



Enseignants, coopérez  
avec les neurosciences !

## L'empathie, ni identification, ni contagion... Alors quoi ?

**D**epuis plus de deux siècles, l'empathie fait l'objet de l'attention des philosophes et des psychologues dont l'intérêt se porte essentiellement sur la reconnaissance de son existence et la mise en œuvre de ses fonctions. En collaboration avec le professeur Alain Berthoz<sup>(1)</sup>, Bérangère Thirioux, docteur en neurosciences et diplômée en philosophie et neuropsychologie, mène depuis plusieurs années des recherches sur l'empathie visant à en comprendre les mécanismes précis.

**Animation & Education : Qu'ont pu apporter les neurosciences à la compréhension de l'empathie et à la description de ce concept ?**

**Bérangère Thirioux :** Les neurosciences ont permis de montrer que l'empathie était un mécanisme sociocognitif complexe basé sur quatre types de sous-processus intégrés : automatiques, émotionnels, cognitifs et régulateurs. Elles ont mis en évidence que la combinaison de ces sous-processus dans l'empathie est sous-tendue au niveau neuro-fonctionnel par la coopération de plusieurs réseaux d'aires cérébrales largement distribuées : le système miroir, le système dit de « théorie de l'esprit » – c'est-à-dire notre faculté à nous représenter les pensées, émotions, intentions etc. d'autrui au moyen de déductions logiques et d'inférences – le système affectif-émotionnel et le système de contrôle cognitif (fonctions exécutives). En tant que neuroscientifiques, nous avons montré qu'en plus de ces quatre processus interviennent des mécanismes dits « visuo-spatiaux » et d'« auto-localisation » qui sont des mécanismes cognitifs de chan-



**Bérangère Thirioux**

est docteur en neurosciences et diplômée en philosophie et neuropsychologie.

gement de points de vue mais aussi vestibulaires, donc plus basiques, de manipulation mentale du corps propre dans l'espace.

Dans le travail de recherche réalisé avec Alain Berthoz<sup>(1)</sup> (*L'Empathie*, 2004), nous avons essayé de voir, en mettant en place un travail interdisciplinaire -philosophique et neuroscientifique- quelles étaient les hypothèses que nous pouvions élaborer précisément, avec un vrai contenu conceptuel, et comment nous pouvions tester ces hypothèses en neurosciences. Pour cela, nous ne nous sommes pas contentés de la définition neuroscientifique dominante de l'empathie qui nous paraissait être, d'une certaine façon, réductrice, dans la mesure où elle ne semblait pas faire de distinction entre l'empathie et la sympathie, qui est un phénomène intersubjectif proche de l'empathie mais néanmoins différent, et

qu'elle confondait les deux phénomènes sous une forme de contagion émotionnelle. Alain Berthoz, le Professeur Gérard Jorland<sup>(2)</sup> et moi-même avons mené une étude interdisciplinaire. Nous sommes revenus aux textes de philosophie, fondateurs de la notion d'empathie, et dans lesquels apparaissaient pour la première fois le terme d'empathie et le concept qui lui était associé (E.Kant, R.Vischer, T.Lipps, E.Husserl, E.Stein). Nous avons donc procédé à un travail d'analyse terminologique et de définition, avant d'aborder -et pour aborder- le concept. Ce qui nous a permis de poser les bases pour distinguer l'empathie et la sympathie.

La faculté d'empathie est définie pour la première fois par Kant -qui introduit la notion mais sans la nommer- (*Critique de la Faculté de Juger*), mais c'est, plus tard, en 1872 (*Über das optische Formgefühl*) que Robert Vischer, philosophe et psychologue allemand, introduira le terme d'*empathie* -c'est-à-dire *Einfühlung* qui signifie « ressentir (*fühlen*) à l'intérieur de (*ein*) ». Pour Vischer, éprouver de l'empathie, c'est donc se mettre dans la position d'autrui et sentir dans lui. En outre, Vischer distingue tout un lexique de la « *Fühlung* » dont il n'est resté que deux termes : *Einfühlung* (empathie) et *Mitgefühl* -sentir avec (*mit*) et qui a été traduit par « sympathie » en français.

Nous nous sommes donc rendu compte que les préfixes « Ein » et « Mit » nous indiquaient deux phénomènes intersubjectifs différents. Nous nous sommes dit que lorsque nous sentons « dans » autrui, nous nous simulons dans le corps de l'autre, nous sentons « à la place de » l'autre tout en gardant une distance à l'autre. En effet, pour sentir à la place d'autrui et comprendre que l'expérience que nous observons



**Enseignants, coopérez avec les neurosciences !**



est bien celle d'autrui, il faut aussi en parallèle se distinguer d'autrui et donc continuer à se sentir aussi soi-même à sa propre place. C'est tout l'enjeu et la difficulté de l'empathie. Dans la sympathie, à l'inverse, nous allons sentir autrui en nous, c'est-à-dire la même chose qu'autrui, nous allons avoir le même état mental que lui. Il y a une espèce d'identification entre soi et autrui.

Donc, si nous devons donner une définition un peu plus juste de l'empathie que celle adoptée alors par les neurosciences, nous dirions que l'empathie est la capacité à « partager », « réagir à » et « comprendre » l'expérience d'autrui (que cette expérience soit émotionnelle, motrice, somato-sensorielle, intentionnelle...) et qu'elle intègre des mécanismes visuo-spatiaux et d'auto-localisation de base permettant cette combinaison de processus qui peuvent sembler exclusifs : ressentir ce que ressent autrui et en même temps s'en distinguer.

**A&E : En fait, ce sont plutôt vos travaux sur l'empathie qui ont apporté une pierre à l'édifice des neurosciences ?**

**B.T. :** Nous nous étions effectivement rendu compte que la plupart des neuroscientifiques qui travaillaient sur l'empathie confondaient empathie et sympathie.

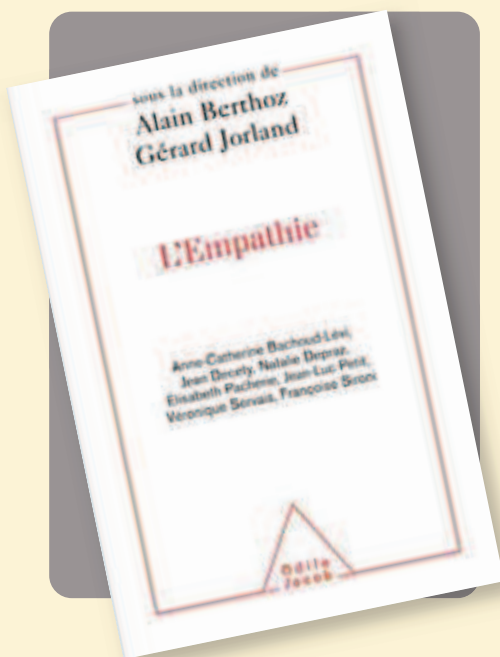
Pour pouvoir comprendre l'action d'autrui, par exemple, je vais la simuler et, en même temps, je vais m'en distinguer, grâce à ce jeu continu des mécanismes visuo-spatiaux.

La définition de l'empathie selon laquelle l'empathie est ma réaction émotionnelle à l'émotion d'autrui n'explique que la partie du sentiment dans l'empathie, que la « fühlung ». Or, nous pouvons émettre une réserve : si je simule ce que

vous vivez et que je simule autant que vous, je vais m'attribuer à moi-même ce que vous vivez et nous ne serons plus dans l'empathie mais dans la contagion émotionnelle où l'individu s'imprègne de l'état affectif d'une autre personne, mais sans se rendre compte que ce n'est pas une émotion qui lui est propre.

Avec Alain Berthoz, nous avons proposé une distinction claire entre sympathie et empathie. L'empathie me permet de comprendre en profondeur ce que vit autrui, avec une part de simulation que je vais, au bout d'un moment, inhiber afin d'attribuer correctement l'émotion à autrui.

Nous avons montré que si empathie et sympathie convergent au niveau des sentiments, nous avons toutefois affaire à deux processus différents d'un point de vue des mécanismes visuo-spatiaux par un jeu de changement de perspective de simulation de soi dans le corps d'autrui. Dans l'empathie, je vais me mettre « dans la perspective » d'autrui, alors que dans la sympathie, je conserve mon point de vue égocentrique et simule autrui en moi.



**A&E : Quel impact peut avoir cette découverte au niveau des apprentissages ?**

**B.T. :** Ce qui est important dans l'apprentissage, c'est de mettre en place une symétrisation entre l'apprenant et celui qui enseigne, sur un même objet : ce qui doit être appris.

Il va falloir éviter tout rapport de sympathie (au sens de Mitgefühl) à son élève, c'est-à-dire éviter l'identification à son élève, de se confondre avec lui et éviter la contagion émotionnelle, affective. Il faut utiliser sa faculté d'empathie pour comprendre l'élève (se mettre à la place de l'élève en gardant ma perspective d'enseignant), c'est-à-dire appréhender ce que l'élève ne comprend pas lorsque j'explique un concept, une notion... L'empathie invite à adapter ses méthodes à la stratégie d'apprentissage de l'enfant.

Tout le problème réside dans le fait qu'un enseignant n'est pas face à un seul élève. Or, s'il doit se mettre à la place de chaque élève, comment procéder ? Là est la limite de nos recherches en neurosciences et, pour progresser, nous avons besoin des praticiens. Nous avons besoin de la coopération des enseignants pour savoir si les données dont nous disposons trouvent résonance dans leur travail quotidien.

*Interview  
Marie-France Rachédi*

1. Neurophysiologiste, Professeur honoraire au Collège de France, Chaire de physiologie de la perception et de l'action, Membre de l'Académie des sciences - Institut de France. Co-auteur de « L'Empathie », Odile Jacob. 2004.
2. Professeur de philosophie à l'EHESS (Ecole des Hautes Etudes en Sciences Sociales).