Crier ou émettre un son dans un moment de grande peur / douleur est-il un réflexe ?

Médiathèques de Strasbourg – notre réponse *actualisée* **du 26/09/2025.**



Le Cri Edvard Munch CCO Domaine public / Wikimedia Commons

« ***Le monde entier est un cactus***
Il est impossible de s'assoir
Dans la vie,
il y a qu'des cactus
Moi je me pique de le savoir
Aïe aïe aïe,
ouille,

Aïe aïe aïe…»

Dans son tube **Les cactus** (1967), Jacques Dutronc dénonce l'individualisme des sociétés capitalistes. Dans l'imaginaire collectif, de ses paroles sont restées les nombreuses onomatopées de douleur *aïe / ouille* mais plus scientifiquement le cri est-il un réflexe ou une attitude résultante de notre culture ?

Cri et douleur : un réflexe chez l'homme ?

Dans l'ouvrage Neurosciences, 4ème édition, voilà la définition du terme réflexe :
Neurosciences de Nicolas Tajeddine, *De Boeck supe´rieur*, 2019.
Extrait :

> *Réponse motrice involontaire et stéréotypée déclenchée par un stimulus particulier.*

Dans un article de Science & vie en ligne, on apprend que même si crier quand on a mal est généralement perçu comme un réflexe, les scientifiques sont divisés quant au sens de ce cri.
Il pourrait s'agir de prévenir les autres qu'on est en danger, de tenter d'effrayer l'agresseur, de lui signifier d'arrêter son geste ou encore de soulager la douleur.

Pourquoi se met-on à crier quand on a mal ? par Brice Louvet, *sciencepost.fr*, le 04/02/2015.
Extrait :

> *De manière générale, le cri est une réponse de protection réflexe à la douleur. Il n'est pas une verbalisation, mais un signal.*

La douleur : une construction culturelle ?

L'influence de la culture dans l'expression verbale de la douleur : étude comparative entre des patients cancéreux français et syriens, de Romain Lebreuilly, Sam Sakkour et Joëlle Lebreuilly, *Revue internationale de soins palliatifs*, 2012.
Extrait :

> *La douleur est une expérience subjective, intime, influencée par de nombreuses variables dont la culture.*
> ***Selon Pascal Cathébras, la culture peut déterminer l'attitude et le comportement face à la douleur,** à travers les représentations, et les croyances attachées à celle-ci.*

Pascal Cathébras est médecin interniste, chef de service au CHU de Saint-Etienne.
Il s'intéresse depuis plus de 30 ans aux symptômes dits fonctionnels et à la construction sociale des catégories diagnostiques.

Cris et douleurs chez les animaux

Origine du langage : les cris d'alarme du chimpanzé peuvent l'expliquer par Janlou Chaput, *futura-sciences.com*, le 19/10/2013.
Extrait :

> *Alors que de nombreux scientifiques pensaient que le langage humain s'était uniquement développé depuis la communication gestuelle, une étude montre de l'intentionnalité dans les cris d'alarme des chimpanzés sauvages. Preuve infaillible que l'oralité de nos cousins est bien plus qu'une manifestation réflexe de leurs émotions.*

En observant des grands singes, on constate que le primate qui perçoit un danger crie jusqu'à ce que tous ces congénères soient à l'abri. Le cri servirait donc d'alarme.
Il faut également rappeler que les recherches récentes (depuis la seconde guerre mondiale) ont montré que la perception de la douleur subjective (certains disent même culturelle).
Certains animaux « crient » également lorsqu'ils ont mal.

Pour aller plus loin…

Le **cri peut servir de thérapie selon certain spécialiste**. C'est ce qu'expose Arthur Janov dans son ouvrage **Le nouveau cri primal**.
Le nouveau cri primal : revivre et vaincre sa souffrance de Arthur Janov, *Presses de la Renaissance*, 1992.
Résumé :
Paru en 1970, cet ouvrage est considéré comme majeur dans l'histoire de la psychologie. Sa théorie considère que ce qui entrave et fait souffrir la personne peut être expulsé dans un cri suscité par le thérapeute. Les études de cas et témoignages montrent les premiers résultats d'une thérapie jugée révolutionnaire et les perspectives de guérison pour les victimes d'addictions, de phobies, etc.
