

Sérieux, tu trouves ça drôle ?

Premier jour de formation BACV. Le rideau s'ouvre. À l'image de l'artiste, vous entrez en scène, le cœur battant. Vous qui d'habitude êtes l'éternel amuseur, tout à coup, n'êtes plus si sûr : « est-ce le bon moment ? ». Tendus, vous vous lancez quand même : « Bienvenue à cette formation... en physique quantique ! ». Silence médusé. Vous poursuivez : « Je rigole, hein. Tout le monde ici maîtrise déjà la physique quantique. Je vous propose donc qu'on passe directement aux choses sérieuses : les grands jeux ! ».

La magie opère... Des sourires timides apparaissent. Puis quelques rires plus francs. Applaudissements fournis, foule en délire, vous exultez du succès de votre trait d'humour qui n'a visiblement rien à envier à ceux de Kev Adams lui-même !

Alors, si vous êtes drôle, tant mieux (même si pour une carrière de stand up, il vous faudra sans doute encore pas mal travailler)... Mais au fond, comment se fait-il

que certains soient drôles et d'autres moins ? Comment se fait-il que nous ne soyons pas toujours très sûrs de notre humour, *a fortiori* au premier contact en formation ? Quelles en sont donc les plus-values et les limites ? Et comment s'assurer de ne pas dépasser les bornes justement ? Peut-on vraiment, comme l'affirmait Desproges, « Rire de tout mais pas avec tout le monde » ?¹

Analyse, au fond, très sérieuse, d'un sujet qui semble, en surface, très léger...

Le rire est le propre de l'homme... le savon aussi

Commençons par rectifier deux lieux beaucoup trop communs : non, **le rire n'est pas le propre de l'homme**, et non, **le sens de l'humour n'est pas un don**.



Ainsi, contrairement à ce qu'avait affirmé Rabelais, la plupart des singes, par exemple, mais ils ne sont pas les seuls, rien tout comme nous. Mais ce qui différencie fondamentalement l'homme de ces derniers, et d'autres mammifères d'ailleurs, c'est qu'il reste un être juvénile toute sa vie, alors que les animaux ne le sont que durant leur jeunesse. « *C'est ce qu'on appelle l'origine biologique du rire : le fait que l'Homme est capable de maintenir toute sa vie un gout prononcé pour l'humour.* » (François-Denève, 2017, p. 147). **L'humain cherche donc à rire, beaucoup, et tout le temps.** C'est donc une caractéristique qui lui est propre et qui explique, en partie seulement, la raison pour laquelle l'humour en formation est généralement très apprécié, même des adultes.

Mais avoir de l'humour n'est pas un don personnel inné. Personne ne naît avec cette qualité. Personne n'a jamais vu un nourrisson faire un clin d'œil complice ou facétieux au sortir du ventre de sa mère. L'humour, que l'on peut définir comme « **une capacité à penser autrement, de façon divergente** » (François-Denève, 2017, p. 32), une capacité à surprendre par l'apparition d'une incongruité ou d'une étrangeté dans une situation attendue, est avant tout une **attitude qui se travaille**. Qui s'éduque. Mais qui ne s'enseigne pas ! Car c'est avant tout le milieu familial et social qui favorise ou non le sens de l'humour dès l'enfance. Force est de constater que celui qui évolue dans un environnement blagueur construira plus facilement un sens de l'humour fin et efficace que celui qui grandit dans un univers plus sérieux.

Qui plus est, bonne nouvelle pour tous les pitres qu'on a tenté de museler dans l'enfance : on peut aisément affirmer aujourd'hui que les personnes les plus **drôles** sont aussi certainement les plus **créatives**. Car « *Là où notre cerveau attend une fin logique à une histoire, la plaisanterie propose une situation imprévisible, originale qui relève forcément d'un processus de création de la part de son inventeur.* » (François-Denève, 2017, p. 31) Il y a donc fort à parier que si vous faites rire en formation, si vos participants sont

séduits par vos touches humoristiques ou vos traits d'esprit, ils le seront alors aussi très certainement par le contenu et sa forme, probablement très créatifs, à votre image de bout en train ! Avec ce point d'attention néanmoins : il a été prouvé, dans l'enseignement, mais nous pouvons étendre ce champ à la formation sans difficulté, que ceux qui pratiquent tout le temps l'humour sont plus mal notés que les autres. **Gare donc aux abus** qui vous feraient passer pour un formateur trop léger, qu'on ne prendrait tout à coup plus au sérieux, qui perdrait ainsi sa crédibilité et ferait écran aux apprentissages ! L'humour, oui donc, mais avec sobriété !!!

L'humour adoucit les mœurs

Mais quels sont donc les secrets **bénéfiques de l'humour en formation** ? Qu'apporte-t-il donc aux participants qui l'aiment tant et l'attendent même fébrilement pour certains d'entre eux ? Pourquoi recherchons-nous à le pratiquer ? Serait-ce une forme de Graal magique et quels sont ses pouvoirs sur le groupe d'apprenants ?

D'abord, et cela n'est pas une surprise, l'humour permet **la détente, le relâchement, la légèreté**. Se l'autoriser en formation montre qu'il y a une connivence entre le formateur et les participants et crée un climat favorable aux apprentissages. Le rire détend donc l'atmosphère et peut être utile pour capter l'attention quand le thème traité suscite l'ennui ou semble un peu rébarbatif. C'est aussi « **une technique d'éveil, une étincelle pour stimuler la créativité.** » (Jefrey, 2016, p. 83) Y avoir recours suscite la mise en questionnement et la curiosité face à une situation nouvelle. Il joue également un rôle sur **la motivation et la mémorisation**. Les illustrations humoristiques pour valider un concept, par exemple, sont toujours très appréciées et l'on peut constater que les apprenants les gardent en mémoire plus longtemps que d'autres, plus traditionnelles et par conséquent moins marquantes.



Faire rire n'est pas une qualité personnelle mais un rapport à l'autre dans ce qu'il est, ce qu'il vit, ce qu'il ressent.



Mais les bénéfices du rire sont plus larges que son impact sur l'apprentissage. En effet, l'humour a un véritable **intérêt social**. Il a des conséquences sur la qualité de l'ambiance de travail, sur la cohésion de groupe et permet la régulation des tensions entre individus. Il diminue le stress et contribue à mettre les conflits à distance. « *Le bonobo règle tous ses conflits par le sexe, une aptitude qui n'est que partiellement transposable dans notre espèce. En effet, si on peut imaginer qu'un conflit se résolve par le sexe à l'intérieur d'un couple humain, il paraît difficile d'imaginer la même chose à l'Assemblée Nationale ou au Sénat. (NDLR : de même qu'en formation, n'est-ce pas ?). En revanche, dans l'espèce humaine, l'humour paraît une manière de résoudre beaucoup de conflits. On peut donc imaginer qu'à terme l'espèce humaine puisse devenir le "bonobo de l'humour" ».* (François-Denève, 2017, p. 147) Quel soulagement, notre pudeur humaine est donc sauvée !

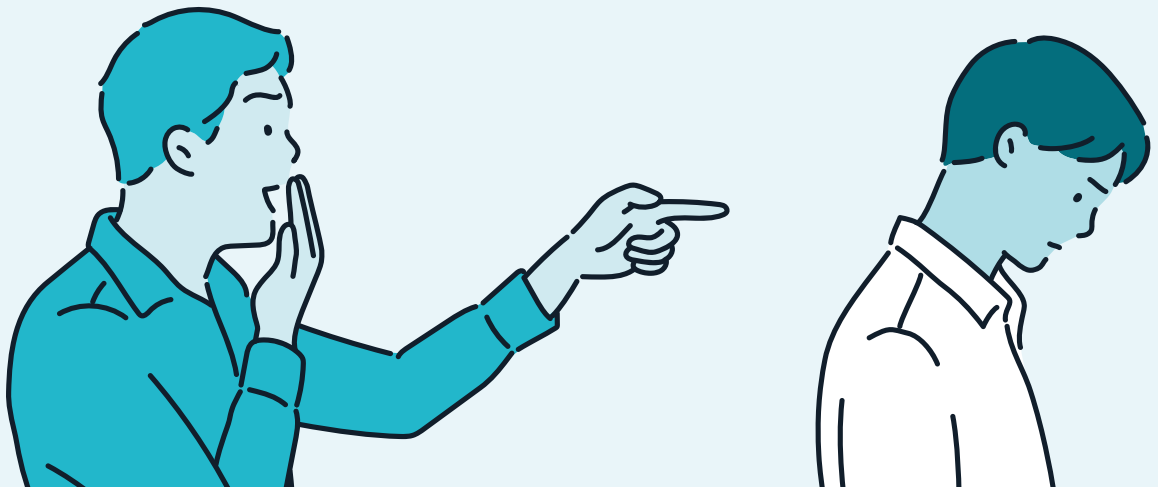
Y a rire et rire...

L'humour en formation est donc une arme de construction massive du groupe et des apprentissages. Et même si ses plus-values sont nombreuses et que son intérêt n'est plus à démontrer, il n'en reste pas moins que **certaines formes sont à privilégier** davantage que d'autres. Aussi, si d'aventure, vous souhaitez vous lancer dans le comique avec vos participants, n'hésitez pas

à commencer par **l'autodérision**. Contrairement à certaines idées reçues, rire de soi, de ses défauts, de ses propres faiblesses, n'est pas s'exposer à la vulnérabilité. Et non, cela ne vous décrédibilisera pas devant votre auditoire ! C'est même, osons l'affirmer, un véritable outil de construction identitaire. Quand vous riez d'une erreur que vous venez de commettre, vous prenez de la hauteur, vous dévoilez votre capacité à prendre du recul vis-à-vis de vous-même. Car « *L'autodérision fonctionne en effet comme une compensation positive, qui permet, en mettant à distance les affects douloureux, le développement de l'estime de soi.* » (Flament, Van de Steene, Lair-Duée, 2013, p. 8) Ce faisant, vous dédramatisez les échecs et vous montrez à vos apprenants que les erreurs sont humaines, qu'elles permettent de progresser et qu'ils peuvent s'autoriser à en faire eux aussi, qu'ils n'en seront pas jugés.

Pour le reste, utilisez **la blague didactique**, qui consiste à illustrer un contenu que vous jugez trop complexe. Cela peut se faire, notamment, en relatant une anecdote sympathique et cocasse à propos de l'apprentissage en cours et dont les apprenants pourront facilement se rappeler. Elle permettra d'apporter de la légèreté et du contraste entre ce qui est trop théorisant et l'exemple que vous donnez tout en facilitant l'apprentissage.

Les mots d'esprit, ou jeux de mots, sont aussi toujours très attendus, tous publics confondus.



Car en plus de sourire, quand vous les utilisez, vous poussez l'apprenant à la réflexion, vous l'incitez à faire du lien entre votre note humoristique et le concept, vous le tenez en éveil intellectuel !

Par contre, soyez plus prudent avec l'usage de **la satire**, qui vise à faire de l'humour par la critique un peu provocatrice. Bien qu'elle accomplisse une véritable fonction pédagogique en dévoilant nos travers et en nous incitant à les corriger, elle peut, parfois, heurter la susceptibilité du public. Quand on parodie, quand on exagère les défauts d'une personne ou d'une institution, même si l'objectif est en soi pédagogique, il est absolument nécessaire d'avoir anticipé et mesuré les conséquences potentielles sur les individus qui nous écoutent, au risque de les choquer. Ainsi, face aux âmes sensibles, il vaut mieux parfois s'en abstenir.

A contrario, n'hésitez pas à tester **les incongruités** ! Elles vous apporteront plus que probablement les plus jolies victoires en terme d'humour en formation car elles sont faciles d'usage et faciles d'accès pour les publics. Cassez votre craie quand vous écrivez le mot « dur » au tableau, faites appel à des affirmations volontairement caricaturales... cela vous apportera le succès garanti et immédiat.

Enfin, **les perles** récoltées des sessions précédentes sont une excellente manière pour les participants d'apprendre à éviter les pièges dans lesquels sont

malencontreusement tombés leurs condisciples tout en se moquant gentiment à leurs dépens.

Quand l'humour est ROI

Mais surtout, ne vous méprenez pas ! Ce n'est pas parce que vous faites de l'humour en formation que, de facto, votre public va rire. En réalité, ce qui assure le sens de l'humour de l'apprenant, ce sont les lois qui régissent votre formation et la communauté de confiance qu'elles fondent. Quand on rencontre son public pour la première fois, on construit avec lui les règles que l'on accepte ensemble. Parfois, ces règles prennent la forme d'une charte, évolutive souvent. Parfois, on parle de R.O.I.. En d'autres lieux, il arrive qu'on ne ressente pas le besoin d'établir formellement le code d'éthique du groupe. Par contre, pour qu'une formation puisse se dérouler dans le respect des individus en ce qu'ils ont de singulier, il existe toujours, même si ce n'est pas verbalisé en ces mots, une loi sous-jacente et sacrée qui est : « **Je ne me moque pas** ». Ainsi garantie, cette loi bienveillante permet non seulement le respect de la liberté d'expression et sert en même temps de garde-fou aux débordements.

Malgré tout, il arrive qu'on **dérape**. Il arrive qu'une note d'humour ne soit pas reçue comme telle. Il arrive qu'on blesse sans le vouloir, sans même l'avoir vu venir, sans le faire exprès. « *Il importe donc de savoir que l'autre pourra dire si nous avons franchi*

une limite, et d'être ainsi rassuré : nous pouvons fauter sans que cela ne soit un crime irréversible. » (François-Denève, 2017, p. 138) Voilà donc tout l'intérêt des évaluations de fin de journée en formation : écouter ce qu'ont vécu les participants, accepter d'entendre qu'on a peut-être fauté et présenter des excuses si nécessaire, se permettre de rajuster son humour si besoin. Certains formateurs à l'humour caustique distribuent des cartons rouges en début de formation aux participants et leur proposent de les lever lorsqu'ils estiment qu'il n'est plus drôle. Cela permet de désamorcer des conflits que le formateur

pourrait ne pas avoir vus, d'ouvrir le dialogue au moment où la limite est franchie pour éviter que les frustrations ne s'accumulent.

« Voilà donc tout le paradoxe de l'humour : avoir le sens de l'humour ne dépend pas que de soi-même, mais avant tout du milieu ». (François-Denève, 2017, p. 139) Faire rire n'est donc pas une qualité personnelle mais un **rapport à l'autre** dans ce qu'il est, ce qu'il vit, ce qu'il ressent.

« Tu pousses le bouchon un peu trop loin Maurice... »

Ce qui peut faire rire certains peut donc en choquer d'autres. Aussi, pour rester bon blagueur et bienveillant, il existe des **balises** qui tracent la frontière morale entre le rire acceptable et inacceptable. Ainsi, pour que persiste l'éthique du rire, il faudrait que notre humour, toujours, respecte scrupuleusement ces **4 critères** :

D'abord, ne jamais porter **atteinte à la dignité d'autrui** en considérant toujours que chaque individu a une valeur égale. Évitez donc les blagues diffamatoires !

De la même manière, ne pas faire d'humour qui puisse porter **atteinte à la réputation** de quelqu'un. Ce type de blessure, qu'on appelle narcissique, risquerait d'exclure socialement la personne qui en a fait l'objet.

L'**atteinte haineuse** doit évidemment, elle aussi, être totalement proscrite de l'humour. Le sexisme, le racisme, l'ostracisme ou l'homophobie sont d'ailleurs, faut-il le rappeler, punis par des lois.

Enfin, et c'est sans doute plus délicat, notre humour devrait toujours passer par le filtre de l'**acceptabilité sociale**. Les blagues graveleuses, obscènes, vulgaires, volontairement hyperprovocatrices franchissent bien souvent la barrière de la moralité. Néanmoins, celle-ci est assez subjective. Il faut le reconnaître, l'acceptabilité sociale renvoie à des normes communes qui portent une part de relativité : notre culture, notre éducation, notre sexe aussi,



7 recommandations pour un humour « juste » en formation

1. Privilégier un humour bienveillant et éviter d'entrer dans le spectre de la moquerie, du sarcasme ou de l'ironie.
2. Ne jamais diriger l'acte d'humour à l'endroit d'un apprenant.
3. Ne faire usage de l'humour que pour souligner les concepts clés.
4. Éviter l'excès : se limiter à 3 ou 4 exemples humoristiques par heure.
5. Ajuster le degré d'humour déployé en fonction de la situation.
6. Privilégier un humour « neutre », donc éviter l'humour traitant de sujets tabous ou sensibles, qui pourrait créer des situations embarrassantes ou un sentiment d'injustice.
7. Si vous n'êtes pas à l'aise à manier l'humour, mieux vaut vous abstenir ! Après tout, avoir le sens de l'humour n'arrive pas au premier rang des aptitudes que l'on attend d'un bon formateur.

influent sur la souplesse de ce que nous estimons être moral ou non. On le constate d'ailleurs facilement en formation : face à un groupe neuf, notre humour est moins audacieux que lorsqu'on le connaît mieux et que l'on sait ce que l'on peut se permettre ou non.

On l'aura compris, être drôle est un exercice périlleux à plus d'un titre. C'est un savant mélange d'audace et de retenue, de codes sociaux et de culture, de circonstances, d'affirmation de soi et de respect d'autrui. C'est aussi sans aucun doute une forme d'intelligence subtile et l'expression d'une créativité assumée. Pardon, mais n'est pas drôle qui veut. Et c'est enfin un art qui demande à s'adapter au contexte de la formation, à la relation spécifique.

Et si l'on souhaitait pousser l'analyse vraiment loin, nous serions en droit, maintenant, de **remettre complètement la crédibilité de cet article en question**, en le confrontant aux artistes qui pratiquent l'humour le plus trash, le plus noir et qui brisent avec lui l'ensemble des codes avec succès. Nous serions en droit de nous demander comment n'est pas censurée cette jolie blonde téméraire et totalement décomplexée qu'est Laura Laune, quand elle ose balancer, à une heure de grande audience sur une chaîne française publique, dans une chanson sur les limites de l'humour: « *Rire d'un petit enfant qui perd ses premières dents, c'est rigolo. Mais s'exclamer en le regardant : « C'est son oncle qui va être content ! ». Ça, c'est pas rigolo...* ».

Bon, alors ? Ça vous faire rire, vous ?

Catherine MAYON ■

Notes

1. Cfr « Pierre Desproges : Peut-on rire de tout ? – Archive INA » sur <https://www.youtube.com/watch?v=arQqmwL6uXU>

Sources

- Flament, N., Van de Steene, F., Lair-Duée, G. (2013). Sois drôle ou tais-toi ! Zoom 2.0. (67).
- François-Denève, C. (2017). La chaire est triste. Paris : L'Harmattan.
- Jeffrey, D. (2016). *L'humour en classe*. Extrait de : https://formation-profession.org/files/numeros/14/v24_n02_a99.pdf
- Meilleur, C. (2020). *Humour et apprentissage font-ils bon ménage ?* Extrait de : <https://knowledgeone.ca/humour-et-apprentissage-font-ils-bon-menage/?lang=fr>
- N.C. (2015, Avril-mai). *Humour et éducation. À bâbord, revue sociale et politique* (59). Extrait de : <https://www.ababord.org/Humour-et-education>
- Sibony, D. (2009). *Le sens de l'humour*. Extrait de : <https://www.cairn.info/revue-le-journal-des-psychologues-2009-6-page-30.htm>