



LA DOUBLE EMPATHIE : POURQUOI LES AUTISTES SONT SOUVENT MAL COMPRIS

Catherine J. Crompton^{1*}, Kilee DeBrabander², Brett Heasman³, Damian Milton⁴ et Noah J. Sasson²

¹Centre Patrick Wild, Division de Psychiatrie, Université d'Edimbourg, Edimbourg, Royaume Uni

²École des Sciences du comportement et du cerveau, Université du Texas à Dallas, Dallas, TX, États-Unis

³École de Psychologie, Université St John, York, Royaume Uni

⁴Centre Tizard, Université du Kent, Canterbury, Royaume Uni

Il est possible qu'un camarade de ta classe ou qu'un membre de ta famille soit autiste, ou peut-être es-tu autiste toi-même. Les autistes communiquent différemment des personnes qui ne le sont pas (les neurotypiques) et perçoivent différemment le monde qui les entoure. Il peut donc être difficile pour les autres de comprendre ce que les personnes autistes essaient de dire ou ce qu'elles veulent dire. Nous avons tendance à penser que les personnes qui ne sont pas autistes pourraient mieux réussir à comprendre les autres, mais en fait, les autistes se comprennent bien entre eux. Nous examinons dans cet article et expliquons certaines recherches qui ont exploré comment autistes et non autistes communiquent et comment cette recherche s'inscrit dans une théorie appelée le problème de la double empathie. Comprendre ce qui rend l'interaction confortable et facile pour différentes personnes peut nous aider à mieux nous comprendre.

QU'EST-CE QUE LE PROBLÈME DE LA DOUBLE EMPATHIE ?

Peux-tu dire quand quelqu'un s'ennuie, est frustré ou en colère contre toi, même s'il ne le dit pas ? Les gens communiquent souvent des informations

AUTISME. État considéré cliniquement comme un syndrome médical, mais est également un problème d'identité sociale. L'autisme affecte la façon dont on donne un sens au monde. Certains autistes peuvent avoir du mal à communiquer avec d'autres personnes, à se faire des amis et à s'intégrer. Ils peuvent trouver les changements difficiles et ressentir différemment les sons, les odeurs et d'autres facteurs sensoriels. Ils peuvent aussi bouger d'une certaine manière (comme virevolter) ou faire la même chose de manière répétitive (comme ouvrir et fermer des portes). On naît autiste et le reste toute sa vie. Certains autistes n'ont besoin que de peu de soutien ; d'autres ont besoin de beaucoup d'aide pour l'apprentissage et les activités quotidiennes.

THÉORIE. Explication de comment les choses fonctionnent et pourquoi elles se produisent. Les scientifiques développent des théories basées sur leurs observations du monde, puis les testent à l'aide d'outils de recherche.

LA DOUBLE EMPATHIE. Théorie qui aide à décrire ce qui se passe lorsque les autistes et les non autistes ont du mal à se comprendre.

EMPATHIE. Capacité à comprendre et partager les sentiments d'une autre personne.

sur eux-mêmes sans même dire un mot. Les expressions du visage ou la façon d'agir peuvent être très révélateurs des sentiments ou des pensées. L'autisme affecte la façon de donner un sens au monde environnant, et certains autistes peuvent avoir du mal à communiquer. Pendant longtemps, la recherche a montré que les autistes semblent avoir du mal à comprendre ce que les personnes non autistes pensent et ressentent, ce qui peut rendre difficile de se faire des amis ou de s'intégrer. Mais récemment, des études ont montré que le problème va dans les deux sens : les personnes qui ne sont pas autistes ont également du mal à comprendre ce que les autistes pensent et ressentent ! Les autistes ne sont pas les seuls en difficulté.

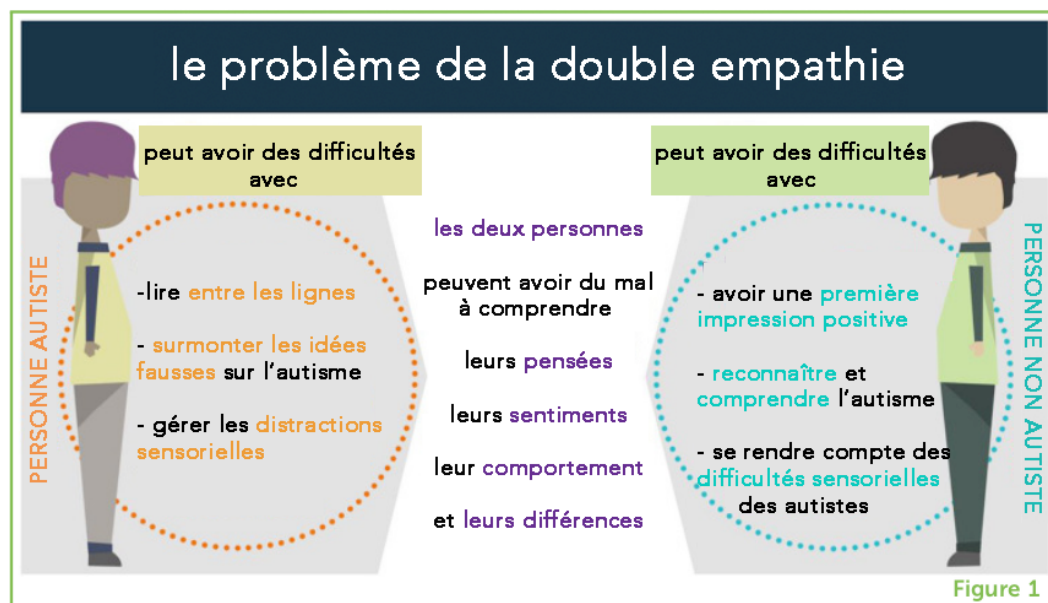


Figure 1. Une personne autiste et une personne qui ne l'est pas peuvent avoir des difficultés à se comprendre. Le fait que ces deux personnes ont du mal à se comprendre est la raison pour laquelle la théorie est appelée le problème de la double empathie.

Une **théorie** qui aide à décrire ce qui se passe lorsque autistes et non autistes ont du mal à se comprendre s'appelle le problème de **la double empathie** [1] (**Figure 1**). L'**empathie** est définie comme la capacité de comprendre ou d'être conscient des sentiments, des pensées et des expériences des autres. Selon le problème de la double empathie, l'empathie est un processus à double sens qui dépend beaucoup de nos façons de faire les choses et de nos attentes par rapport aux expériences sociales antérieures, qui peuvent être très différentes pour les personnes autistes et non autistes. Ces différences peuvent entraîner une rupture de la communication qui peut être pénible pour les deux. Il peut parfois être difficile pour les parents non autistes de comprendre ce que ressent leur enfant autiste, ou les autistes peuvent se sentir frustrés lorsqu'ils ne peuvent pas communiquer efficacement leurs pensées et leurs sentiments aux autres. De cette façon, les barrières de communication entre autiste et non autistes peuvent rendre plus difficile de se connecter, de partager leurs expériences et de faire preuve d'empathie les uns envers les autres.

Prenons l'exemple de la « lecture entre les lignes ». C'est quand tu comprends ce que quelqu'un veut dire, même s'il ne l'a pas dit avec des mots. Par exemple, ton ami pourrait dire que sa journée s'est bien passée, mais soupirer et sembler un peu grincheux ou triste. En lisant entre les lignes, tu devineras que la journée de ton ami ne s'est pas du tout bien passée. Les autistes peuvent avoir du mal à lire entre les lignes car cette façon de communiquer ne leur est pas familière. Inversement, parce qu'ils lisent trop entre les lignes, les non autistes peuvent mal interpréter les autistes.

Les autistes peuvent trouver épuisant et déroutant de comprendre les modes de communication des non autistes. De même, les non autistes peuvent se sentir mal à l'aise lorsqu'ils sont entourés d'autistes parce que leurs modes habituels de communication ne fonctionnent pas aussi bien. Ce décalage entre les attentes sociales et les expériences peut rendre difficile la communication entre autistes et non autistes. C'est pourquoi le renforcement de la compréhension et de l'empathie est décrit comme un « double problème », car les autistes et les non autistes ont du mal à se comprendre.

QU'EST-CE QUE LA RECHERCHE NOUS A APPRIS JUSQU'À PRÉSENT ?

Une façon pour les scientifiques de comprendre la double empathie est de voir si les personnes qui ne sont pas autistes jugent différemment les autistes et non autistes. Malheureusement, lorsque les personnes qui ne sont pas autistes ont du mal à comprendre les personnes autistes, elles ont tendance à moins les aimer [2]. En fait, il ne faut que quelques secondes aux personnes qui ne sont pas autistes pour avoir une **première impression** négative sur les autistes [3]. Elles sont rapidement moins intéressées à interagir avec des autistes qu'avec d'autres non autistes, ce qui signifie que les autistes auront tendance à se retrouver isolés. Pourquoi cela se produit-il ? Ce n'est pas parce que les autistes parlent de choses moins intéressantes. Lorsque les non autistes lisent ce que les autistes écrivent, elles ne les jugent pas différemment [3]. Donc, il semble vraiment que c'est la façon dont les autistes apparaissent et sont entendus, et non ce dont elles parlent, qui conduit les non autistes à les juger et à les éviter. Malheureusement, la façon dont les non autistes les jugent signifie que les autistes ont moins d'occasions de se faire des amis ou d'obtenir un emploi, ce qui n'est pas juste.

Une autre façon d'explorer la double empathie est de voir si les autistes se connectent avec d'autres autistes plus facilement qu'avec des personnes qui ne le sont pas. C'est exactement ce que montrent des études récentes. Les autistes ont plus de facilité à parler, s'asseoir à côté ou vivre auprès d'autres autistes [4]. Dans une étude, deux adultes ont appris à se connaître en parlant pendant 5 minutes [5]. Parfois, les deux adultes étaient tous deux non autistes, parfois tous deux autistes, et parfois un de chaque. Si les personnes autistes interagissent très peu avec les autres, tu pourrais

PREMIÈRE IMPRESSION.

Jugement mental porté quand on rencontre une autre personne pour la première fois. Les premières impressions aident à décider si on veut ou non la revoir, être ami avec elle.

t'attendre à ce que les conversations entre deux personnes autistes se passent particulièrement mal. Mais ce n'est pas ce que l'étude a révélé. La qualité des interactions entre deux autistes était tout aussi forte qu'entre deux personnes qui n'étaient pas autistes. Les autistes ont même partagé plus d'informations sur elles-mêmes avec d'autres autistes, suggérant qu'elles se sentaient plus à l'aise avec eux. Cela montre que les autistes sont comme tout le monde : ils trouvent plus facile d'établir une relation, et peut-être même de nouer des amitiés avec des personnes qui pensent et communiquent comme eux.

Pourquoi les autistes pourraient-ils trouver plus facile de comprendre d'autres autistes ? Les recherches indiquent que les personnes autistes s'appuient moins sur les attentes sociales habituelles pour interagir, ou sont plus facilement contrariées si ces attentes ne sont pas comblées [6, 7]. Cela signifie que les autistes se donnent plus de liberté pour s'exprimer de manière originale. Nous pouvons en voir la preuve en examinant dans quelle mesure autistes et non autistes partagent des informations. Une étude récente était basée sur le jeu « Téléphone », dans lequel une personne chuchote un message à une autre, qui le chuchote ensuite à la personne suivante, et ainsi de suite. La dernière personne de la chaîne transmet le message à haute voix pour voir à quel point il est différent de ce que la première personne a dit. Les chercheurs ont comparé avec quelle précision des groupes d'autistes, de non autistes et des groupes mixtes ont transmis une histoire dans ce jeu [8]. Ils ont constaté que les groupes autistes partagent des informations aussi précisément que les groupes non autistes. Les groupes mixtes d'autistes et non autistes étaient beaucoup moins précis. Cela montre que les personnes autistes sont tout aussi capables de partager des informations que les non autistes quand ils sont entre eux. Cela conforte la théorie de la double empathie : il existe une difficulté à double sens lorsque les autistes et non autistes interagissent.

QUE DEVONS-NOUS ENCORE APPRENDRE SUR LA DOUBLE EMPATHIE ?

Jusqu'à présent, les études sur la double empathie se sont concentrées principalement sur les adolescents et les adultes, et il serait important de voir si les résultats diffèrent pour les jeunes enfants. Par exemple, s'il s'avère que les enfants non autistes sont plus positifs que les adultes à l'égard des personnes autistes, cela nous indiquerait que les attitudes négatives à l'égard des autistes ne sont pas innées, mais s'apprennent avec le temps. De plus, parce de plus en plus d'enfants autistes sont susceptibles d'être inclus dans les cours et de partager des activités avec des enfants non autistes, cela peut offrir plus d'occasions aux enfants autistes et non autistes d'interagir et d'apprendre les uns des autres. Ces possibilités accrues d'interaction pourraient aider autistes et non autistes à se comprendre et à réduire le problème de la double empathie au fil du temps.

DÉFICIENCE INTELLECTUELLE.

Insuffisance se traduisant par des difficultés d'apprentissage. Une personne atteinte peut prendre plus de temps à apprendre et peut avoir besoin de soutien pour développer de nouvelles compétences, comprendre l'information et interagir avec les autres.

De plus, les études menées jusqu'à présent n'ont inclus que des personnes autistes parlant facilement et n'ayant pas de déficience intellectuelle. Selon la théorie, le problème de la double empathie serait encore plus grand entre les non autistes et les autistes ayant une **déficience intellectuelle**, mais des recherches supplémentaires sont nécessaires pour voir si c'est le cas. Une autre piste de recherche consiste à explorer l'effet de la familiarité d'une relation. Par exemple, en quoi le problème de la double empathie diffère-t-il lorsqu'on communique avec un étranger plutôt qu'avec un membre de sa famille ? Les membres d'une famille partagent des histoires familiales, des expériences et des environnements et le problème de la double empathie pourrait être moindre dans les relations familiales. Cependant, les recherches ont montré qu'être dans un environnement familial peut parfois créer des obstacles supplémentaires. Par exemple, penser que nous connaissons bien quelqu'un peut nous empêcher d'écouter et de comprendre ce qu'il communique réellement [9].

Enfin, bien que de nouvelles recherches suggèrent que les personnes autistes peuvent communiquer plus efficacement et plus confortablement avec d'autres personnes autistes, nous ne savons pas encore exactement comment ni pourquoi cela se produit. La théorie de la double empathie suggère que le fait d'avoir des façons similaires de comprendre le monde aide les gens à se comprendre et à se connecter. Comprendre s'il existe des moyens de communication spécifiques qui sous-tendent ce lien pourrait nous aider à identifier des moyens de combler le fossé entre autistes et non autistes pour communiquer.

POURQUOI CETTE RECHERCHE EST-ELLE IMPORTANTE?

Les interactions sociales sont une passerelle vers beaucoup de choses dans la vie, de l'achat d'un billet d'autobus à une entrevue d'embauche. Parce que la plupart des gens ne sont pas autistes, la plupart des interactions sociales correspondent au style de communication non autiste, mais pourraient ne pas fonctionner aussi bien pour les personnes autistes. Les personnes autistes doivent naviguer à travers de nombreuses interactions sociales qui leur sont difficiles à comprendre.

En apprendre davantage sur le rôle de la double empathie dans la vie réelle, peut nous aider, non autistes et autistes, à mieux nous comprendre et nous aider à « trouver un terrain d'entente ». Améliorer notre compréhension des modes d'interaction entre les autistes et les non autistes pourrait faciliter les interactions des autistes avec des non autistes amis ou de leur famille ou encore enseignants, médecins et employeurs. Cela pourrait aider ceux qui ne sont pas autistes à ne pas tirer de conclusions hâtives basées sur des préjugés sur les autistes et à moins les juger. Cette recherche pourrait également fournir aux non autistes des moyens plus créatifs et accessibles de communiquer avec les autres. Dans l'ensemble, tant pour les autistes que pour ceux qui ne le sont pas,

comprendre comment les autres communiquent pourrait nous aider à mieux nous comprendre et à rendre le monde plus inclusif et plus accueillant pour tout le monde – et c’est important !

REMERCIEMENTS

Les auteurs tiennent à remercier tout particulièrement Joe Cebula (12 ans), Minny Fletcher-Watson (10 ans), Sophie Morrison (10 ans) et Abe Sasson (9 ans) pour leur aide à rendre cet article plus accessible à un jeune public.

RÉFÉRENCES

- [1] Milton, D. E. M., Heasman, B., and Sheppard, E. 2020. “Double empathy,” in *Encyclopedia of Autism Spectrum Disorders*, ed F. R. Volkmar (New York, NY: Springer). p. 1–9. doi: 10.1007/978-1-4614-6435-8_102273-2
- [2] Alkhalidi, R. S., Sheppard, E., and Mitchell, P. 2019. Is there a link between autistic people being perceived unfavorably and having a mind that is difficult to read? *J. Autism Dev. Disord.* 49:3973–82. doi: 10.1007/s10803-019-04101-1
- [3] Sasson, N. J., Faso, D. J., Nugent, J., Lovell, S., Kennedy, D. P., and Grossman, R. B. 2017. Neurotypical peers are less willing to interact with those with autism based on thin slice judgments. *Sci. Rep.* 7:40700. doi: 10.1038/srep40700
- [4] DeBrabander, K. M., Morrison, K. E., Jones, D. R., Faso, D. J., Chmielewski, M., and Sasson, N. J. 2019. Do first impressions of autistic adults differ between autistic and nonautistic observers? *Autism Adulthood* 1:250–7. doi: 10.1089/aut.2019.0018
- [5] Morrison, K. E., DeBrabander, K. M., Jones, D. R., Faso, D. J., Ackerman, R. A., and Sasson, N. J. 2019. Outcomes of real-world social interaction for autistic adults paired with autistic compared to typically developing partners. *Autism* 24:1067–80. doi: 10.1177/1362361319892701
- [6] Heasman, B., and Gillespie, A. 2019. Neurodivergent intersubjectivity: distinctive features of how autistic people create shared understanding. *Autism* 23:910–21. doi: 10.1177/1362361318785172
- [7] Crompton, C. J., Hallett, S., Ropar, D., Flynn, E., and Fletcher-Watson, S. 2020. ‘I never realised everybody felt as happy as I do when I am around autistic people’: a thematic analysis of autistic adults’ relationships with autistic and neurotypical friends and family. *Autism* 24:1438–48. doi: 10.1177/1362361320908976
- [8] Crompton, C. J., Ropar, D., Evans-Williams, C. V., Flynn, E. G., and Fletcher-Watson, S. (2020). Autistic peer-to-peer information transfer is highly effective. *Autism* 24:1704–12. doi: 10.1177/1362361320919286
- [9] Heasman, B., and Gillespie, A. 2018. Perspective-taking is two sided: Misunderstandings between people with Asperger’s syndrome and their family members. *Autism* 22:740–50. doi: 10.1177/1362361317708287

VERSION FRANÇAISE

Cet article d'accès libre est une traduction avec modifications d'un article publié par Frontiers for Young Minds (doi: 10.3389/frym.2021.554875 ; Crompton CJ, DeBrabander K, Heasman B, Milton D and Sasson NJ (2021) Double Empathy: Why Autistic People Are Often Misunderstood. Front. Young Minds 9:554875).

TRADUCTION : Jean-Marie Clément, Association Jeunes Francophones et la Science

ÉDITION : Catherine Braun-Breton, Association Jeunes Francophones et la Science

MENTOR SCIENTIFIQUE : Catherine Braun-Breton, Association Jeunes Francophones et la Science

JEUNES EXAMINATEURS :

YASSER, THEO, LOAN, JEAN, ENZO, 12-13 ANS

Nous sommes un groupe de garçons en classe de 3^{ème} à l'École Internationale Eridan à Montpellier, France. La lecture de cet article a été très enrichissante et nous avons appris plusieurs choses importantes sur les personnes autistes et leur compréhension. Grâce à ce document, nous pensons que nous pouvons maintenant mieux les comprendre.

ARTICLE ORIGINAL (VERSION ANGLAISE)

SOU MIS : le 23 avril 2020 ; **ACCEPTÉ** : le 09 avril 2021.

PUBLIÉ EN LIGNE : le 11 mai 2021.

ÉDITEUR : Eilidh Cage, Université de Stirling, Royaume-Uni

CITATION : Crompton CJ, DeBrabander K, Heasman B, Milton D and Sasson NJ (2021) Double Empathy: Why Autistic People Are Often Misunderstood. Front. Young Minds 9:554875. doi: 10.3389/frym.2021.554875

DÉCLARATION DE CONFLIT D'INTÉRÊT

Les auteurs déclarent que les travaux de recherche ont été menés en l'absence de toute relation commerciale ou financière pouvant être interprétée comme un conflit d'intérêt potentiel.

DROITS D'AUTEURS

Copyright © 2021 Crompton, DeBrabander, Heasman, Milton et Sasson. Il s'agit d'un article en libre accès distribué selon les termes de la licence Creative Commons Attribution License (CC BY). L'utilisation, la distribution ou la reproduction dans d'autres forums est autorisée, à condition que l'auteur original (s) et le (s) titulaire (s) du droit d'auteur soient crédités et que la publication originale dans cette revue soit citée, conformément aux pratiques académiques acceptées. Aucune utilisation, distribution ou reproduction n'est autorisée qui n'est pas conforme à ces conditions.



JEUNES EXAMINATEURS

AMELIA, 15 ANS

J'étudie pour mon GCSE (l'équivalent du brevet français) à l'école secondaire locale de Northumberland, en Angleterre, et j'apprécie toutes les matières, les arts et les sciences humaines ainsi que les sciences. Je m'intéresse particulièrement au langage et à la façon dont les gens pensent, à ce qui rend les gens différents, à la façon dont les gens réagissent dans différentes situations et à leurs motivations. J'aime aussi la lecture et m'intéresse au langage, comment il change et évolue. J'espère étudier la psychologie et / ou la linguistique à l'Université.

ANAND, 13 ANS

Passionné d'apprentissage des sciences et de l'histoire, Anand aime la biologie et les sciences de la santé. Ses domaines d'intérêt spécifiques sont les neurosciences et la neurochirurgie. En dehors des études, les passe-temps d'Anand comprennent la participation à des concours d'orthographe (*Spelling bees*) et en apprendre davantage sur les montagnes russes. Il est ceinture noire en karaté Tang So Do.

AUTEURS

CATHERINE J. CROMPTON

Catherine Crompton est chercheuse en psychiatrie à l'Université d'Édimbourg. Elle s'intéresse à la compréhension des différentes façons dont les gens communiquent, et en particulier comment les personnes autistes communiquent.

*catherine.crompton@ed.ac.uk

KILEE DEBRABANDER

Kilee DeBrabander est chercheuse à l'Université du Texas à Dallas et étudie les adultes autistes et la façon dont ils sont jugés en fonction de diverses caractéristiques de leur personnalité et de leurs capacités. Elle examine également comment ces jugements peuvent différer selon qu'ils parlent à d'autres personnes de leur diagnostic d'autisme, qu'elles soient dans une situation sociale ou dans un milieu de travail ou scolaire, ou si la personne qui porte les jugements en sait plus sur ce qu'est l'autisme.

BRETT HEASMAN

Brett Heasman est maître de conférences en psychologie à l'Université York St John. Il s'intéresse à la compréhension de la communication, de l'interaction et à la façon d'éliminer les obstacles auxquels sont confrontées les personnes qui ont des différences cachées.

DAMIAN MILTON

Damian Milton est chargé de cours au Tizard Centre de l'Université du Kent et expert en recherche sur l'autisme. Il s'intéresse à l'exploration de l'expérience autistique et à l'implication des personnes autistes et des personnes ayant des troubles d'apprentissage dans la recherche.



NOAH J. SASSON

Noah Sasson est professeur agrégé de psychologie à l'Université du Texas à Dallas. Il enseigne aux étudiants, forme les futurs scientifiques et dirige un laboratoire de recherche qui tente de mieux comprendre pourquoi les personnes autistes éprouvent souvent des difficultés sociales.