

Communication

## L'empathie : réflexions sur un concept

### Empathy: Reflexions on a concept

C. Boulanger<sup>a,\*</sup>, C. Lançon<sup>b</sup>

<sup>a</sup> *Assistant-Chef de clinique, service du Pr. Lançon, SHU de psychiatrie, hôpital Sainte-Marguerite, 270, boulevard de Sainte-Marguerite, 13009 Marseille, France*

<sup>b</sup> *Chef de service de psychiatrie Adulte, SHU de psychiatrie, hôpital Sainte-Marguerite, 270, boulevard de Sainte-Marguerite, 13009 Marseille, France*

Disponible sur internet le 05 juillet 2006

#### Résumé

L'empathie est un concept nomade, depuis l'influence de la philosophie écossaise, encore fragile et défini par plusieurs courants de pensée. Elle est distincte de la sympathie (contagion émotionnelle). L'empathie est la capacité à se mettre à la place d'une autre personne pour comprendre ses sentiments ou à se représenter la représentation mentale d'une autre personne. L'empathie s'exprime donc à travers différents phénomènes comme la projection, l'identification et l'altruisme. En phénoménologie, Husserl fait de l'empathie le phénomène décisif sur la base duquel une intersubjectivité s'établit pour constituer un monde commun. Il a ainsi pu renouveler la compréhension de l'empathie et anticiper le développement des neurosciences contemporaines. Depraz, dans la lignée de Varela, souligne que la primauté accordée à autrui est incarnée dans une pratique expérientielle de la compassion.

© 2006 Elsevier SAS. Tous droits réservés.

#### Abstract

Under the influence of Scottish philosophy the concept of empathy changed, it is still shaky and still defined by many currents of thought. It is different from sympathy (emotional contagion). Empathy is the capacity to put oneself in another person's position to understand its feelings or to imagine its mental representation. So empathy shows itself in different phenomena such as projection, identification and altruism. Husserl, in phenomenology, regards empathy as the decisive phenomenon from which inter-subjectivity emerges to elaborate a common world. Indeed, he renewed the comprehension of empathy and anticipated the development of neurosciences. Depraz, following Varela, shows that according primacy to others is embodied in the personal practice of compassion.

© 2006 Elsevier SAS. Tous droits réservés.

*Mots clés* : Empathie ; Intersubjectivité ; Phénoménologie ; Sympathie

*Keywords*: Empathy; Intersubjectivity; Phenomenology; Sympathy

#### 1. Introduction

L'empathie est un phénomène complexe— très humain — au cœur du Soi, en lien avec les émotions et l'expérience (*empathie narrative*). Mais l'empathie reste un concept encore nébuleux fragilisé et défini par plusieurs courants de pensée

[9]. Une tentative de modélisation de l'empathie a cependant émergé avec l'avènement des sciences cognitives [26]. Le travail que nous présentons sur le concept d'empathie, son imitation et sa contagion émotionnelle, a pour intérêt d'apporter un nouvel éclairage à la relation thérapeutique. Pour cela, nous nous référons aux théories psychologiques, phénoménologiques et aux neurosciences cognitives et en particulier aux neurosciences de la cognition sociale.

Nous définissons tout d'abord le concept d'empathie, né de l'intersubjectivité, et précisons son évolution au gré de l'his-

\* Auteur correspondant.

Adresse e-mail : [christophe.boulanger@mail.ap-hm.fr](mailto:christophe.boulanger@mail.ap-hm.fr) (C. Boulanger).

toire. Puis nous rendons compte de l'apport de la phénoménologie à la compréhension clinique du phénomène empathique. Enfin, nous discutons la possibilité de naturaliser l'empathie à partir du modèle neurophénoménologique.

## 2. Épistémologie : concepts et termes

Étymologiquement (définition du dictionnaire *Le petit Robert*), le mot « empathie » dérive du radical latin *in-* et *im-* (*en-*) et du groupe suffixal grec *-pathein* (*sentir*).

L'empathie est définie comme la capacité à se mettre à la place d'une autre personne pour comprendre ses sentiments ou à se représenter la représentation mentale d'une autre personne. C'est la capacité à s'identifier à autrui et à épouser la perspective subjective d'autrui. C'est un trait distinctif qui nous rend si profondément humain, qui est à la source du raisonnement social et des comportements moraux. Il nous permet d'accéder à la subjectivité d'autrui par un mode de pensée de connaissance implicite. Pour Decety [2], il repose sur des systèmes neurobiologiques façonnés au cours de notre histoire évolutive. Dans une perspective néodarwinienne, l'empathie aurait un rôle dans les rapports sociaux entre les membres d'une même espèce, voire les membres interspécifiques.

L'empathie n'est pas un mécanisme en soi mais un processus de communication dont il s'agit de préciser le ou les mécanisme(s). Freud a mis l'accent sur le processus d'identification. Pour « entrer dans les sentiments de l'autre sans être impliqué émotionnellement », pour reprendre la définition de Greenson [16], il nous faut imaginer que nous sommes à la place de l'autre. Il s'agit d'une identification partielle temporaire, réalisée intentionnellement (mais pas nécessairement consciemment). D'après Buie [1], cette construction imaginaire de l'expérience subjective d'autrui nécessite la mise en acte de phénomènes inférentiels. C'est parce que je peux me représenter l'univers contextuel dans lequel se développe la pensée, consciente ou inconsciente, d'autrui que je peux m'identifier à lui. Selon Carl Rogers [8], l'empathie consiste à saisir avec autant d'exactitude que possible les références internes et les composantes émotionnelles d'une autre personne et à les comprendre comme si l'on était cette autre personne. Dans la tradition phénoménologique, l'empathie représente l'appréhension de l'affectivité d'autrui.

Par ailleurs, l'empathie mérite d'être distinguée de tout ce qui est véhiculé par le terme de sympathie. Il ne s'agit pas de partager un sentiment ou une croyance (par un phénomène de contagion affective), mais de se représenter les sentiments, les désirs et les croyances d'autrui. Elle ne s'adresse pas seulement à la subjectivité consciente. Pour Wispé [37], « l'empathie consiste à comprendre autrui. Être en sympathie avec l'autre consiste à se soucier de son bien-être ». L'empathie apparaît ainsi comme une simulation mentale consciente de la subjectivité d'autrui. Cette simulation permet de comprendre ce qu'une autre personne pense dans une situation présente, passée, voire même anticipée [3].

## 3. Évolution du concept

La philosophie morale écossaise fut la première à introduire la notion d'empathie. Hume observait dans le *Traité de la nature humaine* [17] que « les esprits de tous les hommes sont semblables quant à leurs sentiments et à leurs opérations, et il n'y a pas d'inclination ressentie par un homme qui ne puisse également affecter tous les autres à un certain degré » (III, p. 197). L'esprit est donc le miroir de l'autre : il reflète les passions, les sentiments et les opinions d'autrui. Hume pense que nous avons originairement un lien d'ordre affectif ou émotionnel avec autrui, parce qu'il y a une transfusion possible des passions entre les hommes par la sympathie. Hume fait aussi référence, dans *Enquête sur les principes de la morale* [18], à l'influence dans la réponse empathique de ce que l'on pourrait nommer la similarité ou la familiarité, « ... la sympathie pour les personnes éloignées de nous est beaucoup plus faible que ce que nous éprouvons pour les personnes proches et voisines... » (p. 139). Smith [30] considérait notre capacité à interpréter les sentiments des autres comme de la « sympathie » (*sympathy*), différente de la contagion des sentiments et des pensées qui conditionnent, chez Hume, le sentiment d'humanité. La sympathie est issue de notre substitution imaginaire à l'autre, et non de la simple transfusion de ses sentiments en nous. Il y distinguait là le trait universel de la nature humaine. Pour Smith « ... le spectateur doit, autant qu'il est possible, se mettre à la place de l'intéressé, [...] il doit, en quelque sorte, adopter jusque dans ses moindres particularités la situation où son semblable se trouve... » (p. 17) ; Smith avait alors décrit sans le savoir la « prise (ou l'adoption) de la perspective de l'autre », certes un peu forcée.

*L'Einführung* (terme allemand traduit en français par « empathie » ou « intropathie ») est à l'origine un thème du romantisme allemand qui désigne une projection du moi dans les êtres, et destiné à rendre compte d'un mécanisme de sensibilité esthétique par lequel nous accédons au sens de l'œuvre d'art en nous mettant à la place de l'objet représenté (Vischer, 1873, in [14]). Discutant d'une part Avenarius et son concept *d'introjection*, d'autre part Max Scheler et sa théorie de la sympathie (*Einsführung*), Husserl fait de l'empathie le phénomène décisif sur la base duquel une intersubjectivité s'établit pour constituer un monde commun. L'empathie husserlienne est principalement une médiation cognitive. Au contraire, le concept schélérien *d'Einsführung* a plutôt une signification plus immédiate et émotionnelle [29]. L'intuitionnisme émotionnel de Scheler ressortit à l'identification avec la souffrance d'autrui. Scheler distingue alors l'empathie émotionnelle et deux types de formes extrêmes d'empathie symbiotique (*Einführung* qua *Einsführung*) : l'*Einssetzung*, la fusion affective et la *Gefühlsansteckung*, la contagion affective. Or, le *Dasein* est un *Mitsein*, il est immédiatement parmi les autres et les reconnaît comme ses proches, indépendamment et en amont de toute perspective théorique. Dans le domaine philosophique post-husserlien, Ricœur propose le terme d'« intropathie » avec la notion « d'un sentir avec » ou « d'un sentir dans ». Théodor Lipps, psychologue à Munich au début du xx<sup>e</sup> siècle, transposa

le néologisme allemand « *Einfühlung* » utilisé dans le domaine de l'esthétique vers la psychologie. Il considérait l'empathie comme un concept clé en psychologie et en sociologie, et en faisait un des mécanismes de base de la connaissance de soi-même et des autres. Pour lui, le fait de voir une expression sur un visage réveille « automatiquement » les afflux nécessaires à la production de cette expression. Ces afflux induisent alors en lui l'état affectif interne correspondant à cette expression. La vision de l'expression correspond alors à un « début d'imitation », une « imitation interne » [21]. On peut voir là les prémisses du simulationnisme à travers l'imitation interne décrite par Lipps (*inner imitation*). Mais Lipps a surtout été le premier à décrire le phénomène de la participation active par nos kinesthèses<sup>1</sup> aux mouvements et actions dans l'acte même de les percevoir. Puis, le psychologue E.B. Titchener créa le terme d'empathie dans les années 1920, à partir du grec *empathia* (sentir intérieurement). Selon lui, l'empathie s'apparente à une imitation physique de l'affliction d'autrui, imitation qui suscite les mêmes sentiments en soi. Freud a fait référence au concept d'*Einfühlung* à de nombreuses reprises. Dans « Psychologie des masses et analyses du moi », il écrit, à propos de l'identification : « ... Le processus que la psychologie appelle "empathie", qui prend la plus grande part de notre compréhension de ce qui est étranger au moi chez d'autres personnes » et remarque qu'il entend dans ce travail « ... se limiter aux tout premiers effets affectifs de l'identification et laisser ainsi de côté sa significativité pour notre vie intellectuelle ». Et ajoute : « ... Partant de l'identification une voie mène, par l'imitation, à l'empathie, c'est-à-dire par la compréhension qui nous rend possible toute prise de position à l'égard d'une autre vie d'âme » [11]. Pour Decety [2], il serait tentant de voir dans l'identification, l'imitation et l'empathie les trois facettes d'un même processus. Certains auteurs insistaient sur l'importance de la familiarité et de la similarité dans la facilitation de l'empathie et la prise de perspective. Titchener pensait qu'au travers de l'empathie, on ne pourrait comprendre les individus qu'ayant une similarité morale et intellectuelle (1915, cité in [37]). Hume remarqua qu'il était plus facile de sympathiser avec quelqu'un s'il partage quelque chose en commun avec nous [17]. Selon Freud, « tout ce qui établit des valeurs communes entre les gens éveille la sympathie, l'identification » [12].

Pour conclure sur l'*Einfühlung*, nous retiendrons qu'aucun des termes sympathie, empathie ou intropathie ne prend en compte les notions d'excentration et de jouissance incarnées dans ce concept [10]. En réalité, la meilleure définition de l'*Einfühlung*, reprise par Worringer [38], est celle de Lipps : « La jouissance esthétique est une jouissance de soi objectivée. »

Le terme d'empathie sera remis à l'honneur par la psychanalyse à partir des années 1960, grâce en partie à Greenson [16],

<sup>1</sup> Selon Husserl, les kinesthèses ou sensations kinesthésiques sont la perception des mouvements de son corps propre qui permet au sujet percevant de distinguer les mouvements qui affectent l'objet des mouvements qui affectent son propre corps, ou plus précisément dont il est l'initiateur et le sujet.

soulignant la pertinence de ces valeurs de proximité, d'intersubjectivité et d'identification. Mais l'empathie prend toute sa dimension dans le courant de l'Egopsychologie, où elle est considérée comme la pierre angulaire de toute relation thérapeutique. Dans l'approche centrée sur la personne élaborée par Carl Rogers, la compréhension empathique est « une façon d'être » dans laquelle le thérapeute est immergé de manière sensitive dans le monde d'expérience de son client. Pour Rogers, le rôle du thérapeute sera donc de ressentir les sensations et les émotions que son client éprouve et de lui communiquer cette compréhension en retour. Pour Rogers [27], le processus d'empathie repose alors sur le mode du « comme si » (*as if*). Cette dernière distinction est primordiale car elle distingue significativement, pour le thérapeute, le processus d'empathie de celui de l'identification. Cette compréhension de l'intérieur « est une façon de sentir le monde intérieur du client et sa signification intime comme s'il était le nôtre, mais en n'oubliant jamais que ce n'est pas le nôtre » [28].

Actuellement, on peut concevoir l'empathie comme une simulation mentale consciente de la subjectivité d'autrui.

#### 4. L'empathie en tant que phénomène

« La communication ou la compréhension des gestes s'obtient par la réciprocité de mes intentions et des gestes d'autrui, de mes gestes, de mes intentions lisibles dans la conduite d'autrui », Merleau-Ponty, *Phénoménologie de la perception*, 1945 [22], (p. 215).

« C'est par mon corps que je comprends autrui, comme c'est par mon corps que je perçois des "choses" », Merleau-Ponty, *Op. cit.* (p. 216).

L'empathie, pensée de façon relativement extensive, n'échappe pas aux différentes terminologies, même dans une approche phénoménologique. Ainsi, différentes définitions sont apparues autour du projet d' « intentionnalité », telles qu'une capacité intentionnelle élémentaire, un type unique d'acte intentionnel, et un processus général intentionnel.

C'est à travers l'expérience partagée du monde donné par la présence d'autrui que l'objectivité peut être constituée. Pour Husserl, le corps est l'instrument principal pour la capacité de partager l'expérience avec les autres. Ce que nous faisons du comportement des autres agents implicitement intelligibles est le fait que leur corps soit vécu non comme un corps matériel (*körper*) mais plutôt comme quelque chose de vivant (*le ib*), quelque chose d'analogue à notre expérience de corps agi, de corps vécu. Autrui ne m'est donc pas directement présenté ou donné, mais indiqué, et en premier lieu par son corps. Le corps vivant, par sa cinématique, nous indique qu'il a en lui une vie, une force vitale. Quand je vois un autre homme, son corps – qui m'est donné en personne dans la perception tel n'importe quel objet physique – m'indique qu'il est le corps d'une certaine conscience. Par analogie avec cette expérience de mon corps comme *Leib*, je peux percevoir le corps de l'autre comme corps-d'un-autre-homme (« représentation analogisante »). Husserl, réfutant le raisonnement analogique, précise

que c'est par une opération spontanée de ma conscience qu'un corps prend son sens d' « autrui » face à moi. Le corps d'autrui « tient son sens d'une transposition aperceptive à partir de mon propre corps » [19]. Pour Merleau-Ponty [22], c'est par son corps, considéré comme système de prises sur le monde et manifestation dans mon champ perceptif, qu'autrui m'apparaît. Il me devient alors possible de lire les intentions et les gestes d'autrui, car « le geste est devant moi comme une question, il m'indique certains points sensibles du monde, il m'invite à l'y rejoindre. [...] Il y a confirmation d'autrui par moi et de moi par autrui » (p. 216).

L'empathie est profondément ancrée dans l'expérience de notre corps vécu, et c'est cette expérience qui nous permet de reconnaître les autres non pas comme des corps dotés d'esprit mais comme des personnes semblables. Selon Husserl, il ne pourrait pas y avoir de perception sans conscience du corps agi. L'empathie est ce qui me fait reconnaître autrui non pas comme un seul objet, mais comme un *alter ego* qui, malgré sa différence persistante, vise le même monde que moi (Husserl, *in* [5]). Il a ainsi pu renouveler la compréhension de l'empathie et anticiper le développement des neurosciences contemporaines parce qu'il n'en a pas fait le fondement de l'intersubjectivité ; au contraire, il a fait de l'intersubjectivité le point de départ d'une intelligence de l'empathie. Stein (1912–1964, *in* [14]) précise que le concept d'empathie n'est pas simplement limité aux sentiments ou émotions des autres. Il existerait une connotation plus élémentaire de l'empathie : l'autre est vécu en tant qu'autre comme en tant que soi-même à travers la reconnaissance de la similarité. Une part importante de celle-ci réside dans l'expérience commune de l'action. Cette expérience commune s'avère alors être l'ossature de l'identité partagée. Dans une approche néo-husserlienne, Depraz [5] a récemment distingué quatre niveaux complémentaires d'empathie :

- le couplage involontaire de son corps « vivant » avec le corps « vivant » de l'autre dans la perception et l'action ;
- la transposition imaginaire de soi-même dans la situation de l'autre ;
- l'interprétation d'autrui comme un Autre pour soi et de soi comme un Autre pour autrui ;
- la perception éthique et morale d'autrui.

L'expérience empathique est stratifiée, comme le montre la méthode statique : la donation première est perceptive, autrui apparaît dans mon champ perceptif et les autres niveaux d'appréhension d'autrui s'édifient à partir de cette première étape :

- La première forme d'empathie, le couplage (*paarung*)<sup>2</sup> dynamique des corps « vivants » de soi et d'autrui, fait référence au niveau préréflexif de la perception et de l'action. C'est un phénomène immédiat, direct, primaire et passif, dans le sens où il n'est pas initié volontairement, et consti-

tue le fondement de toutes les autres formes d'empathie. On retrouve ici l'influence d'Husserl à travers « les synthèses passives » de l'expérience – manifestations automatiques, antépédicatives et vécues corporellement. Fuchs voit dans les synthèses passives husserliennes le phénomène du mouvement corporel participant à la connaissance implicite de soi et de l'autre (*in* [24]). Gallese [13] décrit deux types d'identité (identité sociale pour certains, subjectivité pour d'autres) afin de rendre compte de la constance des interactions sociales à travers les espèces et les cultures : une identité en tant qu'unicité (*i.e.* que nous possédons individuellement : *i-identity*) et une identité partagée (*i.e.* que nous partageons avec les autres : *s-identity*). Cette dernière est régie par une série de « certitudes implicites » que nous recevons au sujet des individus que nous côtoyons. Ces « certitudes implicites », constitutives de la relation intersubjective, contribuent au sens de l'autre. Le sens de l'identité avec l'autre donne alors naissance à l'identité partagée. Pour Gallese, une forme préréflexive, implicite de la compréhension de l'autre, est fondée sur un sens solide de l'identité nous reliant les uns aux autres.

Ce couplage (*coupling* ou *pairing*) représente un lien entre le soi et l'autre sur la base de leur similarité corporelle. Celle-ci n'opère pas tellement à un niveau perceptuel visuel où l'image corporelle apparaît à la conscience tel un objet intentionnel, mais plutôt à un niveau de posture, de geste et mouvement, *i.e.* à un niveau de schéma corporel inconscient. Aussi, l'empathie n'est pas simplement la projection au sens de Lipps ou de Freud, mais bel et bien l'expérience de l'autre comme un sujet vivant corporellement.

- La transposition imaginaire (*Übertragung, imaginary transposition*) dans les vécus psychiques d'autrui représente la deuxième forme d'empathie. À l'appréhension immédiate, passive et perceptive s'ajoute spontanément une opération active, consciente et même volontaire par laquelle je m'efforce d'accéder à la conscience d'autrui. Au lieu d'un couplage corporel de soi et de l'autre, involontaire et simple, les processus de prise de perspective cognitive sont employés pour imaginer ou transposer mentalement soi-même en la place de l'Autre. Cette médiation qui s'effectue dans l'impossibilité d'accéder immédiatement à la conscience d'autrui est le fait de l'imagination qui repose sur la perception mais de façon différée : tout se passe « comme si » (*als ob, as if*) je pouvais être à sa place sans y aller. Cette transposition (*Versetzung*)<sup>3</sup> témoigne de la spatialisation de l'imagination : je suis ici (*hier, hic*) et aussi d'une certaine façon là-bas (*dort, illic*), et de son enracinement dans la spatialité de la relation intercorporelle mise à jour au premier stade. Les deux composantes sont distinctes mais simultanées et articulées comme les deux facettes de la même expérience (il y a, inséparablement, ce qu'autrui manifeste à moi en apparaissant dans le champ perceptif et ce qu'il me permet de saisir de lui à travers un acte d'imagination) ;

<sup>2</sup> *Paarung* désigne l'accouplement, l'appariement, le couplage.

<sup>3</sup> *Versetzung* signifie déplacement, transposition, transfert.



- La troisième forme d'empathie repose sur la compréhension et l'interprétation d'autrui dans la communication et le langage. Selon Husserl, ce niveau n'est pas constitutif, l'expérience d'autrui est donnée dans la perception et l'imagination, elle ne présuppose pas la communication gestuelle ou verbale qui vient seulement s'y ajouter. Stein élabore le terme d'empathie « réitérée » pour signifier que je me perçois à partir de la perspective de l'autre et ainsi que je me saisis moi-même, tel un individu dans un monde intersubjectif ;
- La dernière forme d'empathie est la reconnaissance de l'Autre comme une personne qui mérite attention et respect. Dans une perspective évolutionniste, selon Piaget et Tomasello, la compréhension morale commence à émerger au moment où les enfants perçoivent les autres comme des agents intentionnels. Cela ne provient pas de règles quelconques imposées par le monde adulte mais plutôt de la capacité à expérimenter l'empathie. Aujourd'hui, rejetant une philosophie morale kantienne galvaudée, nous sommes amenés à penser que les sentiments moraux apparaissent en premier, suivis par les principes moraux [7]. L'éthique ici doit être appréhendée comme une responsabilité à l'égard d'une personne qui ressent des émotions. Pour Husserl, la dimension éthique ou affective n'est pas plus constitutive de l'expérience que la dimension langagière. Sa démarche est alors dominée par le souci de connaître, sa conception de l'intersubjectivité par le souci de connaître autrui. Max Scheler [29] a critiqué cette vision en insistant sur le caractère fondamentalement éthique et affectif de l'expérience d'autrui.

## 5. La naturalisation de l'empathie : un modèle neurophénoménologique ?

« La biologie consciente tend vers la philosophie »

Merleau-Ponty, *La philosophie aujourd'hui*, 1958–1959 [23].

Le modèle émergentiste de l'énaction tel que proposé par Varela et fuyant tout réductionnisme a permis une nouvelle forme de naturalisation de la conscience. L'empathie serait-elle aussi en passe d'être naturalisée ? Les nombreux travaux sur le sujet tendent à le prouver, comme en témoignent les écrits de Gallese ou Thompson. Ceux de Decety, quant à eux, paraissent encore trop proches des théories néodarwiniennes et du modèle neuropsychologique.

Mais ici, cette démarche doit nous inciter à penser l'empathie comme un « retour aux choses elles-mêmes »<sup>4</sup> [20]. Or, la phénoménologie s'inscrit naturellement dans cette démarche, qui consiste en l'étude des phénomènes et non des faits par le biais de la réduction phénoménologique (ou *l'époché*). « C'est l'essai d'une description directe de notre expérience telle

qu'elle est, et sans aucun égard à sa genèse psychologique et à ses explications causales » [22].

Une approche phénoménologique implique l'abandon de l'attitude naturelle et, par là même, d'aller – comme le souligne Blankenburg – contre « le courant de la façon dont la science se comprend elle-même ». Il s'agit alors d'abandonner ou plutôt de mettre en suspens tout présupposé ou *a priori* théorique susceptible de parasiter ou d'entacher le vécu expérimentiel du monde au sens large. Cette « conversion du regard », terme employé par Merleau-Ponty [22] pour revenir à l'expérience qui est la source de la perception, est une conversion liée à une critique de la science et de la philosophie réflexive traditionnelle. Autrement dit, la phénoménologie précise la proximité absolue de l'observateur et de l'objet observé et seule la réduction phénoménologique – selon Sartre – nous permet de remonter plus haut que le psychique, plus haut que la situation de l'homme dans le monde, jusqu'à la source de l'homme, du monde et du psychique : la conscience transcendante. Elle fuit ainsi la théorie pour tendre vers la praxis.

Selon Varela, l'énaction doit faire retour à l'expérience humaine grâce à une réflexion non théorique, mais incarnée, dans laquelle l'esprit et le corps ne font qu'un. Cette émergence de la « cognition incarnée » (*embodied cognition*) est issue du couplage structurel avec l'environnement. Cela signifie qu'il n'y a pas de prédonné, ou *a priori*, mais simplement des phénomènes implicites expérimentés corporellement. À un niveau phénoménologique, l'esprit est par nature sensible à « l'intersubjectivité » car il se forme essentiellement grâce à l'interaction avec d'autres esprits (Husserl, 1960 ; Zahavi, 1996, 2001 ; Thompson, 2001, *in* [31]). L'intersubjectivité requiert alors un processus mental décrit par Thompson [32] comme l'« expérience passive, pré-réfléchie de l'autre, être incarné comme soi-même » (p. 12). Mishara, d'obédience phénoménologique, se référera aussi à la cognition incarnée pour décrire le sens commun alors inscrit dans des phénomènes identiques ([24]). Et c'est en ce sens que la phénoménologie et l'énaction peuvent converger vers un même point : l'expérience effective.

Aujourd'hui, l'irréductibilité du phénomène de la conscience à toute justification empirique n'est plus à démontrer ; cependant, une telle avancée ne doit pas faire oublier la nécessité de conditions écologiques pour l'expérimentation scientifique.

Pour Varela et Shear [34], la phénoménologie n'est pas transcendante mais, conformément au sens étymologique du terme, elle permet d'expliquer ce qui se manifeste « en première personne », en vue de le naturaliser. Dans le sillage de Varela, Thompson [32] approche l'expérience humaine de l'empathie en naviguant (*mutual circulation*) à travers différents courants comme les sciences cognitives, la phénoménologie et la psychologie contemplative bouddhiste. Il affirme que cette expérience humaine dépend constitutionnellement du

<sup>4</sup> *Zurück zu den Sachen selbst*, où *Sache* signifie moins la chose au sens d'objet physique que l'affaire, l'enjeu, la cause.

<sup>5</sup> Le terme *embodiment* signifie la « corporéité » au sens de Merleau-Ponty. La corporéité désigne à la fois le corps comme structure vécue et comme contexte ou lieu des mécanismes cognitifs.

couplage dynamique et de la synchronisation du soi et de l'autre dans l'empathie, et que phénoménologie et psychologie contemplative révèlent une intersubjectivité relationnelle antérieure aux concepts réifiés du « soi » et de l'« autre ». Il suggère par ailleurs un rapprochement entre sciences et expérience contemplative, mais celui-ci ne sera possible que si les sciences renouent avec l'expérience à la « première personne »<sup>6</sup> (plutôt qu'à la « troisième personne ») en l'incorporant directement dans les méthodes de recherche empirique. Et c'est de cette nouvelle approche de la méthodologie que peut naître « la neurophénoménologie »<sup>7</sup>.

Une phénoménologie de l'empathie pourrait être issue de la rencontre du corps, cet « être-chair » et de l'« autre soi », *l'alter ego*. Comme le disait Minkowski, l'homme est fait pour rechercher l'humain.

Enfin, Depraz, dans la lignée de Francisco Varela, souligne que, malgré les différences de perspectives, épistémologique et métaphysique dans la phénoménologie husserlienne, spirituelle et éthique dans le bouddhisme, la primauté accordée à autrui est incarnée dans une même pratique expérientielle de la compassion [5,6,33,35,36].

## 6. Conclusion

Nous avons vu que l'empathie constitue un concept multiforme et hétérogène qui s'exprime donc à travers différents phénomènes comme la projection, l'imitation, l'identification et l'altruisme.

Le phénomène empathique est à l'origine de toute relation thérapeutique. L'écoute doit être empathique et bienveillante et l'attitude générale valorisante. Il s'agit d'adopter une posture rassurante et douce et de privilégier l'accès au corps, par le toucher par exemple [15]. Par conséquent, les professionnels de la santé mentale doivent comprendre les aspects relationnels et les enjeux de l'intersubjectivité, les notions de vulnérabilité et de souffrance. L'éthique relationnelle, qui a pour fondement nos relations et engagements réciproques, est notre capacité d'être attentif, réceptif et soucieux de l'autre. Elle constitue alors une condition nécessaire et une dimension essentielle pour que la rencontre ait lieu.

<sup>6</sup> Daniel Dennet emploie le néologisme anglais « autophénoménologique » pour décrire cette méthodologie à la « première personne » inspirée de la phénoménologie. Celle-ci reste vivement critiquée par Dennet [4] qui adopte la méthode « hétérophénoménologique » (ou neutre) à la « troisième personne » où la conscience ne peut être investiguée que comme conscience de l'autre. Il rejette la science à la « première personne » (apparentée à la phénoménologie husserlienne), pourtant reconnue par Husserl, James et Varela. Certains verront d'ailleurs dans l'*hétérophénoménologie* comme une conception non phénoménologique [25].

<sup>7</sup> Selon Bitbol, la science élargie au sens de la neurophénoménologie est une science de l'articulation entre le subjectif et l'objectif via les règles communes de la coordination intersubjective.

## Références

- [1] Buie D.H. Empathy: Its nature and limitation. *J Am Psycho-Anal Ass* 1981;281–307.
- [2] Decety J. Naturaliser l'empathie. *Encéphale* 2002;38:9–20.
- [3] Decety J. L'empathie est-elle une simulation mentale de la subjectivité d'autrui ? In: Berthoz A, Jorland G, editors. *L'Empathie*. Paris: Odile Jacob; 2004. p. 53–88.
- [4] Dennet D. The Fantasy of First-Person Science, a written version of a debate with David Chalmers, held at Northwestern University, Evanston (IL), February 15, 2001, supplemented by an email debate with Alvin Goldman.
- [5] Depraz N. The Husserlian Theory of Intersubjectivity as Alterology: Emergent Theories and Wisdom Traditions in the Light of Genetic Phenomenology. *Journal of Consciousness Studies* 2001;8:169–78.
- [6] Depraz N, Varela FJ. Imagining: Embodiment, Phenomenology, and Transformation in Buddhism and Science. In: Alan Wallace B, editor. *Breaking New Ground: Essays on Buddhism and Modern Science*. New York: Columbia University Press; 2003. p. 195–233.
- [7] De Waal F. *Le bon singe : les bases naturelles de la morale*. Paris: Bayard « Essais »; 1997.
- [8] Doron R, Parot F. *Dictionnaire de psychologie*. Paris: PUF « Quadrige »; 2003.
- [9] Eisenberg N, Strayer J. Critical issues in the study of empathy. In: Eisenberg N, Strayer J, editors. *Empathy and its Development*. New York: Cambridge University Press; 1987. p. 3–15.
- [10] Fernandez-Zoila A. Einfühlung, abstraction, Kandinsky. In: Belzeaux P, Chazaud J, Palem RM, editors. *La psychiatrie devant le surréalisme*. *Psychiatrie et arts plastiques*. Les Cahiers Henri Ey; 2004. p. 173–99 (n° Spécial 12-13).
- [11] Freud S. *Psychologie des masses et analyse du Moi*, in *Œuvres complètes*, XVI. Paris: PUF; 1920.
- [12] Freud S. *Collected works chronologically arranged*. Works from the years 1932–1939. Imago Publishing Company; 1950.
- [13] Gallese V. The 'shared manifold' hypothesis: From mirror neurons to empathy. *J Consc Stud* 2001;8:33–50.
- [14] Gallese V. The Roots of Empathy. *The Shared Manifold Hypothesis and the Neural Basis of Intersubjectivity*, *Psychopathology* 2003;36:171–80.
- [15] Gallese V. *Intentional attunement: Embodied Simulation and its Role in Empathy and Social Cognition*. PSN; 2005 (submitted).
- [16] Greenson RR. Empathy and its vicissitudes. *Int J Psychoanal* 1960;41:418–24.
- [17] Hume D. *Traité de la nature humaine*. Paris: GF-Flammarion; 1993 (3 tomes [t. II, *Les Passions*, trad. J.-P. Cléro, 1991, t. III] *La Morale*, trad. Ph. Saltel).
- [18] Hume D. *Enquête sur les principes de la morale*. Trad. Ph. Baranger et Ph. Saltel. Paris: GF-Flammarion; 1991.
- [19] Husserl E. *Méditations cartésiennes*. Paris: Vrin; 1929.
- [20] Husserl E. *La philosophie comme science rigoureuse*. Paris: PUF « Épiméthée »; 2003.
- [21] Jeannerod M, Georgieff N. *Psychanalyse et science(s)*. EMC psychiatrie; 2000 (37-811-A-30).
- [22] Merleau-Ponty M. *La phénoménologie de la perception*. Paris: Gallimard « Tel »; 1945.
- [23] Merleau-Ponty M. *La philosophie aujourd'hui, cours de 1958–1959*. In: notes de cours, 1959–1961. Paris: Gallimard; 1996.
- [24] Naudin J. *La psychiatrie phénoménologique: une anthropologie de la vie quotidienne*. PSN; 2003 (Volume 1, numéro 2).
- [25] Petitot J, Varela F, Pachoud B, Roy JM. *Naturaliser la phénoménologie*. *Essais sur la phénoménologie contemporaine et les sciences cognitives*. Paris: CNRS Édition; 2002.
- [26] Preston SD, de Waal FBM. Empathy: Its ultimate and proximate bases. *Behav Brain Sci* 2002;25:1–20.
- [27] Rogers C. *A way of being*. Boston: Houghton Mifflin; 1980.

- [28] Rogers C. Client-centered psychotherapy. In: Freedman AM, Caplan H, Sadock BJ, editors. Comprehensive textbook of psychiatry. Baltimore: Williams and Wiley, Wikins; 1985.
- [29] Scheler M. Natures et formes de la sympathie : Contribution à l'étude des lois de la vie affective. Paris: Payot « Petite Bibliothèque Payot »; 1928–2003.
- [30] Smith A. In: Théorie des sentiments moraux. trad. Marquise de Condorcet. Éditions d'Aujourd'hui, « Les Introuvables »; 1982. p. 17–9 [(A), p. 53-54 (B)].
- [31] Stern ND. Le moment présent en psychothérapie. Un monde dans un grain de sable. Paris: O. Jacob; 2003.
- [32] Thompson E. Empathy and Consciousness. Journal of Consciousness Studies 2001;8:1–32.
- [33] Thompson E. Empathy and Human Experience, “Templeton Lecture Series on “Science, Religion, and Human Experience”, University of California, Santa Barbara, February 7, 2002.
- [34] Varela FJ, Shear J. The View from Within : First-person Methods in the Scientific Study of Consciousness. Exeter: Imprint Academic; 1999.
- [35] Varela F, Thompson E, Rosch E. L'inscription corporelle de l'esprit, trad. Véronique Havelange. Paris: Seuil; 1993.
- [36] Varela FJ, Depraz N. Imagining : Embodiment, Phenomenology, and Transformation in Buddhism and Science. In: Alan Wallace B, editor. Breaking New Ground: Essays on Buddhism and Modern Science. New York: Columbia University Press; 2003. p. 195–233.
- [37] Wispé L. History of the concept of empathy. In: Eisenberg N, Strayer J, editors. Empathy and its development. Cambridge University Press; 1987.
- [38] Worringer W. Abstraction et Einfühlung. Paris: Klincksieck; 1977.

## Discussion

*Dr P. Houillon* – La définition de l'empathie est plus difficile qu'il n'y paraît. Sa formulation traduit l'idée que l'auteur s'en fait et l'usage qu'il en attend. L'étude très documentée des auteurs de cette communication passe en revue des courants qui se sont intéressés à cette question avec le vocabulaire et dans l'esprit de leur discipline. C'est ainsi qu'avec pertinence ils ont évoqué Husserl et le courant néo-husserlien, Carl Rogers, Freud... autant d'auteurs qui se sont penchés sur les modes de relation à autrui. Il n'est pas surprenant qu'ils aient chacun leur propre vision de l'empathie. S'il nous fallait être exhaustif, il faudrait faire une synthèse des propositions des uns et des autres, mais elle serait à n'en pas douter menacée de syncrétisme. Ce que nous venons d'entendre se rattache aux définitions classiques que n'épargnent pas cependant quelques pièges. En résumé, l'empathie est ainsi envisagée comme une aptitude à se mettre à la place d'un autre, à comprendre autrui, à interpréter le comportement d'un *alter ego*, d'une « personne » comme nous, c'est-à-dire de quelqu'un qui pense ce qu'un autre pense, qui se représente les croyances d'autrui, saisit une disposition d'esprit, qui a le sens de soi et le sens des autres. Dans un tel énoncé, la question de l'altérité n'est pas évoquée. Or, il n'y a pas d'empathie possible sans avoir conscience de cette altérité. N'est-ce pas parce que l'autre est perçu comme autre, comme « étranger », que l'empathie prend de la valeur et du sens ? Sinon, elle risque d'être altérée par le retour du thérapeute sur lui-même, entraîné par la complaisance dans le soutien ou par un ressenti personnel, ce qui ne lui permet pas d'agir avec l'objectivité souhaitable. Dire que l'empathie naît dans l'intersubjectivité, comme cela a été rappelé, signifie bien qu'elle s'inscrit dans une relation interpersonnelle qui ne peut prendre toute sa dimension que s'il existe un espace de travail suffisant pour le langage et l'action propre du thérapeute.

*Pr M. Laxenaire* – À propos de votre intervention très complète, je voudrais faire deux remarques :

Vous n'avez pas cité un terme qui était très utilisé il y a quelque temps à la suite des travaux de Carl Rogers, c'est celui de « congruence ». La congruence, c'est l'adéquation entre ce qui est exprimé et ce qui est vécu. Carl Rogers théo-

risait l'empathie dans le cadre des « groupes de rencontre » qu'il avait contribué à créer.

Ma deuxième remarque concerne un phénomène tout différent ; lors d'une conférence, J.-P. Changeux a montré des images cérébrales recueillies chez des sujets en état d'empathie qui étaient tout à fait symétriques : les mêmes zones cérébrales étaient activées au même moment chez un sujet éprouvant de la douleur et chez celui qui ressentait cette même douleur chez l'autre.

*Dr C.-J. Blanc* – Il faut remercier notre collègue le Dr Boulanger d'avoir remis en débat le concept d'empathie, qui est un élément clé des relations intersubjectives, de l'expérience esthétique et, bien sûr, de la relation malade-médecin. Un concept « nomade », a-t-il été dit. Il faut cependant le circonscrire pour lui préserver sa pertinence. Dans la relation diagnostique et thérapeutique dans notre spécialité, l'usage de l'empathie tempère heureusement les dérives dévitalisées issues des questionnaires et inventaires statistiques qui, au nom de l'objectivité, transforment le vécu de la subjectivité en « fumées algébriques », comme le disait Karl Jaspers il y a bien longtemps... La sémiologie relationnelle par empathie et contact affectif direct a bien sûr la préférence de toutes les positions qui se réclament d'une saisie de la phénoménologie de la subjectivité. Signalons à ce propos les excellents ouvrages de Natalie Depraz sur la « conscience » (que j'ai analysé dans notre revue) et de Ferdinand Alquié sur la « conscience affective » comme sources de connaissances. À propos des travaux de F. Varela, Natalie Depraz a proposé d'intéressantes approches neurophénoménologiques qui relancent comme toujours le fameux « Brain-mind problem ». Le recours aux métaphysiques du bouddhisme proposé par Varela pose des problèmes et suscite de nombreuses réserves, pour nous Occidentaux imprégnés de cultures gréco-romaines et judéo-chrétiennes.

En ce qui concerne les « expériences de pointe » (*peak experiences* des Anglo-Saxons) dans les domaines esthétiques, philosophiques ou mystiques, le concept d'empathie se situe dans des configurations encadrées par deux autres concepts clés : l'*esemplasia* ou mise en unité et en totalité utilisée par les poètes romantiques anglais, en particulier par Coleridge, et

développée par Schelling dans ses réflexions sur l'expérience esthétique, et bien sûr l'époché, la réduction husserlienne, la mise entre parenthèses qui constitue le mouvement inverse du concept précédent. Merci encore au Dr Boulanger pour cette communication d'un exceptionnel intérêt.

*Réponse du Rapporteur* – Au Dr Houillon : Ces brèves remarques exigeraient, bien entendu, d'être développées plus longuement, d'autant plus que l'expérience d'autrui reste un champ d'étude quasi infini puisqu'il introduit un grand nombre de théories. Concernant la place de l'altérité comme condition nécessaire à l'émergence de l'empathie, j'ai préféré me centrer sur le principal courant, la phénoménologie, que j'expérimente en psychopathologie clinique. Le problème, ici, est que nous nous situons à deux niveaux différents, à la fois conceptuels et temporels. L'altérité et l'intersubjectivité sont des concepts qui ne se recouvrent pas et ne se chevauchent pas. Selon Husserl, l'empathie est ce qui me fait reconnaître autrui non pas comme un seul objet, mais comme un *alter ego* qui, malgré sa persistance différente, vise le même monde que moi. Mais il a en même temps toujours insisté sur la différence irréductible entre mes vécus et ceux d'autrui. Pour sa part, Dan Zahavi, phénoménologue danois, tente de fonder l'intersubjectivité non sur l'expérience du corps charnel comme expression, mais sur celle de l'altérité inhérente à mon propre corps comme corps charnel, et de découpler par là la question de la constitution de l'intersubjectivité par l'empathie de celle de l'intersubjectivité qu'il appelle constituante.

Au Pr Laxenaire : Vous avez raison de souligner le caractère essentiel du travail de Carl Rogers qui rend compte du processus empathique dans la relation thérapeutique. Carl Rogers est à l'origine du *counseling* centré sur le client et situe l'empathie au centre de la perspective humaniste en psychologie clinique. Les techniques d'écoute « rogorienne » représentent un processus dynamique qui est parfaitement défini avec trois principes-repères : la considération positive inconditionnelle, la congruence et l'empathie. Le premier principe procède d'un respect total de la personne, sans jugement, sans intention de lui imposer une manière de voir, dans l'acceptation *a priori* de sa bonne foi et de ses choix. Cette dimension capitale suppose d'être centrée sur la personne que l'on écoute. Mais, même si cela peut paraître paradoxal, elle nécessite qu'on soit aussi centré sur soi-même, dans une attitude que Rogers désigne sous le nom d'authenticité ou de « congruence ». Sans congruence ni considération positive inconditionnelle, il ne peut y avoir d'empathie. Il doit y avoir un ajustement préalable et permanent entre les trois attitudes. Toujours selon Rogers, l'empathie se définit alors comme l'aptitude du thérapeute à « percevoir avec précision le système interne de référence d'autrui, avec les composants et significations qui s'y rapportent, sans jamais perdre de vue ce comme si (*as if*) ». En réalité, l'empathie consiste à reconnaître l'état émotionnel immédiat d'autrui mais sans, dans le même temps, perdre le sien. Mais pour comprendre autrui de façon empathique, se mettre à sa place ne suffit pas. Il faut en effet pouvoir partager une histoire, un événement de vie qui puisse faire écho à notre propre expérience vécue. Dernièrement, le phénoménologue américain Shaun

Gallagher a souligné le rôle de la compétence narrative (*narrative competency*) dans le processus empathique. Les conditions nécessaires pour sa réalisation font appel aux capacités d'intégration temporelle, à la référence à soi minimale, à la mémoire épisodique et à la métacognition.

À propos de la neuro-imagerie émotionnelle, née de la révolution des neurosciences, les quelques travaux sur le sujet (Jackson *et al.*, 2004 ; Singer *et al.*, 2004) ont confirmé ce que l'on savait déjà à un niveau théorique. Ces expériences évaluent principalement l'empathie par des mesures de la perception de la douleur chez autrui. L'équipe de Tania Singer a étudié chez des femmes l'activation cérébrale en IRMf lorsqu'elles sont soumises à des chocs électriques sur leurs mains et lorsqu'elles observent leur mari recevoir un stimulus douloureux similaire. Dans cette dernière condition, elles étaient averties quelques secondes avant le choc que celui-ci allait être délivré, et elles pouvaient voir dans un miroir la main de leur époux se contracter sous la douleur. Les résultats montraient que les aires cérébrales sous-tendant la représentation subjective de la douleur (insula antérieure et cortex cingulaire antérieur) étaient sollicitées dans les deux conditions. À l'opposé, les zones sensorimotrices (contrôlant la localisation précise de la douleur corporelle et l'intensité objective de la douleur) l'étaient seulement dans la première condition. La douleur de l'autre était alors devenue leur propre douleur. Leur cerveau se l'était approprié. Par ailleurs, l'activation de l'insula antérieure et du cortex cingulaire antérieur était corrélée aux scores individuels d'empathie. Les résultats suggèrent alors que l'empathie pour la douleur d'autrui implique la composante affective non sensorielle de notre expérience de la douleur. Singer affirme ainsi que notre capacité d'empathie a probablement évolué à partir d'un système représentationnel de nos propres états corporels internes. Une autre équipe, dirigée par Philippe Jackson, a aussi démontré en IRMf que l'évaluation de la douleur provoquée par une situation douloureuse impliquait aussi des réseaux neuronaux recrutés dans la douleur. Pour ce faire, ils ont soumis des photographies de situations douloureuses de la vie quotidienne à des sujets qui devaient en mesurer l'intensité. Les activations retrouvées dans le cortex insulaire antérieur, le thalamus et la partie postérieure du cortex cingulaire antérieur étaient corrélées avec l'intensité de la douleur imaginée. Cependant, l'absence d'activation dans le cortex somatosensoriel infirme l'implication de la théorie des neurones « miroir » dans l'empathie. Tous ces résultats montrent l'implication à la fois de régions cérébrales communes et d'autres distinctes selon que la cible de l'imagination est liée à soi ou qu'elle est liée à l'autre. Cette différence de traitement cérébral entre la perspective de soi et la perspective d'autrui semble essentielle pour qu'un individu arrive à comprendre les intentions et actions de ses semblables. Les chercheurs ont d'ailleurs pu constater, chez des personnes atteintes de schizophrénie, un dysfonctionnement de ces régions cérébrales impliquées dans la conscience de soi et se manifestant par des troubles dissociatifs (en particulier du schéma corporel). En réalité, le niveau primaire de compréhension des autres est chez les humains associé à la conscience de soi et de l'autre, pour lesquels les



cortex préfrontal et pariétal inférieurs jouent un rôle prépondérant. Ces deux régions cérébrales sont essentielles dans les mécanismes qui nous permettent de comprendre que nous avons, comme les autres personnes, des états mentaux qui sont à l'origine de nos comportements, et plus généralement de la compréhension empathique.

Au Dr C.-J. Blanc : Concernant les rapports entre phénoménologie et bouddhisme, je pense que la pratique compassionnelle d'influence orientale nous guide, malgré nous, dans l'élaboration de la relation thérapeutique. Il existe par ailleurs certaines techniques relationnelles auxquelles nous pouvons nous référer, comme l'accès à la dimension corporelle avec le toucher par exemple. Alors qu'Edith Stein, élève de Husserl, a pu faire de l'empathie une expérience mystique de l'incarnation et a ainsi pu parvenir à la notion d'un Dieu présent en nous par empathie, Nathalie Depraz associe quant à elle la phénoménologie non plus au christianisme mais au bouddhisme. Voies de la connaissance, de la méditation et de l'éthique – le bouddhisme offre autant de pistes à explorer qu'il existe d'approches. Comme l'a souligné Evan Thompson, le bouddhisme donne ainsi la possibilité de croiser des champs d'étude

tels que la phénoménologie ou les sciences cognitives. Nous pouvons dès lors élargir cette vision à la connaissance et à la recherche neuroscientifiques en général. Le paradigme de l'énaction tel que décrit par Varela est cette réponse qui consiste à voir la cognition autrement que comme un système de règles formelles, et autrement que comme un réseau de neurones. La méthode que prône alors Varela, pour étrange qu'elle soit, est celle de la méditation bouddhique. Proche de la phénoménologie qui entend revenir aux choses mêmes telles qu'elles se manifestent pour nous, cette attitude de recherche met à bas toute velléité d'accéder à un quelconque fondement stable et universel. Par la suite, elle dessine une nouvelle exigence éthique pour les scientifiques, qui consiste à prendre conscience de l'absence de vérité absolue, et du danger de tout dogmatisme. L'éthique, selon Varela, est d'abord un acte, une manière de faire face, immédiatement, à une situation. Ce que les sages ont privilégié, en particulier celles d'Orient, c'est un perfectionnement progressif de cette posture pratique. Connaître le bien, savoir ce qu'il vaut mieux faire, n'est pas, en l'occurrence, simplement affaire de discours et de discernement théorique.