

LE SENTIMENT D'EMPATHIE

Avec le Pr Thomas Bourgeron, responsable de l'unité de Génétique humaine et fonctions cognitives de l'Institut Pasteur (Paris).

L'empathie favorise les relations interhumaines. Cette faculté de se « mettre à la place de l'autre » n'est pas innée et se développe dans la petite enfance, notamment grâce à l'éducation et à diverses expériences de vie.

L'empathie est la capacité d'une personne à percevoir ou imaginer les sentiments et les sensations d'une autre personne, et donc de pouvoir se mettre à sa place. Elle est nécessaire pour apporter une réponse émotionnelle adaptée au comportement d'autrui. Le développement de l'empathie survient chez l'être humain entre l'âge de 18 mois et 3 ans environ. Cette mise en place très progressive est facilitée par l'observation et l'imitation des adultes. En incitant les enfants à nommer leurs propres émotions puis celles des autres, et à avoir des gestes attentionnés envers autrui, on les aide à développer leur empathie.

Ces dernières années, plusieurs équipes de recherche ont ainsi démontré que la lecture d'œuvres de fiction a des effets positifs sur les aptitudes sociales, et plus particulièrement sur l'empathie. Et que ces effets sont liés à la qualité littéraire des textes : plus les caractères des personnages sont complexes, plus l'effet sur le niveau d'empathie est important.

Mais l'empathie relève aussi de la sensibilité de chacun. Ainsi, selon les tests qui mesurent le degré d'empathie des personnes, les femmes seraient légèrement plus empathiques que les hommes. Et la génétique pourrait aussi être impliquée, comme viennent de le démontrer des chercheurs de l'université de Cambridge, de l'Institut Pasteur, de l'université Paris Diderot, du CNRS et de la société de génétique 23andMe dans une étude publiée en mars dernier par la revue *Translational Psychiatry*. Dans le cadre de cette étude, les scientifiques ont analysé les données génétiques de plus de 46 000 clients de 23andMe, une société qui propose de séquencer votre ADN contre une centaine de dollars. Les clients avaient complété en ligne un questionnaire permettant d'évaluer leur quotient empathique (QE). Leurs résultats confirment que les femmes sont plus empathiques que les hommes, et montrent pour la première fois qu'environ 10 % de la variabilité interindividuelle de ce sentiment est lié à des facteurs génétiques. Par ailleurs, les variants génétiques associés à une plus faible empathie sont également liés à un risque plus élevé d'autisme. « La prochaine étape consiste à étudier un nombre encore plus grand de personnes afin de répliquer ces découvertes et d'identifier les voies biologiques associées aux différences individuelles en matière d'empathie », a déclaré le Pr Thomas Bourgeron, responsable de l'unité de Génétique humaine et fonctions cognitives, à l'Institut Pasteur.