

Zeitschrift: Curaviva : revue spécialisée
Herausgeber: Curaviva - Association des homes et institutions sociales suisses
Band: 5 (2013)
Heft: 3: Maltraitance : vers une culture institutionnelle de la bienveillance?

Artikel: Une étude l'atteste : la gaieté améliore le bien-être des personnes souffrant de démence : à la recherche du rire Duchenne
Autor: Leuenberger, Beat
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-813710>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 25.04.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Une étude l'atteste: la gaieté améliore le bien-être des personnes souffrant de démence

A la recherche du rire Duchenne

Les interventions des clowns font la joie des personnes souffrant de troubles cognitifs. C'est ce que démontre une étude en première mondiale, réalisée en EMS par des psychologues de l'Université de Zurich. Ils préconisent de manier plus souvent l'humour comme approche thérapeutique.

Beat Leuenberger

Vers neuf heures, les premiers visiteurs pénètrent dans la salle de spectacle en poussant leurs rollators et prennent place sur les chaises installées en demi-cercle. C'est jeudi matin. Comme tous les quinze jours, le clown Wieni intervient dans l'EMS Moosmatt, à Reigoldswil, dans la campagne bâloise.

Déjà, il apparaît derrière la porte, salue de la main, muet. Une femme fredonne «quelle journée, quelle magnifique journée aujourd'hui». Deux autres s'assoupissent déjà. Une quatrième ne cesse de murmurer à part soi «Dieu du ciel, je ne me souviens plus très bien de tout». Des soignants accompagnent de nouvelles résidentes en fauteuil roulant dans la salle. Neuf femmes et deux hommes souffrant à des degrés divers de troubles cognitifs sont assis les uns à côté des autres, manifestant plus ou moins d'enthousiasme.

Deux caméras vidéo, que de jeunes chercheurs venus de Zurich ont installées plus tôt dans la matinée, tournent déjà. Avec une troisième caméra mobile, une assistante filme les gros plans. La représentation du clown peut démarrer. Naturellement, les résidents ont donné leur autorisation pour les prises de vues, et pour ceux qui n'ont plus leur capacité de discernement, leurs proches l'ont fait pour eux. Sous la direction de Jennifer Hofmann, de l'Institut de psychologie de l'Université de Zurich, c'est

la première étude au monde qui se joue ici, pour analyser l'impact de l'intervention du clown, et la gaieté qu'il déclenche, sur le bien-être des personnes souffrant de démence. «Il existe certes les clowns thérapeutiques et quelques expériences qui ont démontré leur effet positif», reconnaît Jennifer Hofmann. «Mais, à ce jour, il n'existe encore aucune étude systématique qui permette de comprendre ce que déclenchent les numéros de clown chez des personnes désorientées, quel est l'effet et l'influence de leurs interventions sur l'humeur et la santé.»

Le clown Wieni intervient depuis plusieurs années déjà dans les EMS. Il sait quel humour et quelles techniques clownesques manier pour ce public. «Les personnes qui souffrent de troubles cognitifs ne comprennent plus les blagues et n'apprécient plus non plus les tours de magie», constate-t-il. «En revanche, ils aiment les jeux où l'on peut se toucher, où il y a des couleurs et des sons, des poupées, des ballons et des balles.»

Ce jeudi matin, il serre la main des invités qui arrivent. Il agite son haut-de-forme coloré et enlève sa veste rose, laissant apparaître un T-shirt jaune vif. Portant une poupée au large sourire, il fait le tour de la salle. Il rit, rayonne et chante. Ceux qui se seraient endormis se réveillent, certains rayonnent et rient à leur tour, d'autres entament un brin de causette avec Wieni, fredonnent et chantent lorsqu'ils reconnaissent une mélodie.

Distinguer le vrai rire du faux

Les chercheurs zurichois le savent bien: tous les rires et sourires qui se dessinent sur les visages des personnes âgées ne sont pas forcément des rires de joie. Afin de pouvoir présenter des résultats concluants, ils doivent donc distinguer les vrais des faux rires. «Comme nous ne pouvons pas directement demander aux personnes souffrant de troubles cognitifs si elles ont apprécié la prestation du clown et comment elles se sentent

**Tous les rires
et sourires ne sont
pas forcément gais
ni joyeux.**

>>

après ça, nous avons développé une autre approche pour le savoir», explique la psychologue. Une démarche qui s'articule autour de deux axes:

Le premier, ce sont les séquences filmées: l'équipe de recherche de l'Université de Zurich a filmé les personnes durant l'intervention du clown, avant d'analyser l'expression corporelle et les mimiques. «Dans toutes les cultures humaines, ainsi que chez certaines espèces de singes, les émotions de base, que l'on identifie aux mimiques selon des marqueurs spécifiques précis et objectifs, sont connues», affirme Jennifer Hofmann. «L'expression faciale de ces émotions de base ne se modifie pratiquement pas, malgré l'avancée en âge, et malgré aussi la progression d'une forme ou d'une autre de démence, même jusqu'à un stade avancé.»

Celui qui rit avec joie a des pattes-d'oise

Les psychologues zurichois ont l'intention de découvrir sur les visages des personnes âgées les signes de joie sincère et authentique. Ça n'est pas si simple, car les recherches menées sur le rire font état de 18 façons de sourire qui se différencient toutes les unes des autres dans leurs expressions faciales. Et seul un de ces sourires ou rires est lié au sentiment de joie et de bonheur. Les autres formes expriment l'attention ou la peine, la politesse ou la reconnaissance, l'encouragement ou la sérénité, ou alors elles cachent des sentiments négatifs comme le dégoût et le rejet. L'expression faciale du vrai sourire de bonheur, que les chercheurs nomment le sourire Duchenne, ne se retrouve dans aucune des 17 autres formes de rire. C'est le seul rire humain authentique qui n'est pas un rire social. Les personnes qui affichent sur leur visage un sourire Duchenne tirent les commissures de la bouche vers le haut et l'arrière par une contraction musculaire. De petites rides se forment alors aux coins extérieurs des yeux, les pattes-d'oise. Les deux mouvements sont synchronisés et symétriques de chaque côté du visage, selon un enchaînement fluide. «Simuler un tel sourire est pratiquement impossible pour quelqu'un qui n'est pas entraîné», affirme Jennifer Hofmann. Le système d'analyse des expressions faciales que l'équipe de psychologues de l'Université de Zurich a utilisé identifie donc avec certitude le sourire Duchenne parmi toutes les autres formes de rire.

Des questions tous azimuts

Un questionnaire pour évaluer l'interaction et l'état de santé constitue le deuxième axe de la démarche. Les chercheurs ont voulu savoir si les interventions du clown avaient une influence sur l'humeur et le comportement de personnes souffrant de troubles cognitifs – une influence qui dure un certain temps, même après que les spectateurs ont oublié qu'ils ont assisté à une représentation de clown.

Des soignants spécialement formés ont rempli le formulaire trois fois durant la journée: le matin avant l'arrivée du clown, avant le repas de midi et le soir. Afin de pouvoir faire une comparaison avec le même jour de la semaine mais sans la visite du clown, les soignants ont reconduit les interviews le jeudi suivant. Ce questionnaire comportait une large palette de questions les plus diverses, qui avaient peu à voir avec la prestation du clown, mais avec le quotidien des personnes: ont-elles besoin d'aide pour s'habiller, faire leur toilette, manger (ce qui se

conçoit plus ou moins facilement selon l'état de santé)? Sont-elles bavardes ou plutôt renfermées, agressives ou tranquilles, anxieuses ou insouciantes? Comment gèrent-elles la douleur? Chutent-elles souvent? Leur est-il facile ou difficile de rester assises? Se sentent-elles mieux lorsqu'elles font davantage de mouvement? Les questions renseignent aussi les facultés de mémoire et d'orientation.

Outre l'établissement de Moosmatt, les psychologues zurichois ont également mené leurs recherches autour du clown dans une autre institution du canton de Bâle-Campagne. Au final, ils ont ainsi recueilli des séquences filmées et des données de 23 participants, pour chacun sur les quatre journées d'intervention du clown et les quatre journées de contrôle. Ce sont donc 552 questionnaires qui ont atterris sur le bureau des psychologues de l'Institut de l'Université de Zurich.

Après un travail minutieux de dépouillement et d'évaluation des données, l'équipe de Jennifer Hofmann peut en attester, statistiques à l'appui: le clown a procuré une joie sincère. Les personnes ont surtout souri et ri lorsqu'il jouait de la musique et qu'elles pouvaient chanter avec lui les vieilles chansons, et lorsqu'il commettait gaffes et maladresses. «Parmi tous les rires et sourires que nous avons codifiés, trois quarts exprimaient la joie, la gaieté et les bonnes sensations», explique Jennifer Hofmann. «Nous avons enregistré vingt pour cent de rires sociaux, par exemple chez des personnes qui voulaient en complimenter d'autres au sein du groupe pour avoir bien réagi à une bouffonnerie du clown. Nous avons également identifié, bien que plus rares, des rires masqués qui devaient dissimuler la désapprobation, le mépris, voire le dégoût.» Les chercheurs ont également constaté des différences dans les réactions face au clown selon le degré de gravité des troubles cognitifs. Dans les premiers stades de la maladie, ils ont reconnu de nombreux rires et sourires et des réactions mimiques très variées. Aux stades avancés, les expressions faciales étaient plus grossières, que les psychologues n'ont pas pu qualifier de joyeuses, mais interpréter comme des réactions aux stimuli du clown – bulles de savon, balles en tissu, poupées parlantes.

Par ailleurs, l'équipe de recherche a constaté chez toutes les personnes qui avaient participé à la représentation du clown un regain d'activité, «du moins chez chaque personne individuellement», précise Jennifer Hofmann. Et de détailler: «Une dame en fauteuil roulant, qui montrait peu de réaction et gardait les yeux fermés, les a ouverts à la fin de la représentation

Humour et santé

L'étude consacrée aux interventions des clowns auprès des personnes souffrant de troubles cognitifs s'inscrit dans le cadre d'un projet de recherche plus large sur l'humour comme facteur positif dans les institutions de soins de longue durée, les établissements hospitaliers et à la place de travail. La psychologue Jennifer Hofmann a coordonné l'étude, tandis que la responsabilité pour l'ensemble du projet incombe à Willibald Ruch, professeur à l'Institut de psychologie de l'Université de Zurich, Groupe en psychologie de la personnalité et diagnostic.



Un seul parmi les nombreux sourires exprime la joie sincère. La psychologue Jennifer Hofmann en fait la démonstration: visage neutre, sourire social, sourire Duchenne (en haut, de gauche à droite); rire Duchenne, rire masqué, sourire Duchenne (en bas, de gauche à droite).

et s'est mise à chanter lorsque Wieni a joué de la clarinette. D'autres ont très vite lié conversation entre eux ainsi qu'avec Wieni, ils ont parlé, rigolé et participé aux jeux animés par le clown.

Des impulsions négatives moins fortes

Les différents types de démence semblent avoir pour conséquence une détérioration rapide de l'humeur de la personne au cours de la journée. «Notre étude a démontré que les impulsions négatives étaient moins fortes durant les journées où le clown était présent que durant les journées de contrôle, c'est-à-dire sans le clown», expose Jennifer Hofmann. «Selon les évaluations réalisées le soir, cette tendance est persistante, sans toutefois qu'on puisse la confirmer statistiquement.» Elle estime malgré tout que l'impact des interventions du clown est «formidable si l'on songe à la brièveté des sentiments et des souvenirs chez les personnes souffrant de troubles cognitifs». Jennifer Hofmann tire le bilan: «Notre étude a démontré, pour la première fois, qu'une prestation de clown dans un EMS pouvait déclencher la joie chez les personnes souffrant de démence et avait un impact positif sur leur comportement, contribuant ainsi à leur qualité de vie. Peut-être que ce résultat incitera les

responsables d'institution à considérer l'humour comme une approche thérapeutique à pratiquer avec des personnes qui sont à un stade avancé de la maladie et pour lesquelles aucune guérison n'est possible.»

Une heure plus tard, ce jeudi matin dans l'EMS de Moosmatt, la représentation du clown tire à sa fin. «Merci. Ça coûte un franc. Ça fait du bien de rire franchement», lance une résidente. Une autre renchérit: «Oui, et c'est pour ça que tu restes si jeune. C'est vrai, hein, on a eu du plaisir.» En guise d'au revoir, chacun reçoit une fleur que Wieni a façonnée avec des ballons. Le clown chante «Au revoir...». Les résidents entonnent après lui, tout en se dirigeant vers la sortie en agitant la rose à la main. ●

www.psychologie.uzh.ch/fachrichtungen/perspsy.htm
(site en allemand)

Texte traduit de l'allemand
