



La «Schadenfreude», vital petit plaisir honteux



Quand se réjouir de l'infortune d'autrui nourrit notre bonheur. (MATTHIAS RIHS POUR LE TEMPS)

ÉMOTIONS MÉCONNUES (5/5)

Ressentir du plaisir face aux malheurs des autres ne fait pas partie de la norme sociale implicite qui valorise plutôt l'empathie et la compassion. La «Schadenfreude» nous aide pourtant à vivre

CATHERINE FRAMMERY [@cframmery](#)



Avouez-le: vous avez ressenti un petit pincement de plaisir quand votre voisine tellement donneuse de leçons a raté ses examens. Quand votre collègue si fier de sa belle voiture se l'est fait emboutir. Ou quand ce politicien rigoriste et intolérant s'est trouvé englué dans un sordide scandale sexuel. Le regretté Pierre Desproges avait tout compris: «Il ne suffit pas d'être heureux, encore faut-il que les autres soient malheureux.»

Les Allemands ont inventé un mot merveilleux pour ce sentiment inavouable mais tellement plaisant: la *Schadenfreude*. *Schaden*, le dommage, le malheur; et *Freude*, la joie: l'apposition des deux termes habituellement antinomiques dit bien le côté paradoxal de cette émotion. Le concept est ancien: Aristote évoquait déjà l'*epichairekakia*, un mot qu'on pourrait traduire littéralement par «la joie née du mal». Il est répandu dans de nombreuses cultures, traduit ou pas – il figure tel quel dans le Oxford English Dictionary depuis 1895, et s'utilise couramment dans la littérature anglaise, comme en Suisse. *Schadenfreude* est en revanche peu connu en France, où on parle plus souvent de «joie maligne». Mais le mot a pris du galon depuis son emploi sur Twitter par Jean-Luc Mélenchon après la défaite de l'Allemagne au Mondial.

Sommes-nous de mauvais humains, à rire de celui qui trébuché, devrions-nous éprouver de la compassion voire de la pitié plutôt que ce sale petit sourire intérieur? Trois conditions favorisent l'émergence de la *Schadenfreude*, selon le psychologue américain Richard Smith, qui a consacré un gros ouvrage à ce «côté obscur de la nature humaine». La première est le gain que peut attendre l'observateur du malheur de l'autre. Celui qui aura accès à la mission de ses rêves parce que son collègue tombe malade ne pourra peut-être pas se réjouir extérieurement, mais il jubilera intérieurement.

Les malheurs des autres nous consolent

La *Schadenfreude* est aussi favorisée par le sentiment que l'autre a mérité son malheur. Qu'un végétalien soit montré du doigt après avoir été pincé en train de dévorer un steak satisfait notre besoin de justice, nous refusons l'hypocrisie.

Enfin, la *Schadenfreude* émerge aussi lorsque nous jalousons la personne qui souffre, que nous jugeons plus compétente, ou plus élevée socialement. Ses malheurs la rendent moins enviable, et nous sommes revalorisés par sa perte de statut. C'est un des ressorts d'ailleurs de la presse people, qui se focalise volontiers sur les malheurs des célébrités, ou de la télé-réalité, qui flatte nos instincts les plus bas. La *Schadenfreude* constitue alors une puissante consolation aux tourments de l'envie, le malheur des autres nous redonnant confiance en nous, ce d'autant qu'on n'y a pas contribué, on n'éprouve donc a priori aucune culpabilité devant la situation. La *Schadenfreude* serait en ce cas un mécanisme d'adaptation, qui permet de vivre avec soi-même, ses imperfections, ses échecs.

Cette émotion suscite de plus en plus d'intérêt et les études se multiplient depuis les années 1990 en profitant du développement de l'imagerie cérébrale, note Patricia Cernadas Curotto, doctorante au Centre interfacultaire en sciences affectives de l'Université de Genève. «Nous pouvons observer des activations cérébrales liées au plaisir et à la récompense lorsque nous ressentons de la *Schadenfreude*. C'est une émotion socialement indésirable mais les mesures physiologiques et l'imagerie cérébrale nous permettent de la déceler aussi quand les personnes tendent à vouloir la cacher; ces mesures plus implicites représentent une méthode d'étude prometteuse», explique la psychologue. Les résultats préliminaires de la chercheuse suggèrent qu'on éprouve plus volontiers de la *Schadenfreude* face aux personnes au caractère jugé difficile, et avec qui les relations interpersonnelles ont été ou

sont compliquées.

Victime de la comparaison sociale

La *Schadenfreude* fait si profondément partie de nous que des études l'ont mise en évidence chez des petits de 2 ans. Un enfant jaloux d'un autre à qui sa maman lit à voix haute une histoire sur les genoux se réjouit lorsque la mère fait tomber un verre d'eau sur le livre, stoppant la lecture. En revanche, si le second enfant n'est pas sur les genoux de sa mère, la chute du verre d'eau qui interrompt l'histoire n'a aucun effet particulier sur l'enfant cible, qui n'a cette fois pas l'impression d'être désavantagé...

Hum. Rien de très reluisant mais rien d'infâme non plus, pensez-vous. Après tout, ne sommes-nous pas conditionnés à rechercher ce qui nous fait plaisir? Si la compassion révèle notre capacité à être concernés par les autres et nous montrer bienfaisants, nous sommes tous aussi, au moins parfois, des sauvages en dedans, et la *Schadenfreude* marquerait ainsi simplement la limite, mouvante, qui sépare nos instincts égoïstes de notre moi social, sous contrôle.

Reste que l'abondance de *Schadenfreude* a été corrélée avec une faible estime de soi: y sont plus sujettes les personnes qui n'ont pas une très bonne image d'elles-mêmes, peu satisfaites de leur vie, et qui se situent en permanence dans un schéma de comparaison sociale.

Elargi au groupe, le phénomène devient un «eux contre nous» qui a été évoqué par exemple pour rendre compte du manque de réaction de groupes face au génocide des Juifs pendant la Seconde Guerre mondiale, ou celui des Tutsis au Rwanda. On est bien loin des examens ratés de la voisine. «La *Schadenfreude* est le pire trait de la nature humaine [...] Le plaisir du malheur est diabolique et ses moqueries sont le rire de l'Enfer», disait Schopenhauer, en 1851 déjà. ■

Lundi: portrait de Jonathan, un homme décomplexé et libéré sexuellement