



Gélotophobie

Le terme **gélotophobie**, issu des mots grecs *gélōs* (γέλως = « rire ») et *phobía* (φοβία = « crainte » / « peur »), est la peur irrationnelle d'être victime de moqueries. Les personnes qui en souffrent ne sont pas capables d'apprécier le rire dans sa signification affective positive ou de l'utiliser elles-mêmes pour exprimer leur joie. Par ailleurs, elles éprouvent le rire de leurs prochains (même si celui-ci n'est pas du tout agressif), comme une menace envers elles.

Depuis 2008, la gélotophobie fait l'objet d'études scientifiques, avant tout de psychologues, psychiatres et sociologues¹. C'est à l'initiative de Michael Titze², que cette recherche a été menée à l'aide d'observations cliniques. Il a aussi introduit en 1995 le terme de « gélotophobie ». À cette occasion, Titze a constaté que certaines personnes souffraient primairement de la peur que leurs partenaires sociaux se moquent d'elles. Ces personnes ont tendance à chercher, sans cesse, dans leur entourage, les signes de moqueries abaissantes. Par ailleurs, elles sont persuadées d'être, dans l'ensemble, ridicules.

Aspect extérieur

Les personnes atteintes de gélotophobie manquent de vivacité, de spontanéité et de joie de vivre. Elles paraissent souvent distantes et froides. Le signe le plus caractéristique de cette affection est le manque d'humour. Rire ne leur apporte ni détente, ni expérience sociale agréable, mais au contraire, tension et peur. Henri Bergson³ comparait les personnes devenues la cible de moqueries humiliantes et de railleries à des poupées en bois ou à des marionnettes. Pour cacher aux autres leur problème, les gélotophobiques s'efforcent de passer inaperçus, ce qui peut provoquer l'effet inverse : leurs gestes peuvent se crispier à tel point qu'ils donnent l'impression d'être des pantins. Titze a qualifié ce comportement bizarre de « **syndrome de Pinocchio** »⁴.

Gélotophobie et phobie sociale

Le syndrome de Pinocchio se manifeste, en général, par une crispation musculaire qui se traduit par des symptômes physiologiques spécifiques comme tachycardie, tics, tremblements, rougissements, transpiration, manque de souffle, sécheresse de la gorge et de la bouche. Une phobie sociale est une peur généralisée de rejet social, alors qu'une gélotophobie est une peur spécifique de rejet social qui est stimulée primairement par le rire⁵. Pour souligner cela, on peut dire que chaque gélotophobique est un

phobique social, mais que chaque phobique social n'est pas un gélotophobique. Kim Edwards et ses collègues ont constaté qu'une gelotophobie se différencie d'une phobie sociale par des antécédents d'expériences traumatisantes avec des moqueries abaissantes³.

Causes et effets de la gélotophobie

À la suite d'observations clinique², un modèle des causes et effets de la gélotophobie^{6,7} a été formulé, qui comprend les conditions suivantes :

Causes

- Dans l'enfance : Développement d'une honte primaire à la suite d'un désintéressement, ou froideur émotionnelle entre parent et enfant
- Expériences traumatisantes répétées avec moqueries abaissantes (railleries taquineries, brimades) pendant l'enfance et la jeunesse.
- Expériences traumatisantes intensives avec moqueries abaissantes à l'âge adulte (p. ex. harcèlement psychologique sur le lieu de travail).

Effets

- Comportement « bizarre ».
- Les compétences sociales sont mal développées.
- Troubles psychosomatiques, par ex. rougissements, maux de tête dus à des tensions, tremblements, étourdissements, troubles de langage, perte de contrôle émotionnel.
- «Syndrome de Pinocchio» : raideur émotionnelle, pétrification de la mimique, mouvements corporels maladroits «saccadés». Les victimes donnent l'effet d'être froides, distantes et insolites.
- Perte de spontanéité, de valorisation de soi et de joie de vivre.
- Rire et humour ne produisent plus d'effet décontractant de joie, mais de peur, respectivement d'agressivité destructive.
- Rétraction de la vie sociale pour se protéger de nouveaux traumatismes par des rires abaissants.

Signes caractéristiques de la gélotophobie

Suivent quelques signes caractéristiques typiques de la gélotophobie⁸ :

- Comportement social d'évitement qui est motivé par la peur de se rendre ridicule.
- Peur du rire des autres.
- Évaluation paranoïaque des propos humoristiques de leurs partenaires sociaux.
- Incapacité de dialoguer avec d'autres personnes de manière joyeuse, humoristique.

- Valorisation de soi critique en rapport avec son propre corps, ainsi que pour les compétences verbales et non verbales. Complexe d'infériorité et jalousie provenant de la comparaison de la compétence humoristique d'autres personnes.

Évaluation diagnostique de la gélotophobie

Se basant sur les signes caractéristiques de la gélotophobie ci-dessus, 46 constatations spécifiques ont été menées qui sont la base d'un questionnaire sur l'évaluation de la gélotophobie (GELOPH 46)⁹, débutant par des situations menaçantes minimales, jusqu'à des situations menaçantes extrêmes¹⁰. De là, une version courte de ce questionnaire ne contenant plus que 15 constatations, a été mis au point (GELOPH <15>)¹¹. À l'appui du GELOPH, une instrumentation imagée a été réalisée, se reportant à des bandes dessinées qui montrent des personnes riant dans différentes situations¹². Une image montre par exemple, comment quelqu'un observe deux personnes qui rient. Les candidats au test doivent évaluer ce que l'observateur pourrait éprouver. Alors que ceux qui ne sont pas atteints de gélotophobie pourraient peut-être répondre : « Les jeunes s'amusez tout simplement ensemble », une réponse typique d'un gélotophobe serait : « Pourquoi se moquent-ils de moi ? ».

La version française de GELOPH <15>

De façon à tester les propriétés psychométriques de la version française, 218 participants provenant de la partie francophone de la Suisse, ainsi que 245 participants du Québec (Canada) ont complété le questionnaire¹³. La version traduite a obtenu de bonnes propriétés psychométriques se traduisant par une fiabilité élevée dans les deux échantillons. Plus spécifiquement, les items relatifs au fait d'associer les rires des autres à sa propre personne (Suisse) et au fait de ne pas se sentir à l'aise en dansant à cause de la conviction d'être évalué négativement par autrui (Québec) obtiennent les niveaux d'endossement les plus élevés. La peur de faire rire de soi existe indépendamment de l'âge, du sexe et du statut marital des participants. Les scores moyens de gélotophobie dans les échantillons ne différaient pas entre le Québec et la Suisse. La version française du GELOPH 15 fournit une mesure utile et fiable permettant l'évaluation subjective de la gélotophobie dans les pays francophones.

Validation et études empiriques

Dans les études empiriques, des constatations statistiquement contrôlées sur la structure de la personnalité des gélotophobes, ont été obtenues. C'est ainsi que Willibald Ruch¹⁴ rapporte que les gélotophobes sont neurotiques et introvertis. Dans le modèle de personnalité PEN de Jürgen Eysenck, la gélotophobie est en corrélation étroite avec les dimensions de l'introversion et du neurotisme. Sur des P-Scales plus anciens, les gélotophobes atteignent un plus grand nombre de points dans la dimension du psychoticisme¹⁵. Il semblerait aussi qu'ils aient fait, au cours de leur vie, des expériences de honte intense, et ils éprouvent de façon significative, aussi bien de la honte que de la peur, au cours d'une semaine typique. Les gélotophobes éprouvent, en outre, des sentiments négatifs en entendant rire d'autres personnes. Ils ne peuvent pas différencier entre un rire amical et un rire hostile. À chaque rire, ils réagissent avec des sentiments négatifs, tels que honte, peur et agacement¹⁶. La capacité d'éprouver de la

joie et de développer des formes sociales communicatives humoristiques, est considérablement réduite¹⁷. La plupart des gélotophobiques se souviennent de situations gênantes dans leur enfance, où ils ont été la risée de leurs parents¹⁸.

Forces, intelligence et compétence humoristique

Des tests spécifiques montrent que les gélotophobiques sous-estiment souvent leurs propres potentiel et compétences. Ils ont tendance à s'estimer moins vertueux que les gens qu'ils connaissent personnellement¹⁵. Il en est de même pour leurs compétences intellectuelles dont ils sous-estiment leur QI de 6 points¹⁹. En outre, les gélotophobiques ont une attitude négative généralisée vis-à-vis du rire. Le rire ne réussit pas à les transporter dans une ambiance joyeuse. Personnellement, ils se sentent moins humoristiques qu'ils le sont effectivement (sur la base des résultats des tests spécifiques)²⁰.

Étude internationale sur la gélotophobie

Le GELOPH <15> a été traduit dans 40 langues, et utilisé dans le monde entier pour examen dans 72 pays différents¹. Les résultats montrent que les patients peuvent être différenciés par deux facteurs, respectivement de motifs fondamentaux, à savoir (a) manque d'assurance et (b) comportement d'évitement. Les gélotophobiques manquant d'assurance essaient de cacher devant les autres, la conviction déterminante d'être drôle ou ridicule. (D'après les résultats de l'étude, ce motif est particulièrement répandu au Turkménistan et au Cambodge). Les gélotophobiques ayant un comportement d'évitement par contre, évitent toutes les situations sociales où l'on pourrait rire, parce que le rire est ressenti comme une menace sur la valorisation de soi (ce motif est prédominant particulièrement en Égypte, Jordanie et Thaïlande). La prévalence de gélotophobie est particulièrement haute en Asie, parce que c'est là que le bien-être du collectif a une grande priorité, et que les intérêts de l'individu sont soumis à ceux du groupe. De là en résulte à nouveau le motif de « préserver la face » à tout prix. Se basant sur les résultats de cette étude multinationale, les auteurs considèrent la gélotophobie comme particularité de la personnalité, et non comme maladie. La fourchette correspondante de la gélotophobie va d'une singularité minimale jusqu'à une très forte singularité ou une peur pathologique.

Bibliographie

- Carretero-Dios, H., Proyer, R. T., Ruch, W., & Rubio V. J. *The Spanish version of the GELOPH 15: Properties of a questionnaire for the assessment of the fear of being laughed at in International Journal of Clinical and Health Psychology*, Jg 10, Nr.2, 2010, (ISSN 1697-2600 (<https://portal.issn.org/resource/issn/1697-2600>)), S. 345–357 (PDF;302 KB (http://www.aepc.es/ijchp/articulos_pdf/ijchp-355.pdf))
- Edwards, K.R., Martin, R. A & Dozois, D J. A. *The fear of being laughed at, social anxiety, and memories of being teased during childhood in Psychological Test and Assessment Modeling*, Jg 52, Nr.1, 2010 (ISSN 2190-0493 (<https://portal.issn.org/resource/issn/2190-0493>)) S. 94–107 (PDF;149 KB (http://www.psychologie-aktuell.com/fileadmin/download/ptam/1-2010/07_Edwards.pdf))
- Führ, M., Proyer, R. T., & Ruch, W. *Assessing the fear of being laughed at (gelotophobia): First evaluation of the Danish GELOPH<15>*. in *Nordic Psychology*, Jg 61, Nr.2, 2009 (ISSN 1901-2276 (<https://portal.issn.org/resource/issn/1901-2276>)) S. 62–73.

- Führr, M. *The applicability of the GELOPH <15> in children and adolescents: First evaluation in a large sample of Danish pupils in Psychological Test and Assessment Modeling*, Jg 52 Nr.1, 2010 (ISSN 2190-0493 (<https://portal.issn.org/resource/issn/2190-0493>)) S. 60–76.(PDF;204 KB (http://www.psychologie-aktuell.com/fileadmin/download/ptam/1-2010/05_Fuehr.pdf))
- Forabosco, G., Dore, M., Ruch, W., & Proyer, R. T. *Psicopatologia della paura di essere deriso. Un'indagine sulla gelotofobia in Italia.* in *Giornale di Psicologia*,Jg 3 Nr.2, 2009, (ISSN 1971-9450 (<https://portal.issn.org/resource/issn/1971-9450>)) S. 183–190 (PDF; 1,1 MB (<http://giornaledipsicologia.it/gdp/gdp.2009.2/GiornaleDiPsicologia.2009.2.pdf>))
- Gaidos, S. *When humor humiliates* in *Science News*, Jg 178, Nr.3, 2009 S. 18–26. ([1] (http://www.sciencenews.org/view/feature/id/45581/title/When_Humor_Humiliates))
- Hemmer, M. *Nur Spott und Hohn? Für manche Menschen ist jedes Lachen bedrohlich* in *PSYCHOLOGIE HEUTE*, 37 (5),2010, S.11
- Hřebícková, M., Ficková, E., Klementová, M., Ruch, W., & Proyer, R. T. (2009). *Strach ze zesmesnení: Česká a slovenská verze dotazníku pro zjišťování gelotofobie [Die Angst vor dem Ausgelachtwerden: Die tschechische und slowakische Version des GELOPH <15>]* in *Ceskoslovenská Psychologie*, 53, S. 469–480.
- Kazarian, S., Ruch, W., & Proyer, R. T. *Gelotophobia in the Lebanon: The Arabic version of a questionnaire for the subjective assessment of the fear of being laughed at.* in *Arab Journal of Psychiatry*, 20, 2009, S. 42–56.
- Papousek, I., Ruch, W., Freudenthaler, H. H., Kogler, E., Lang, B., & Schulter, G. *Gelotophobia, emotion-related skills and responses to the affective states of others* in *Personality and Individual Differences*, 47, 2009, S. 58–63.
- Platt, T. *Emotional responses to ridicule and teasing: Should gelotophobes react differently?* in *Humor: International Journal of Humor Research*, 21 (2), 2008,: S. 105–128
- Platt, T. & Ruch, W. *The emotions of gelotophobes: Shameful, fearful and joyless?* in *Humor: International Journal of Humor Research*, 22,2009, S. 91–110.
- Platt, T., Proyer, R.T. & Ruch, W. *Gelotophobia and bullying: The assessment of the fear of being laughed at and its application among bullying victims.* in *Psychology Science Quarterly*, 5, 2009, S. 135–147.
- Platt, T., Ruch, W., & Proyer, R. T. *A lifetime of the fear of being laughed at: An aged perspective* in *Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie*, 43, 2010, S. 36–4.
- Proyer, R. T., & Ruch, W. *How virtuous are gelotophobes? Self- and peer-reported character strengths among those who fear being laughed at.* in *Humor: International Journal of Humor Research*, 22, 2009a, S. 145–163.
- Proyer, R.T., & Ruch, W. *Intelligence and gelotophobia: The relations of self-estimated and psychometrically measured intelligence to the fear of being laughed at.* in *Humor: International Journal of Humor Research*, 22, 2009b, S. 165–181.
- Proyer, R. T., & Ruch, W. *Dispositions towards ridicule and being laughed at: Current research on gelotophobia, gelotophilia, and katagelasticism (Editorial to Special Issue)* in *Psychological Test and Assessment Modeling*, 52(1), 2010, S. 49–59.
- Proyer, R.T., Ruch, W., Ali, N.S., Al-Olimat, H.S., Andualem Adal, T., Aziz Ansari S et al. *Breaking ground in cross-cultural research on the fear of being laughed at (gelotophobia): multi-national study involving 73 countries.* in *Humor: International Journal of Humor Research*, 22, 2009, S. 253–279.
- Ruch, W. *Gelotophobia: A useful new concept?* Paper presented at the 2004 Colloquium Series, Department of Psychology, University of California at Berkeley, Berkeley USA. 2004
- Ruch, W. *Fearing humor? Gelotophobia: The fear of being laughed at. Introduction and overview.* in *Humor: International Journal of Humor Research*, 22, 2009,S. 1–26.

- Ruch, W., & Proyer, R. T. *The fear of being laughed at: Individual and group differences in gelotophobia.* in *Humor: International Journal of Humor Research*, 21(1), 2008, S. 47–67.
- Ruch, W. & Proyer, R. T. *Who is gelotophobic? Assessment criteria for the fear of being laughed at.* in *Swiss Journal of Psychology* 67, 2008, S. 19–27.
- Ruch, W., & Proyer, R. T. *Who fears being laughed at? The location of gelotophobes in the Eysenckian PEN-model of personality.* in *Personality and Individual Differences*, 46(5-6), 2009, S. 627–630.
- Ruch, W., O. Altfreder u. R. T. Proyer *How do gelotophobes interpret laughter in ambiguous situations? An experimental validation of the concept* in *Humor. International Journal of Humor Research* 22/1-2, 2009, S. 63–90
- Ruch, W., Beermann, U., & Proyer, R. T. *Investigating the humor of gelotophobes: Does feeling ridiculous equal being humorless?* in *Humor: International Journal of Humor Research*, 22, 2009, S. 111–143.
- Titze, M. *Die heilende Kraft des Lachens. Frühe Beschämungen mit Therapeutischem Humor heilen*, Kösel-Verlag, München, 1995 (ISBN 3-466-30390-7)
- Titze, M. *The Pinocchio Complex: Overcoming the fear of laughter* in *Humor & Health Journal*, V, 1996, S. 1–11
- Titze, M. *Das Komische als schamauslösende Bedingung* in R. Kühn, M. Raub & M. Titze: *Scham – ein menschliches Gefühl* Westdeutscher Verlag, Opladen, 1997, S. 169–178
- Titze, M. *Die Heilkraft des Lachens* in A. A. Bucher, R. Seitz & R. Donnenberg (Hrsg.): *Ich im pädagogischen Alltag. Macht – Ohnmacht – Zuversicht*, Otto Müller Verlag, Salzburg, 1998, S. 114–127.
- Titze, M. *Treating Gelotophobia with Humordrama* in *Humor & Health Journal*, XVI, Nr. 4, 2007, S. 1–11.
- Titze, M. *Gelotophobia: The fear of being laughed at* in *Humor. International Journal of Humor Research*, 22 (1/2), 2009, S. 27–48.
- Titze, M. & Eschenröder, C. *Therapeutischer Humor. Grundlagen und Anwendungen* Fischer TB Nr. 12650, Frankfurt, 1998, (ISBN 3-596-12650-9) S. 39–47.
- (en) Michael Titze et R. Kühn, *Lachen zwischen Freude und Scham : eine psychologisch-phänomenologische Analyse der Gelotophobie*, Würzburg, Königshausen & Neumann, 2010, 162 p. (ISBN 978-3-8260-4328-4)
- Ruch, W. *Fearing humor? Gelotophobia: The fear of being laughed at Introduction and overview.* In: *Humor - International Journal of Humor Research*. 22, 2009, S. 1–25, DOI 10.1515/HUMR.2009.001 (<https://dx.doi.org/10.1515%2FHUMR.2009.001>).

Notes et références

1. R. T. Proyer, W. Ruch, W., N. S. Ali, H. S. Al-Olimat, T. Andualem Adal, S. Aziz Ansari et al.: *Breaking ground in cross-cultural research on the fear of being laughed at (gelotophobia): multi-national study involving 73 countries.* *Humor: International Journal of Humor Research*, 22, 2009 (1/2), 253-279.
2. M. Titze: *Die heilende Kraft des Lachens. Mit Therapeutischem Humor frühe Beschämungen heilen.* Kösel-Verlag, München, 1995 [6. Aufl. 2007], (ISBN 3-466-30390-7)
3. K. R. Edwards, R. A. Martin & D. J. A. Dozois: *The fear of being laughed at, social anxiety, and memories of being teased during childhood.* *Psychological Test and Assessment Modeling*, 52, 2010 (1), 94-107
4. M. Titze: *Das Komische als schamauslösende Bedingung.* In: R. Kühn, M. Raub u. M. Titze: *Scham – ein menschliches Gefühl.* Westdeutscher Verlag, Opladen, 1997, 169-178, (ISBN 3-531-12951-1)

5. G. de Boois: Gelotofobie en Sociale Fobie: Twee verschillende Concepten? Thesis, Faculteit Sociale Wetenschappen, Universiteit Utrecht 2009, 2.
6. M. Titze & R. Kühn: Lachen zwischen Freude und Scham. Eine psychologisch-phänomenologische Analyse der Gelotophobie, Königshausen & Neumann, Würzburg, 2010, Kap. VI, (ISBN 978-3-8260-4328-4)
7. H. Bergson: Le rire. Essai sur la signification du comique. Alcan, Paris, 1900; dt.: Das Lachen. Ein Essai über die Bedeutung des Komischen. Übers. v. Roswitha Plancherel-Walter. Zürich: Arche 1972, Nachdruck dieser Übersetzung. Luchterhand, Darmstadt 1988
8. M. Titze: Gelotophobia: The fear of being laughed at, Humor. International Journal of Humor Research, 22 (1/2), 2009, 27-48.
9. W. Ruch & M. Titze: GELOPH 46. Unveröffentlichter Fragebogen. Fachbereich Psychologie, Universität Düsseldorf, 1998.
10. W. Ruch & R. T. Proyer: The fear of being laughed at: Individual and group differences in Gelotophobia : Humor. International Journal of Humor Research 21, 2008, 47-67.
11. W. Ruch & R. T. Proyer: Who is gelotophobic? Assessment criteria for the fear of being laughed at. Swiss Journal of Psychology 67, 2008, 19-27.
12. W. Ruch, O. Altfreder u. R. T. Proyer, How do gelotophobes interpret laughter in ambiguous situations? An experimental validation of the concept, Humor. International Journal of Humor Research 22 (1/2), 2009, 63-90.
13. A.C. Samson, P. Thibault, R.T. Proyer, & W. Ruch, The subjective assessment of the fear of being laughed at (gelotophobia): French adaptation of the GELOPH <15> questionnaire. Revue Européenne de Psychologie Appliquée / European Review of Applied Psychology, Volume 60, Issue 4, Pages 247-253.
14. W. Ruch, Gelotophobia: A useful new concept? IPSR Spring 2004 Colloquium Series, Department of Psychology, University of California at Berkeley, Berkeley, USA, 2004.
15. W. Ruch & Proyer: Who Fears Being Laughed at? The location of gelotophobes in the PEN-model of Personality. Personality and Individual Differences, 46 (5/6), 2009, 627-630.
16. T. Platt: Emotional responses to ridicule and teasing: Should gelotophobics react differently? Humor. International Journal of Humor Research 21 (2), 2008, 105-128
17. W. Ruch, U. Beermann & R. T. Proyer, Investigating the humor of gelotophobes: Does feeling ridiculous equal being humourless? Humor. International Journal of Humor Research 22 (1/2), 2009, 111-144.
18. R. T. Proyer, Ch. H. Hempelmann u. W. Ruch, Where they really laughed at? That much? Gelotophobes and their history of perceived derisibility, Humor. International Journal of Humor Research 22 (1/2), 2009, 213-233.
19. Proyer, R. T., & Ruch, W.: How virtuous are gelotophobes? Self- and Peer-reported character strengths among those who fear being laughed at. Humor: International Journal of Humor Research, 22. 2009, 145-163.
20. W. Ruch, U. Beermann, & R. T. Proyer: Investigating the humor of gelotophobes: Does feeling ridiculous equal being humorless? Humor: International Journal of Humor Research, 22, 2009, 111-143

- (de) Cet article est partiellement ou en totalité issu de l'article de Wikipédia en allemand intitulé « [Gelotophobie](https://de.wikipedia.org/wiki/Gelotophobie?oldid=118915075) (<https://de.wikipedia.org/wiki/Gelotophobie?oldid=118915075>) » (voir la liste des auteurs (<https://de.wikipedia.org/wiki/Gelotophobie?action=history>)).

Liens externes

- Université de Zurich (<http://www.psychology.uzh.ch/chairs/perspsy/research/gelotophobia.html>)
- Gelotophobia – Assessment and Research Association (<http://www.gelotophobia.org>)

Ce document provient de « <https://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Gélotophobie&oldid=229001857> ».