



Autisme et empathie :

que révèle la recherche ?

Par **NOÉMIE CUSSON**

Vous avez peut-être déjà entendu dire que les personnes autistes n'ont pas d'empathie. De fait, un manque d'empathie est souvent considéré comme un des éléments à prendre en compte lors du diagnostic de l'autisme. Cependant, les nombreuses études menées sur l'empathie en autisme ont obtenu des résultats divergents, et parfois même contradictoires. Ainsi, qu'en est-il vraiment ? Les personnes autistes ont-elles réellement moins d'empathie que les **personnes typiques** ? Pour répondre à cette question, nous avons fait une **méta-analyse** sur l'empathie en autisme.

Qu'est-ce que l'empathie ?

L'empathie est généralement perçue comme possédant deux composantes différentes :

- **L'empathie cognitive**, c'est-à-dire : être capable de comprendre les émotions d'une autre personne
- **L'empathie affective**, c'est-à-dire : être capable de partager et de ressentir les émotions que vit une autre personne.

L'empathie nécessite aussi de comprendre que l'émotion qu'on ressent est déclenchée par l'émotion de l'autre personne. Par exemple, si on voit une personne en train de pleurer, d'être capable de comprendre qu'elle est triste (et non pas qu'elle pleure de joie) relève de l'*empathie cognitive*. Cependant, de se sentir soi-même triste en la voyant pleurer relève plutôt de l'*empathie affective*.

Comment mesure-t-on l'empathie ?

Il existe plusieurs façons de mesurer l'empathie. L'empathie est souvent mesurée à l'aide de questionnaires complétés par la personne elle-même. Certains de ces questionnaires, tel l'Empathy Quotient,

permettent de calculer un score global indiquant le niveau d'empathie de la personne, alors que d'autres, tel l'Interpersonal Reactivity Index, permettent d'obtenir des scores distincts pour différentes facettes de l'empathie. L'empathie peut aussi être évaluée à l'aide de tâches comportementales. Par exemple, dans le Reading the Mind in the Eyes Test, on montre des photos de la région des yeux à la personne et on lui demande d'indiquer quelle émotion est représentée. Le nombre de bonnes réponses qu'elle obtient permet ensuite d'avoir un score indiquant son niveau d'empathie cognitive.

Qu'avons-nous fait ?

En résumé, l'empathie a plusieurs composantes et peut être mesurée de différentes façons. Nous avons donc décidé de regarder si les personnes autistes avaient des difficultés d'empathie et, si c'était le cas, s'il s'agissait de difficultés d'empathie cognitive, affective ou les deux. Nous nous sommes aussi demandé si la façon dont on mesurait l'empathie influençait les résultats obtenus.

Nous avons ainsi commencé par identifier toutes les études qui comparaient l'empathie des personnes autistes et typiques en utilisant une ou plusieurs mesures d'empathie. Au total, nous avons trouvé 205 études dont les résultats ont pu être synthétisés à l'aide d'analyses statistiques. Cela nous a permis de voir s'il y avait une différence entre les personnes autistes et typiques en fonction 1) des deux composantes d'empathie et 2) des trois mesures d'empathie les plus souvent utilisées par les études (soit l'Empathy Quotient, l'Interpersonal Reactivity Index et le Reading the Mind in the Eyes Test).

Si on voit une personne en train de pleurer, d'être capable de comprendre qu'elle est triste (et non pas qu'elle pleure de joie) relève de l'*empathie cognitive*. Cependant, de se sentir soi-même triste en la voyant pleurer relève plutôt de l'*empathie affective*.

Nous avons trouvé qu'il y avait une grande différence entre les personnes autistes et typiques pour l'empathie cognitive, mais qu'il y avait peu de différences pour l'empathie affective.

Qu'avons-nous trouvé ?

Nous avons trouvé qu'il y avait une grande différence entre les personnes autistes et typiques pour l'empathie cognitive, mais qu'il y avait peu de différences pour l'empathie affective. En général, les personnes autistes auraient donc plus de difficulté à comprendre les émotions des autres que les personnes typiques, mais elles auraient peu de difficulté à ressentir les émotions des autres.

Nous avons aussi trouvé que la mesure utilisée pour évaluer l'empathie avait un impact important sur les résultats des études. Il y avait une grande différence entre les scores des personnes autistes et typiques au Reading the Mind in the Eyes Test, une mesure d'empathie cognitive, et une très grande différence au Empathy Quotient, un questionnaire qui permet d'obtenir un score global d'empathie. C'était le cas à la fois pour les adultes et pour les enfants. Ainsi, lorsqu'on utilise ces mesures d'empathie, on arrive à la conclusion que les personnes autistes ont plus de difficulté d'empathie que les personnes typiques.

Pour ce qui est du Interpersonal Reactivity Index, un questionnaire qui mesure plusieurs facettes de l'empathie cognitive et affective, il y avait une grande différence entre les scores des personnes autistes et typiques sur l'échelle mesurant l'empathie cognitive. Cependant, en analysant les deux échelles mesurant l'empathie affective, nous avons observé des résultats particulièrement intéressants. En effet, les personnes typiques avaient des scores plus élevés que les personnes autistes sur l'échelle qui mesure la tendance à ressentir de la compassion et de la préoccupation pour d'autres personnes vivant des expériences négatives. Par contraste, les personnes autistes avaient un score plus élevé que les personnes typiques sur l'échelle qui mesure la tendance à ressentir de l'inconfort et de la détresse face aux expériences négatives vécues par les autres. Ainsi, lorsqu'on utilise cette mesure, on arrive à la conclusion que les personnes autistes ont plus de difficulté que les personnes typiques pour l'empathie cognitive, mais qu'elles ont un profil d'empathie affective différent de celui des personnes typiques.

Qu'est-ce que cela implique ?

En bref, les personnes autistes ont généralement plus de difficulté à comprendre les émotions des autres, mais elles ressentent les émotions des autres. Cela rejoint l'hypothèse du déséquilibre de l'empathie dans l'autisme de Smith (2009), laquelle suggère que cette différence entre l'empathie cognitive et affective chez les personnes autistes ferait en sorte que, quand elles ressentent les émotions d'une autre personne, elles peuvent être submergées par ces émotions. Elles ressentiraient alors de la détresse personnelle plutôt que de la préoccupation pour l'autre et seraient moins

portées à l'aider spontanément. Elles pourraient ainsi donner l'impression de ne pas avoir d'empathie, alors que ce n'est pas le cas.

De plus, la mesure qu'on utilise pour évaluer l'empathie a un impact important sur les conclusions auxquelles on arrive. Alors que l'Empathy Quotient, qui donne seulement un score global d'empathie, montre toujours que les personnes autistes ont moins d'empathie que les personnes typiques, l'Interpersonal Reactivity Index, qui permet de mesurer différentes facettes de l'empathie, montre un portrait plus nuancé. C'est donc important de mesurer les différentes composantes de l'empathie lorsqu'on l'évalue chez une personne autiste.

Enfin, la majorité des mesures d'empathie ont été faites par et pour des personnes typiques. Cependant, il est possible que les personnes typiques aient autant de difficulté à comprendre les émotions des personnes autistes que les personnes autistes en ont à comprendre celles des personnes typiques. Cela soulève une question : obtiendrait-on des résultats différents si on comparait l'empathie entre personnes autistes à celle entre personnes autistes et typiques ?

Pourquoi est-ce important ?

Alors que l'autisme est souvent perçu comme impliquant un manque d'empathie, notre étude suggère que ces difficultés sont en réalité moins importantes que ce que les outils diagnostiques actuels laissent penser. Cela pourrait mener à une vision plus juste et nuancée de l'autisme et à de nouvelles façons d'évaluer et d'accompagner ces personnes. Notre étude aide aussi à remettre en question l'idée préconçue selon laquelle les personnes autistes n'ont pas d'empathie et contribue ainsi à réduire la stigmatisation associée à l'autisme. 

Référence originale :

Cusson, N. M., Meilleur, A. J., Bernhardt, B. C., Soulières, I., & Mottron, L. (2025). A systematic review and meta-analysis of empathy in autism: The influence of measures. *Clinical Psychology Review*, 120, 102623. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2025.102623>

Smith, A. (2009). The empathy imbalance hypothesis of autism: A theoretical approach to cognitive and emotional empathy in autistic development. *The Psychological Record*, 59, 273–294. <https://doi.org/10.1007/BF03395663>

Personne typique : Personne de la population générale sans diagnostic d'autisme et qui ne se considère pas autiste

Méta-analyse : méthode par laquelle on identifie toutes les études ayant examiné le sujet qui nous intéresse. Puis on utilise des analyses statistiques pour combiner leurs résultats et faire le point sur ce que la recherche nous dit à ce sujet.