

BLEUET ATYPIQUE

La communication pragmatique

LE DÉFI DE LA COMMUNICATION PRAGMATIQUE : UNE QUESTION DE TRAITEMENT

Au-delà de la simple définition des mots, la communication entre humains repose sur un contrat implicite : les gens partagent un contexte. Pour le cerveau autiste, ce contrat est souvent invisible. Ce n'est pas la capacité à comprendre la langue qui fait défaut, mais bien la vitesse et le mode de traitement des indices qui gravitent autour des mots.

Lorsqu'une personne s'exprime au second degré ou utilise une image, elle envoie deux messages différents au même moment. Alors que le cerveau neurotypique fusionne souvent ces deux informations de manière automatique, le cerveau autiste doit souvent les traiter séparément. Ce mécanisme est appelé traitement **ascendant** (bottom-up) : il analyse d'abord des détails précis avant de tenter de construire une image globale.

En photographie, il existe toutes sortes de lentilles. Pensons aux personnes autistes comme à des lentilles macro, pouvant photographier des insectes et des détails de l'environnement et aux personnes non autistes comme à des lentilles grand angle, capable d'englober tout le paysage d'un clic.

Pour beaucoup de personnes autistes, le langage est un outil de précision chirurgicale. On dit ce que l'on pense, et on pense ce que l'on dit. Pourtant, dans le monde social, les mots cachent souvent des intentions secrètes, des doubles sens ou des émotions contraires.

Dans ce processus, il se produit une déconnexion immédiate entre deux types d'informations :

- **Le message explicite (sens sémantique) :** La définition stricte, logique et factuelle des mots prononcés.
- **Le message implicite (intention pragmatique) :** Ce que la personne veut réellement communiquer (le ton, l'intention, le contexte).

Imaginez qu'il pleuve à torrents et que quelqu'un s'exclame : « Quel temps magnifique ! ». Le cerveau autiste enregistre d'abord l'énoncé comme une erreur factuelle ou une absurdité logique. Une fois qu'il a compris que l'énoncé ne fonctionne pas, il doit mobiliser ses ressources pour effectuer un « calcul mental » rapide pour éventuellement déduire que l'autre exprime en réalité son mécontentement par de l'ironie.

Cette « double analyse » constante n'est pas un processus automatique ; elle génère une charge cognitive invisible et particulièrement épuisante. C'est ce travail de décodage manuel qui peut créer un délai, de la confusion et transformer une simple conversation de routine en une véritable énigme logique, menant souvent à une grande fatigue sociale en fin de journée.

Valérie Jessica Laporte - bleuetatypique.com / Tous droits réservés. Reproduction intégrale autorisée pour usage personnel ou éducatif. Modification et revente interdites.

LA DIFFÉRENCE ENTRE SÉMANTIQUE ET PRAGMATIQUE

LA SÉMANTIQUE

La logique des mots

C'est le sens propre. Si je dis « Il fait froid ici », la sémantique analyse la température et le lieu. C'est l'explicite.

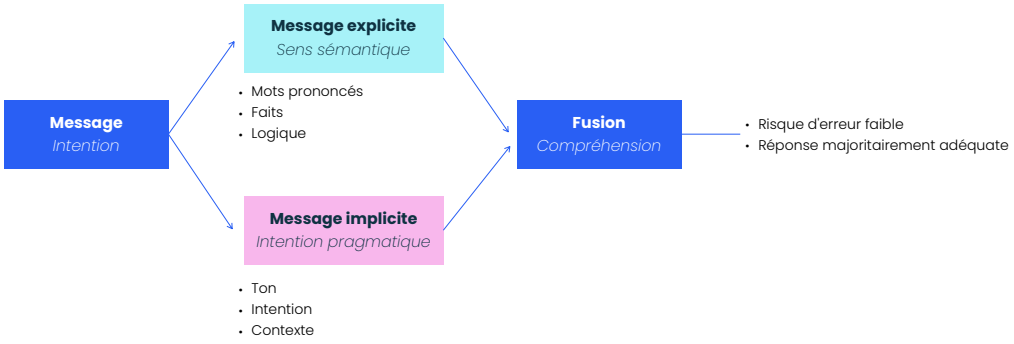
LA PRAGMATIQUE

L'usage des mots

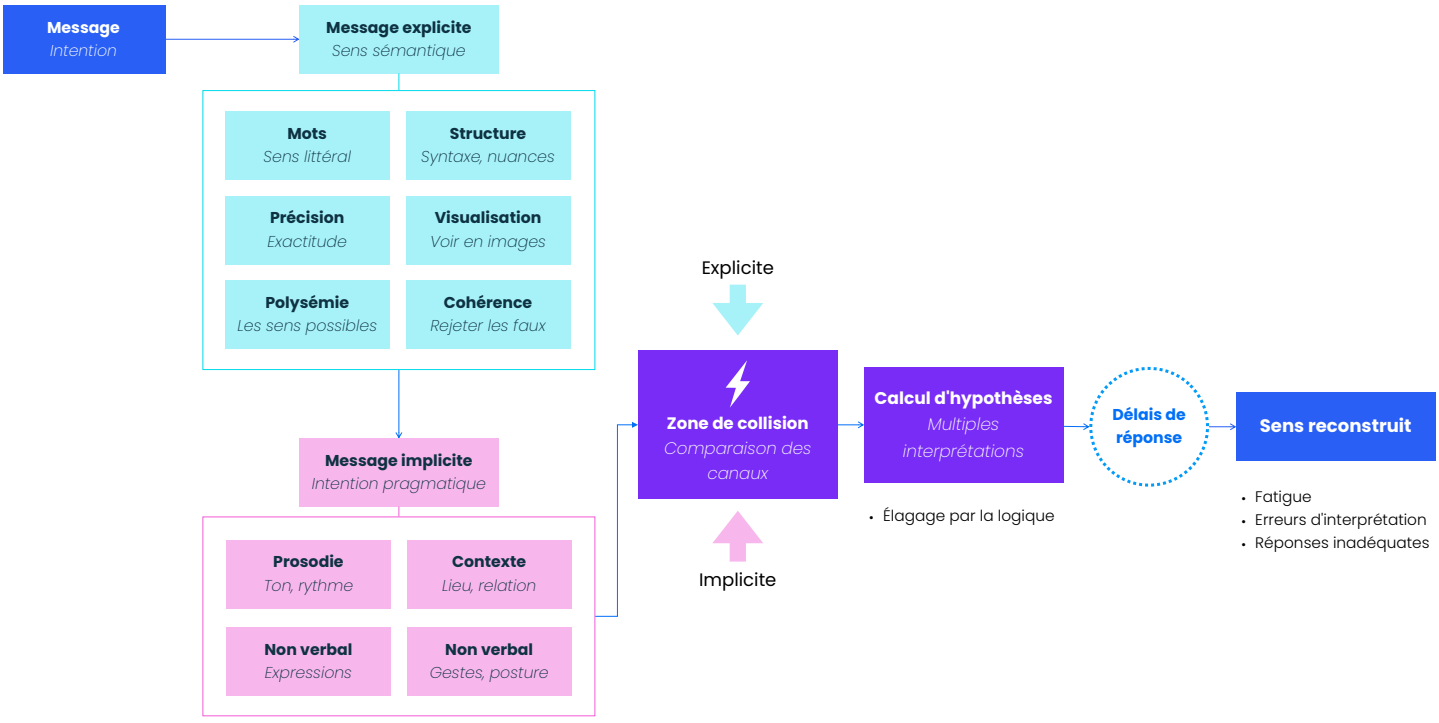
C'est l'étude de la langue en action. C'est le lien entre ce qui est dit et l'intention derrière.

Le mot « **pragmatique** » vient du grec pragma, qui signifie « **action** ». La communication pragmatique, c'est comprendre l'action que la personne essaie de faire avec ses mots.

COMMUNICATION NEUROTYPIQUE



COMMUNICATION AVEC UNE PERSONNE AUTISTE



Valérie Jessica Laporte - bleuetatypique.com / Tous droits réservés. Reproduction intégrale autorisée pour usage personnel ou éducatif. Modification et revente interdites.

LES MARQUEURS PRAGMATIQUES

Le langage non littéral repose rarement seulement sur les mots. Pour signaler que l'on utilise l'ironie ou le second degré, on utilise des indices sensoriels et sociaux : les marqueurs pragmatiques. Pour beaucoup de personnes autistes, ces signaux sont difficiles à déceler.

LA PROSODIE (LE TON)

Une voix qui devient soudainement plus grave, plus lente ou très chantante pour souligner un sarcasme. Sans une attention constante à ces toutes petites variations, le message reste strictement littéral.

LE LANGAGE CORPOREL

Un roulement avec les yeux, un sourire en coin ou une posture qui suggère le défi peuvent échapper à la personne autiste. Si l'attention de la personne autiste est concentrée sur le contenu logique de la phrase (seulement les mots qui sont dits), ces indices visuels peuvent passer totalement inaperçus.

LE CONTEXTE PARTAGÉ

Pour comprendre qu'une phrase est une taquinerie, il faut savoir ce que l'autre pense réellement. Si cela n'a jamais été nommé ou appris avec une personne précise, le cerveau autiste n'a pas la capacité de deviner le sens caché.

Le défi ne vient pas d'un manque de volonté, mais du fait que ces informations arrivent toutes en même temps. Traiter le son, le sens des mots, l'expression du visage et le ton de la voix simultanément crée un embouteillage sensoriel. Dans le doute, le cerveau autiste privilégiera souvent l'information la plus fiable : le sens précis des mots prononcés.

LE LANGAGE FIGURÉ (L'IMAGE)

Le langage figuré est l'art d'utiliser des figures de style. Au lieu d'utiliser un mot pour sa définition exacte, on le remplace par une image pour frapper l'imaginaire ou illustrer une émotion ou un concept complexe. C'est une manière très courante d'enrichir la conversation, mais elle repose entièrement sur l'abstraction.

Exemples : Les métaphores (« avoir le cœur sur la main »), les expressions idiomatiques (« sauter du coq à l'âne ») ou les comparaisons.

LE DÉFI AUTISTIQUE

Ici, le cerveau traite l'image visuelle de façon littérale. Avant de comprendre que l'expression signifie « être généreux », le cerveau peut visualiser un véritable organe posé sur une main. Ce passage de l'image concrète au concept abstrait demande un temps de traduction qui peut créer un décalage dans la discussion.

L'APPRENTISSAGE EXPLICITE

De nombreuses expressions figurées sont apprises comme une seconde langue. Une fois stockées dans la mémoire à long terme, elles sont utilisées adéquatement car la personne est capable de les traduire.

Contrairement au sarcasme qui dépend de l'interaction, le langage figuré est souvent culturel et la personne peut l'entendre à répétition. Une fois que l'expression est apprise par cœur comme une donnée logique, elle devient plus facile à utiliser. Le défi réside surtout dans la nouveauté ou la création d'images originales par l'interlocuteur, car le dictionnaire interne de la personne autiste doit alors improviser une nouvelle traduction en temps réel.

L'impact sur la sécurité et le bien-être

Attendre d'une personne autiste qu'elle « **devine** » une intention cachée n'est pas un simple exercice social, cela peut devenir une source de stress intense. Lorsque le sens reste flou, la personne peut s'inquiéter de ne pas réagir correctement ou de subir des conséquences sans comprendre pourquoi.Vivre dans l'incertitude constante peut placer la personne en danger émotionnel et créer une détresse profonde. Cela peut mener à l'anxiété sociale, à l'épuisement (burnout autistique) ou à une vulnérabilité accrue face à des personnes malintentionnées. La clarté répond à un besoin de sécurité.

Valérie Jessica Laporte - bleuetatypique.com / Tous droits réservés. Reproduction intégrale autorisée pour usage personnel ou éducatif. Modification et revente interdites.

LE SECOND DEGRÉ

Le cerveau autiste a une préférence naturelle pour une communication authentique, logique et directe.

Le second degré, l'humour pince-sans-rire et les sous-entendus reposent sur le contexte, alors que les personnes autistes vont naturellement se fier au texte. Pour les décoder, le cerveau doit jongler avec plusieurs indices en même temps : une prosodie parfois exagérée, des micro-signaux corporels et, surtout, la théorie de l'esprit.

Théorie de l'esprit
C'est cette capacité qui permet de comprendre l'état mental de l'autre, comme savoir qu'un ami détient une information ou déteste un aliment, pour déduire que sa remarque est en fait de l'ironie. Sans cet accès direct aux pensées de l'autre, le message devient une énigme ou peut même être perçu comme une attaque personnelle.

Le contexte connu
Si la personne connaît par cœur l'humour d'un ami proche, elle n'a plus besoin de deviner car elle a mémorisé le modèle.

La déduction intellectuelle
Face à une phrase illogique (« Il est sympathique » alors qu'il est désagréable), le cerveau autiste analyse l'absurdité et il déduit mathématiquement qu'il est face à de l'ironie.

Pourquoi est-ce que c'est différent ?
Ce processus est volontaire et conscient. Pour une personne autiste, la compréhension du second degré est souvent basée sur une analyse logique et non sur l'intuition. La personne doit être vigilante et faire un effort mental nettement plus élevé. La fatigue, le stress ou la surcharge sensorielle peuvent rendre la personne inapte à effectuer un processus qu'elle maîtrise habituellement.



LE PARADOXE DU SARCASME AUTISTIQUE

Il existe une idée selon laquelle les personnes autistes seraient incapables d'utiliser l'humour noir ou le sarcasme. En réalité, de nombreuses personnes autistes utilisent elles-mêmes beaucoup d'ironie ou de second degré. Cependant, il existe souvent une différence marquée entre l'émission et la réception.

L'USAGE PERSONNEL

Une personne autiste peut être très sarcastique parce qu'elle connaît sa propre intention. Elle utilise l'humour comme un jeu logique ou un mécanisme de défense face à l'absurdité du monde social.

LA RÉCEPTION

Cette même personne peut avoir du mal à percevoir le sarcasme des autres, car elle n'a pas accès à l'intention derrière leurs signaux sociaux.

Ce décalage s'explique par le fait que l'on possède toujours la « clé » de son propre code, mais qu'on ne reçoit pas forcément les fréquences émises par les personnes autour de nous. C'est ici que l'approche neuroaffirmative devient essentielle : au lieu de demander à la personne autiste de « faire un effort de décodage », on invite l'entourage à valider ses intentions pour éviter que l'humour ne devienne une source de confusion ou d'exclusion.

PRÉCISION

Beaucoup de personnes autistes comprennent l'ironie ou le sarcasme dans certains contextes si elles utilisent une stratégie de compensation logique.

Valérie Jessica Laporte - bleuetatypique.com / Tous droits réservés. Reproduction intégrale autorisée pour usage personnel ou éducatif. Modification et revente interdites.

VERS UNE COMMUNICATION RESPECTUEUSE ET INCLUSIVE

La responsabilité de la compréhension ne doit pas reposer uniquement sur la personne autiste. Dans une approche neuroaffirmative, la communication est un pont que l'on construit à deux. Nous pouvons tous devenir des alliés par des gestes simples et concrets !

1

LA CLARTÉ ET L'EXPLICITE

Exprimez vos besoins et vos émotions sans attendre que l'autre décode vos signaux invisibles. Dites : ç J'ai eu une grosse journée, j'ai besoin de calme » plutôt que de soupirer pour que la personne devine.

2

L'INTENTION À L'ÉCRIT

Puisque les textos et courriels ne transmettent ni le ton de la voix ni le sourire, ajoutez simplement votre intention à la fin. Exemples : « Je suis vraiment un top cuisinier (humour) ».

3

C'EST CORRECT D'EXPLIQUER

Si une nuance ou une blague n'est pas saisie, expliquez-la simplement, sans moquerie. L'humour n'est jamais « gâché » par l'explication. Au contraire, le lien social et la confiance en ressortiront grandis.

4

VÉRIFIER LA RÉCEPTION AVEC DOUCEUR

Si vous percevez un inconfort, prenez la peine de vérifier. Cela permet de corriger le tir en temps réel.

5

LA LITTÉRALITÉ COMME QUELQUE CHOSE DE POSITIF

Plutôt que de voir le premier degré comme un manque, voyez-le comme une preuve d'honnêteté. Redécouvrez le plaisir d'un échange authentique.

Références

Milton, D. E. (2012). On the ontological status of autism: the 'double empathy problem'. Cette source est la pierre angulaire de l'approche neuroaffirmative : elle démontre que les ruptures de communication sont une responsabilité partagée entre deux styles de traitement différents, et non la faute de la personne autiste.

Gernsbacher, M. A., & Pripas-Kapit, M. (2012). Who's diagnosing the empathy deficit? Une recherche qui déconstruit les mythes sur l'empathie et montre que les autistes comprennent parfaitement les émotions quand les indices sociaux ne sont pas ambigus ou contradictoires.

Persson, B. (2015). Autism and the interpretation of metaphors and sarcasm. Cette étude souligne que la difficulté réside moins dans l'incapacité cognitive que dans la rapidité du traitement social exigée par les interactions neurotypiques.

Ressources de l'Autistic Self Advocacy Network (ASAN). Leurs guides sur la communication accessible prônent l'utilisation d'un langage clair et l'acceptation des diversités de traitement sensoriel comme une forme de justice sociale.

Bogdashina, O. (2005). Communication issues in Autism and Asperger Syndrome. L'autrice y décrit la « cécité au contexte » comme une différence de traitement où les détails du langage sont perçus sans le filtre social qui donne le sens caché.

Gernsbacher, M. A. (2007). On Trial: The Case for Bottom-Up Processing in Autism. Cette recherche explique que les personnes autistes privilégient un traitement de l'information « du bas vers le haut », analysant les détails bruts avant de tenter de saisir l'ensemble global ou social, ce qui explique le décalage face au langage non littéral.

Kaland, N., et al. (2002). Interpreting emotional expressions, postures and facial expressions in children with Asperger syndrome. Cette étude démontre que si les capacités de raisonnement logique sont intactes, la transition entre la perception d'une image concrète et sa signification sociale abstraite est moins fluide chez les personnes autistes.

BLEUET ATYPIQUE

Tous droits réservés.
Reproduction intégrale autorisée pour usage personnel ou éducatif.
Modification et revente interdites.



Valérie Jessica Laporte | bleuetatypique.com | bleuetatypique@hotmail.com |