui ont raison, les autres ont tort. « *Votre traitement des preuves contraires et, en fait, de toute personne qui n'est pas d'accord me semble aussi peu scientifique que ce que vous démontrez chez les dé-*

fenseurs de la bande dessinée », lui reproche en avril 1954 un travailleur social psychiatre de l'United States Children's Bureau, pourtant d'accord sur le fond... Et il semble que les travaux du psychiatre étaient bien fragiles. Après un plongeon dans ses archives, rendues publiques en 2010, Carol Tilly, professeur de sciences de l'information à l'université de l'Illinois, montre qu'il a « *manipulé, exagéré, compromis et fabriqué des preuves - en particulier celles qu'il attribuait à des recherches cliniques personnelles sur des jeunes - pour en tirer un avantage rhétorique.* »

La vengeance des éditeurs

Mais les dégâts sur les comics sont faits. « *En avril 1954, la sous-commission d'enquête sur la délinquance juvénile (...)* commence ses travaux, raconte l'historien André Caruso dans la revue *IdeAs*. Parmi les différents témoignages entendus, celui de l'éditeur William Gaines a été déterminant (...). En défendant des images réputées violentes, qu'il qualifiait de « *bon goût* », il choque les sénateurs et l'opinion publique. » « *Ce pays ne peut se permettre de prendre le risque calculé de nourrir ses enfants, par le biais des bandes dessinées, d'un régime concentré de crime, d'horreur et de violence* », estiment les élus.

L'industrie tente de sauver les meubles et publie un « *Comic Code* », avec un organisme de régulation qui existera jusqu'en 2011. Les éditeurs se vengent aussi à leur manière, racontent les Drs Ryan Chaloner Winton Hall et Susan Hatters Friedman dans le *Journal of the American Academy of Psychiatry and the Law* : « *Les bandes dessinées ont commencé à représenter les psychiatres* » comme « *des personnages maléfiques, désespérés et narcissiques* » ou « *inertes en matière de réhabilitation* ». Une image qui s'est propagée sur les écrans de cinéma et de télévision. ■



« *Chaque enfant des villes qui avait 6 ans en 1938 a aujourd'hui absorbé un minimum de 18 000 dessins de bagarre, fusillade, strangulation, flaque de sang et torture* », affirmait en 1948 l'un des partisans de l'interdiction des comic books. CHARLES KENNETH/AP