Pourquoi quand on baille, fait-on bailler les gens autour de nous ?

Bibliothèque publique d'information – notre réponse *actualisée* **le 17/11/2023.**



Montage d'après les photos de benzoix et de krakenimages.com sur sur Freepic

Régulation de la température et oxygénation du cerveau, régulation de l'état de vigilance, les fonctions du bâillement sont multifonctionnelles. La réplication du bâillement aussi.
La bâillement serait-il une marque d'empathie ?
Sélection d'explications scientifiques pour en avoir plus sur le fonctionnement du bâillement et notamment sa contagion

entre plusieurs individus.

La contagion des bâillements – scientifiquement dénommée « échokinésie du bâillement

Comme l'explique cet article publié sur le site de la revue *Sciences et avenir* **Pourquoi bailler est-il contagieux ?** par Hugo Jalinière, le 18/05/2017 et cette réponse apportée à la même question par le site **Futura Sciences** **Pourquoi le baillement est-il contagieux ?**, le caractère contagieux du bâillement tient à l'attention portée aux personnes qui nous entourent et au fonctionnement de notre cerveau. Une catégorie de neurones, **les neurones miroirs**, joue un rôle important dans le **développement de l'empathie**. L'intimité avec la personne qui baille nous pousse à reproduire cette action.

> *D'un point de vue neurologique, ce comportement mimétique serait donc principalement dû aux* ***neurones miroirs****, des cellules nerveuses qui s'activent aussi bien lors de l'exécution d'une tâche que dans l'observation d'un autre individu effectuant le même geste.*
>
> ***Pourquoi le baillement est-il contagieux ?*** *via Futura Sciences.*

Le bâillement : un comportement universel de Olivier Walusinski *Pour la science*. 2003, Num 312, pp 66-71.
Extrait :

> *Il n'est pas nécessaire de voir un bâillement pour que la contagion se déclenche, puisque les aveugles subissent le phénomène.*
> *En août 2003, Steven Platek, de l'Université Drexel de*

Philadelphie, a mené des expériences sur le profil psychologique des personnes sujettes à la contagion ou résistantes. Il a montré que les individus sont d'autant plus sensibles à la contagion qu'ils sont capables d'empathie. L'empathie, c'est-à-dire la capacité de ressentir ce que ressent autrui, de se mettre à sa place, se fonde sur la perception de l'expression faciale des émotions ; elle nécessite un traitement analytique des informations et sous-tend des mécanismes cognitifs élaborés. La contagion du bâillement s'apparente au décryptage d'une émotion ou de l'état de vigilance d'autrui, mais à un niveau automatique, non conscient.

Ce drôle de lien entre la taille du cerveau et les bâillements repéré par Morgane Irsuti, *slate.fr*, le 21/03/2023.

Toutefois, les scientifiques n'observent pas de corrélation entre le bâillement et l'intelligence, ni n'expliquent pourquoi ce phénomène est particulièrement contagieux. Une des hypothèses à ce sujet suggère qu'il aurait une fonction sociale. Il permettrait aux membres d'un groupe d'entrer dans le même état d'esprit, et même de synchroniser leur cycles de sommeil.
