Zeitschrift: Curaviva : revue spécialisée
Herausgeber: Curaviva - Association des homes et institutions sociales suisses
Band: 6 (2014)
Heft: 2: La qualité de vie : comment apprécier une notion si individuelle?

Artikel: Humour en EMS : le clown s'en vient, la peur s'en va
Autor: Weiss, Claudia
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-813728

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: 14.12.2025

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

Humour en EMS

Le clown s'en vient, la peur s'en va

Les personnes souffrant de démence vivent en marge. Les clowns aussi parfois. C'est pour cela peut-être que leur humour permet d'alléger le quotidien en institution, d'apaiser les colères et les angoisses des résidents. Le personnel en profite aussi.

Claudia Weiss

La vieille dame souffre de démence. Elle était très agitée durant tout l'après-midi et n'a cessé de répéter qu'elle voulait mourir. Lorsque Ulrich Fey lui rend visite dans sa chambre et commence à discuter avec elle, elle lui explique avec véhémence qu'elle ne sait simplement pas comment ça se passe avec la mort. La réaction qui suit est surprenante. Calmement, il lui répond: «Ah, ce n'est pas un problème, on peut s'y entraîner.»

Autrefois enseignant, puis journaliste, Ulrich Fey travaille aujourd'hui en Allemagne comme clown dans un établissement médico-social pour personnes souffrant de troubles cognitifs. Et dans ce rôle, il affirme pouvoir agir comme aucun soignant n'ose le faire. Tranquillement, il quitte la chambre, tandis que la dame s'allonge sur son lit pour se préparer à mourir. Ulrich Fey, alias Clown Albert, revient dans la chambre. «En fait, ça n'est pas tout à fait ça, essayez donc encore une fois», lui dit-il gentiment avant de sortir de nouveau. Après le troisième essai, il réfléchit un moment, approuve avec satisfaction et déclare: «C'est parfait comme ça, vous pouvez en restez là!» La dame est contente aussi, et visiblement tranquillisée. Même si ça n'était pas encore son heure, elle se sent bien préparée pour le grand saut. Cette scène étonnante illustre bien le rôle que peut revêtir un clown dans les soins et l'accompagnement de personnes souffrant de démence. «Un clown est ouvert, sans intention précise ni a priori. Il assouplit les règles trop strictes et considère la vie comme un jeu», explique Ulrich Fey. «Il ne fait pas non plus la différence entre un comportement positif et négatif.»

«Dans son rôle, un clown peut agir comme aucun soignant n'ose le faire.»

«Dans la démence, il y a beaucoup de peur en jeu»

Ulrich Fey considère qu'un comportement provocant est «la seule façon possible pour des personnes souffrant de démence de se sentir et de s'exprimer». La démence s'accompagne en effet d'impatience et de colère, et de peur aussi, beaucoup: peur de perdre son autonomie, peur de la dépendance – peur de se perdre soi-même. Dans ces situations, la présence des autres et l'estime sont une aide précieuse. «Démence ne signifie pas toujours ‹malheur›, mais elle signifie toujours ‹lâcher-prise›», dit Ulrich Fey. En tant que clown, il a son rôle à jouer pour favoriser cette proximité nécessaire, parfois aussi pour enlacer affectueusement quelqu'un. En tant que clown, il est aussi en marge de la société, en quelque sorte, et donc proche des personnes souffrant de démence – «les deux transgressent les normes et franchissent les limites». De plus, le clown permet aussi de projeter ses propres aspirations et ses rêves passés. «Lorsqu'un clown pénètre dans une pièce, l'ambiance change d'un coup. Elle devient colorée, vivante, joyeuse», écrit Ulrich Fey dans la préface de son livre consacré au travail des clowns auprès des personnes désorientées et au potentiel de l'art comique.

Ce potentiel serait scientifiquement prouvé, affirme la gérontopsychiatre Gabriela Stoppe. Elle dirige à Bâle une consultation «Mentage» pour les personnes souffrant de démence et autres affections similaires et travaille quotidiennement avec l'humour: «C'est souvent le seul moyen d'alléger un peu l'existence

Le Clown Albert alias Ulrich Fey en visite à l'EMS: avec son allure décontractée, il réussit à dérider même les résidents contrariés ou angoissés. Photo: Ulrich Fey

de ses difficultés.» Les premières expériences ont démontré clairement que l'humour dans les soins permettait même de diminuer la prescription de psychotropes. C'est un point essentiel: «Deux tiers des personnes démentes ont un comportement hyperactif et un tiers environ manifeste des troubles psychotiques», dit Gabriela Stoppe. «Près de deux tiers souffrent de dépression ou d'angoisse, et deux tiers montrent des signes d'apathie.» Pour lutter contre ces symptômes, on administrerait à ces personnes souvent trop de médicaments et souvent pas les bons. Dans ses conférences, la géronto-psychiatre parle d'un gouffre à milliards pour désigner cette surmédication. Elle estime qu'il y aurait «beaucoup d'argent investi dans la recherche de traitements anti-démence apparemment peu efficaces et comparativement peu dans la recherche de mesures psychosociales».

L'humour crée de bonnes sensations

A son avis, beaucoup de souffrances psychiques et de comportements provocants pourraient être facilement diminués: «L'humour touche les gens au niveau émotionnel et transmet de bonnes sensations», dit-elle. L'humour joue donc un rôle décisif dans le traitement des maladies psychiques et des démences. D'autant plus avec la démence qui se traduit principalement par une diminution des capacités cognitives, mais pas des capacités émotionnelles et sensorielles: «Même avec des capacités cognitives restreintes, le cerveau réagit à l'humour. Il est même possible de mobiliser toutes les fonctions émotionnelles, motrices et cognitives.» Avec plus de 20 ans d'expérience à son actif dans ce domaine, Gabriela Stoppe peut affirmer: «Je crois que sans humour, on ne résisterait pas longtemps dans les soins.»

>>

L'humour peut en effet éveiller beaucoup de joie de vivre, de plaisir et de gaieté – aussi bien chez les soignants que chez les personnes malades. C'est aussi l'avis du célèbre chercheur dans le domaine de l'humour, Willibald Ruch, responsable de la filière de psychologie de la personnalité à l'Institut de psychologie de Zurich. Il dirige la première étude internationale sur les effets des interventions des clowns et la gaieté qu'elles déclenchent chez les personnes désorientées. Il en est convaincu, «quand un clown agit correctement, ses interventions sont capitales et efficaces». Dans ce contexte, «correctement» veut dire «pas compliqué ou ironique, mais simple et compréhensible». Un clown devrait savoir exactement ce qui est approprié, être attentif aux signaux donnés par son public et ne jamais avoir l'air menaçant. «S'il y arrive, un échec, tel qu'il a déjà pu en vivre par le passé et tel que les personnes démentes en vivent chaque jour, peut très bien passer: tout à coup, l'échec devient normal, le clown évolue au même niveau.» Dans ce même esprit, les interventions dites paradoxales fonctionnent bien aussi, comme celle du clown Ulrich Fey avec la résidente qui s'exerce à mourir: «Si la vieille dame a le sentiment qu'elle peut entreprendre quelque chose, qu'elle n'est pas livrée à elle-même, elle peut alors se calmer et se sentir mieux.»

«Même avec des capacités cognitives restreintes, le cerveau réagit à l'humour.»

L'humour évolue avec l'âge

La science ne peut pas encore dire précisément où l'humour se cache dans le cerveau. Les chercheurs savent cependant qu'il est de plus en plus cérébral au cours de l'âge: «Les enfants peuvent se tordre de rire à cause d'un pet ou de quelqu'un qui confond la brosse à cheveux et la brosse à dents», explique Willibald Ruch. «Pour les adultes, cela devient moyennement drôle. Ils s'amusent davantage avec l'inattendu, les contradictions ou l'ironie – ce qui suppose des facultés cognitives.» Mais quand ces facultés disparaissent avec l'âge, l'ironie passe dès lors moins bien et ce qui fait rire de nouveau, ce sont les plaisanteries qui sollicitent moins les capacités cognitives.

L'humour est important pour tous les individus. Le chercheur Willibald Ruch en a fait lui-même l'expérience lorsqu'il est allé visiter son collègue Paul Mc Ghee aux Etats-Unis!

Paul Mc Ghee est le précurseur de la «médecine du rire». Tandis qu'il était assis à côté de lui en voiture, Willibald Ruch a eu droit à une démonstration en direct des bienfaits du rire. «C'était l'heure de pointe. A droite, à gauche, partout autour de nous les conducteurs étaient stressés et de mauvaise humeur», se souvient-il.

«Tout à coup, Paul Mc Ghee a couvert son visage avec un masque en nez de cochon et m'a tendu une trompe d'éléphant pour que je fasse de même. Ensuite il a conduit très lentement pour inciter les autres à nous dépasser». L'effet fut, semble-t-il, surprenant: tous les automobilistes, sans exception, les auraient regardés à deux reprises, ébahis, puis auraient rigolé franchement. Et tous avaient l'air beaucoup plus détendus d'un seul coup. «Ce genre de plaisanterie fait toujours beaucoup rire», dit Willibald Ruch. «Cette humeur joyeuse n'existe souvent plus chez les adultes. Et pourtant: qu'est-ce qu'elle améliore la qualité de vie!»

Une étude le prouve: tout va mieux avec humour

L'humour en EMS n'a pas seulement des effets positifs sur les résidents. C'est ce qui ressort de l'étude de Willibald Ruch: «Leur humeur déteint sur tout le monde. S'ils sont bien, les soignants en profitent aussi.» Cependant, ils ne goûtent pas toujours aux facéties du clown. Ulrich Fey s'en est déjà rendu compte plus d'une fois et il comprend: «C'est clair, les soignants peuvent avoir le sentiment que je ne fais que m'amuser tandis qu'eux passent leur temps à laver des derrières.» Alors il propose des cours aux soignants. «Durant ces cours, ils remarquent que l'humour fait aussi du bien à tout le monde et allège le quotidien.» Le chercheur en humour Willibald Ruch ne dit pas autre chose: «L'humour améliore le bien-être de tous les individus. Il permet de réduire les tensions et de calmer les peurs – et il favorise les relations entre les gens.» ●

Texte traduit de l'allemand

Annonce