

TÉMOIGNAGE SUR LA VISION DE L'HUMOUR D'UNE PERSONNE AYANT LE SYNDROME D'ASPERGER

Le témoignage qui suit a toute une histoire... J'ai toujours été intriguée par le fait que les personnes autistes réagissaient très différemment aux sensations (p. ex., hypersensibilité à un bruit à peine audible pour moi). Leur compréhension de l'humour est un des thèmes qui m'intrigue le plus.

Récemment, au début du mois d'avril, lors d'un congrès international sur les troubles envahissants du développement (TED), je suis allée écouter la communication de Stéfany Bonnot-Briey..., dont le titre était *L'aboutissement d'une reconnaissance : le diagnostic du syndrome d'Asperger*¹ (2004). À la fin de son excellente présentation pleine d'humour où elle expliquait, entre autres, ses techniques pour bien fonctionner dans la vie quotidienne (dont ses fiches), je lui ai posé quelques questions sur l'humour (je tentais de répondre à mes interrogations pensant évoquer le thème de l'humour chez les personnes ayant le syndrome d'Asperger dans la présentation du présent numéro thématique).

Rentrée chez moi, après quelques jours de réflexion, j'ai mis à exécution le projet qui me trottait en tête depuis ma rencontre avec Stéfany : lui écrire un courriel pour lui demander un petit texte sur sa vision de l'humour. Sa réponse a été rapide, mais trop courte à mon goût... Je voulais en savoir plus! Je l'ai donc relancée avec quelques questions. C'est sa réponse, accompagnée de mes questions retranscrites sous forme d'entrevue, qui constitue ce témoignage.

Auparavant, voici la biographie que Stéf m'a envoyée.

Je m'appelle Stéf, j'ai 27 ans et suis Aspie.

J'ai toujours été intégrée en milieu ordinaire.

J'étais une enfant dure, turbulente, mais attachante 😊...???. je ne comprenais pas comment les deux pouvaient être compatibles.

-
1. *Caractéristiques diagnostiques du Syndrome d'Asperger* (selon l'*American Psychiatric Association*, 1996; Dumas, 2002). Le syndrome d'Asperger, comme l'autisme, se manifeste dès les premières années de l'enfant. Par contre, ce syndrome est diagnostiqué plus tardivement étant donné le bon niveau de langage, le développement cognitif et le développement de l'autonomie presque normal, et le comportement adaptatif dans la norme en dehors de ce qui a trait aux relations sociales. En effet, les interactions sociales sont rares et peu recherchées, les comportements non verbaux sont altérés et ne permettent pas la régulation et la réciprocité des interactions sociales (par exemple, difficultés à comprendre et à s'exprimer par le non-verbal). Les activités et les intérêts et activités sont restreints, répétitifs et stéréotypés. Le fonctionnement social et professionnel est altéré. Comme pour l'autisme, on relève une grande hétérogénéité des symptômes selon les personnes.

Témoignage

J'ai très tôt pris conscience des inepties de l'environnement dans lequel je grandissais 🤔, ou tout du moins essayais de grandir 😞.

Mes Schtroumpfs ont été mes premiers tuteurs, le frissonnement des feuilles dans les arbres, ma première source de plaisir 🌿🌿, l'eau, le seul élément où je parviens à ressentir mon corps de façon agréable 🍃🍃🍃.

J'aime le bleu 🌊. J'en parle souvent comme la couleur de mes sens. Je me noie dedans, dans le sens où ça m'« engloutit » sensoriellement.

Mon dada, ce sont les mots; j'ai exploré la langue depuis ma prime enfance 😊. Je vois les lettres danser dans ma tête, elles s'agencent pour créer du sens, mon sens 🚗 (la signification du mot restant soit littérale soit contextuelle mais pas conceptuelle).

J'ai terminé un deuxième cycle d'études universitaires (maîtrise en anglais). Aujourd'hui, je vis de façon totalement autonome dans un studio, je travaille en milieu ordinaire en tant qu'auxiliaire de vie scolaire pour des enfants avec autisme 😊. Je suis vice-présidente de l'association SAtedi¹. Je peux maintenant parfaitement m'exprimer sur mes troubles 😊, mais je ne les gère pas encore 😞. De plus, comprendre et m'adapter a été le fruit d'un travail d'élaboration assidu avec mon Cricket² qui se poursuit encore aujourd'hui. Sans les suivis ambulatoires dont je bénéficie, je serais incapable de vivre sans être quotidiennement confrontée à des incompréhensions qui resteraient sans réponses 🤔; sans mon emploi du temps, j'oublierais que j'ai un corps dont je dois prendre soin. Je ne gère aucun imprévu 😞, je suis d'une vulnérabilité insoupçonnable... 😞 Comme la majorité des gens, je prends tous les matins mon bus pour aller travailler, mais comme très peu de gens, je le prends parfois aussi avec mon bas de pyjama 🛏! Tout ça pour vous dire que ce n'est pas mon QI 😞 qui m'aide à mettre un pied devant l'autre 😞. Ce ne sont pas mes capacités d'élocution qui m'empêchent de me taper la tête lorsque je suis engouffrée par l'angoisse 😞, que lorsque l'on parle de « haut niveau », il faut aussi rester conscient de ce que cette réalité recouvre 🙄.

On me destinait à la recherche, à la médecine ou à Science Po... 😞
Mais les grandes écoles en pyjama très peu pour moi!

-
1. SAtedi : Première association francophone internationale de personnes atteintes d'un trouble envahissant du développement (www.satedi.org) comprenant des membres français, belges, québécois et suédois.
 2. Mon Cricket = ma thérapeute.



Stéf

HUMOUR ASPIE????

Colette Jourdan-Ionescu (C.) Quelle définition donnerais-tu, toi, de l'humour?

Stéfany Bonnot-Briey (S.) Le concept même de l'humour m'a toujours échappé, certainement parce que je ne traite pas l'information sur le même canal que les neurotypiques¹, et ce, dans de nombreux domaines. Pour être en adéquation avec son environnement, il faut non seulement réceptionner, mais aussi « analyser » et restituer ce qui est véhiculé : des mots, des gestes, du sens, des contextes...

L'humour fait partie des inepties auxquelles j'ai toujours été confrontée. Il est pour moi un « imprévu imprévu » dont je ne peux que trop rarement anticiper l'arrivée et la manifestation.

Chaque blague est pour moi comme l'une de ces petites boîtes à ressorts dont jaillit une espèce de serpent; l'initiateur se retrouve bien plus souvent en proie aux rires que « sa victime ».

C. As-tu des souvenirs de blagues que tu n'as pas comprises et qu'on a dû t'expliquer?

S. Pas si paradoxalement que ça, j'ai très peu de souvenirs de blagues à proprement parler que je n'ai pas comprises :

1. Parce qu'elles étaient forcément noyées dans le flot de conversations, et ne les détectant souvent pas, je ne pouvais souvent pas extraire les quelques phrases génératrices des bouffées de rire soudaines autour de moi... Sans compter qu'il n'est pas non plus nécessaire de rappeler, je pense, que je portais peu d'intérêt aux sujets ne se rapportant pas à ma personne ou à mes « intérêts »...
2. La frustration était telle — lorsque inondée de fous rires, je ne pouvais que constater que j'avais une fois de plus raté un wagon — que je ne m'aventurais jamais à demander des explications.

1. Note de Colette : nous autres, les non-Asperger...

Témoignage

J'ai assez rapidement eu conscience de ce gouffre qui me séparait des autres quant à cet aspect de l'humour. Normal, j'avais un repère visuel : des sons, des gestes, des faciès...

Aujourd'hui, lorsque je suis confrontée à une blague que je parviens à identifier et à décortiquer, bien souvent son explication ne suscite pas plus chez moi l'envie de rire! Il y a donc toujours plus ou moins un sentiment de frustration.

C. Y a-t-il des choses qui te font rire, toi? Comment les définirais-tu?

S. Mais ne pas accéder à l'humour d'autrui ne signifie pas que je ne sais pas rire. Car premièrement, j'ai des sources de plaisir qui me sont propres, mais aussi un type d'humour qui m'est plus facilement accessible. Certaines stimulations sensorielles peuvent ainsi être source de rires chez moi : l'observation des épines des cactus, le clignotement de lumières, l'agitation des feuilles dans les arbres — que je décris sous l'appellation idiosyncrasique « les papillons rigolent ».

C. Y a-t-il des humoristes qui te font rire (Devos, Coluche, ou autre)?

S. Pour ce qui est des formes d'humour « type » qui me font rire, ce sont celles qui s'appuient sur la réalité et la déforment. J'ai besoin d'un repère concret, d'une situation réelle et représentative pour pouvoir, dans un second temps, accéder à la « dérision » qu'on lui accole. De par ce fait, « Les Inconnus » me font rire, car leur humour se fonde sur la réalité. Il est aussi grossier et je peux donc m'appuyer sur des signes externes bien visibles : expressions du visage, situation bien en décalé par rapport à une réalité qui reste quand même perceptible, etc. En ce sens, Coluche me faisait aussi rire, mais j'étais par contre sensoriellement gênée par le ton trop élevé de sa voix (volume et tonalité).

C. Préfères-tu les gens qui ont de l'humour et rient souvent ou ceux qui sont plus sérieux? Pourquoi?

S. En général, je préfère la compagnie de gens sérieux car j'ai mentalement moins de « gymnastique de l'esprit » à faire pour décoder. Sinon, il faut que je puisse anticiper l'humour. Je n'ai, par exemple, aucune difficulté à me retrouver en compagnie de Georges¹, car ce dernier est identifié comme aimant l'humour et faire des blagues — toujours du même style d'ailleurs et suffisamment « grossières » pour lui et pour nous, pour que nous les traitions sans problèmes.

1. Georges Huard (<http://people.sca.uqam.ca/~huard/>).

Le pire, pour moi, ce sont les gens pince-sans-rire, car aucun élément externe ne me permet d'appréhender leur humour!

C. Tes proches (parents, amis non Asperger) rient-ils souvent? Ont-ils pris l'habitude de t'expliquer pourquoi ils rient? Préfères-tu qu'on t'explique?

S. Dans mon entourage, les rires font pourtant partie du quotidien. Je crois que c'est d'ailleurs pour cela que j'ai aussi bien réussi à adopter une attitude adéquate quant aux scènes d'humour. J'ai ainsi souvent pouffé en chœur, sans savoir pourquoi, avec un temps de décalage assez infime pour qu'il passe inaperçu. Mais jamais quiconque n'a décelé que j'étais complètement étrangère au sens de l'humour en général. Je suis toujours passée pour une enfant « brillante » et « subtile », j'étais en réalité un SA très doué en imitation!

C. Est-ce que tu ris avec tes amis Asperger? Avez-vous un code d'humour particulier? Au sujet de quoi?

S. Avec mes amis Aspies, nous rions aussi bien sûr, mais je crois qu'à notre niveau de fonctionnement, nous rions surtout de nous et de vous, et surtout de ce décalage qui, malgré notre conscience, demeure en l'état. Nous avons ainsi appris à rire de ce qui vous fait rire mais pas nous parfois — le fait d'être un groupe, comparé à un individu isolé nous rend plus facile cette prise de distance, bien sûr — ou bien nous rions selon des critères qui nous sont propres (sensoriels, cognitifs...).

Nous n'avons pas plus de code de l'humour que vous, nous avons tout simplement nos propres déclencheurs du rire. Ce qui nous fait surtout défaut par contre, c'est que les codes sociaux n'entrent jamais en ligne de compte. On rit de ce qui nous fait rire, quel que soit le lieu, le temps, les gens avec lesquels nous sommes...

Par conséquent, avoir de l'humour et faire une blague sont, selon moi, deux éléments distincts. Le premier implique un état d'esprit et des modalités cognitives dont le deuxième peut tout à fait être dépourvu. Je pense que l'on peut apprendre à faire des blagues, pas à avoir de l'humour. Je persiste à dire que ce qui fait rire les gens, c'est notre pensée logique. Une fois que l'on en prend conscience, on peut alors exploiter cette pensée — la nôtre — plus ou moins volontairement pour faire rire. Pour l'extérieur, ça s'apparente à de l'humour, de l'intérieur, c'est juste un système de pensée qui nous appartient et que l'on ne modifie en rien.

Je conclurais en disant qu'il arrive assez fréquemment que l'on me dise que j'ai de l'humour — à certains de mes amis SA aussi d'ailleurs —

Témoignage

pourtant je ne suis jamais actrice de cet humour, au sens où je ne cherche pas à faire rire. Ce sont bien plus mes analyses logiques des situations, mon franc-parler et une authenticité parfois appréciée, parfois dérangeante, qui font rire les gens. Mais l'humour que vous m'attribuez n'est pas intentionnel, il est l'expression de mon fonctionnement autistique et n'est appelé humour que par les pensées que vous projetez sur mes intentions ou états d'esprit inexistantes.

Références

- American Psychiatric Association (1996). *DSM-IV Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux*. Paris : Masson.
- Asperger, H. (1944). Die "Autistischen Psychopathen" im Kindesalter. *Archiv für Psychiatrie und Nervenkrankheiten*, 117, 76-136.
- Bonnot, S. (2004). *L'aboutissement d'une reconnaissance: le diagnostic du syndrome d'Asperger*. Atelier présenté au 4^e Congrès international francophone sur l'autisme L'avenir au présent pour nos adolescents et adultes autistes ou TED, 2-4 avril 2004, Laval (Québec).
- Dumas, J.E. (2002). *Psychopathologie de l'enfant et de l'adolescent*. Bruxelles : Éditions De Boeck Université.
- Miller, J.N. et Ozonoff, S. (1997). Did Asperger's cases have Asperger disorder? A research note. *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 38, 247-251.

Stéfany Bonnot-Briey (Stéf)

Auxiliaire de vie scolaire