

# Lire des histoires favorise-t-il l'empathie ?

*Dans certains cas,  
la lecture d'une histoire peut inciter un enfant  
à changer d'attitude.*

Est-il possible de s'ouvrir aux autres tout en restant à l'écart d'un groupe ? La proposition peut sembler paradoxale à première vue. Elle l'est moins si l'on prend en compte le fait que, pour nouer des liens sociaux, il faut être capable de comprendre ce que les autres pensent et ressentent, et d'ajuster son comportement à la situation.

A ce propos, il a justement été démontré que la lecture de fictions littéraires aide les adultes à mieux identifier les émotions, pensées et sentiments exprimés par autrui.

Pourrait-on reproduire ces effets dès l'enfance ? Voilà qui ouvrirait de nouvelles perspectives pour éveiller et développer durablement les savoir-faire sociaux. À ce jour, seules quelques études ont été effectuées sur ce sujet mais les résultats obtenus sont très encourageants.

## **Approches positives**

En ce qui concerne les enfants très jeunes à qui on lit un livre ou une histoire, on peut se reporter à l'article publié en 2014 par Kang Lee et ses collaborateurs dans le journal *Psychological Science*. Celui-ci relate une étude menée auprès de 266 enfants d'âge compris entre 3 et 7 ans. Objectif : déterminer si l'écoute d'histoires morales classiques peut influencer leur honnêteté.

Avant d'échanger avec chaque enfant individuellement, une expérimentatrice feignait de devoir s'absenter quelques minutes et le priait de ne pas se retourner pour voir l'objet qu'elle venait de poser sur une table. Quand elle revenait dans la pièce, elle lisait une histoire à l'enfant puis lui demandait s'il s'était retourné pendant son absence pour regarder l'objet.

Parmi les enfants qui se sont retournés, ceux à qui on a raconté l'histoire George Washington et le cerisier ont dit la vérité en plus grande proportion que ceux d'un groupe contrôle ayant écouté l'histoire Le lièvre et la tortue. À la surprise des auteurs de l'étude, les enfants ayant écouté les histoires Le garçon qui criait au loup et Pinocchio, deux histoires qui soulignent les conséquences négatives du mensonge, n'ont pas dit davantage la vérité que les enfants du groupe contrôle.

L'effet exclusif de l'histoire George Washington et le cerisier sur la réponse honnête serait lié au fait que cette histoire expose les conséquences positives de l'honnêteté (Le jeune George aurait abattu un cerisier que son père aimait beaucoup. Lorsque celui-ci s'enquiert de l'auteur de l'acte, l'enfant, ne pouvant supporter de mentir, se désigne. Et son père, touché par sa sincérité, ne le punit pas). La justesse de cette interprétation a été confirmée grâce à une seconde expérience à partir d'une version modifiée de l'histoire où sont mises en avant les conséquences négatives du mensonge. Cette version ne permet plus d'obtenir une proportion plus importante d'enfants disant la vérité par rapport au groupe contrôle.

## **Conditions réalistes**

Dans une étude publiée en 2017 dans le journal *Developmental Science*, Nicole Larsen, Kang Lee et Patricia Ganea ont exploré les effets potentiels d'animaux anthropomorphisés dans les histoires. Ces personnages se comportant comme des humains pourraient-ils inciter de jeunes enfants à la générosité ?

Pour évaluer cela, il était demandé dans un premier temps à des participants de 4 ans à 6 ans de choisir dix autocollants parmi une centaine. On indiquait ensuite à chacun qu'un autre enfant du même âge n'avait pas été retenu pour l'étude – et, par conséquent, n'aurait pas d'autocollants. L'expérimentateur suggérait ensuite à l'enfant de donner quelques-uns de ses dix autocollants à celui qui en avait été privé, en les mettant dans une enveloppe pendant que l'expérimentateur regardait ailleurs.

.../...

.../...

La même procédure fut appliquée après l'écoute de l'histoire afin d'évaluer les éventuels changements de comportements. Il y avait trois conditions expérimentales :

- une condition "animal" dans laquelle l'histoire racontait le comportement généreux d'un animal anthropomorphisé vis-à-vis d'autres (Petit raton laveur apprend à partager par Mary Pacard)
- une condition "humain" dans laquelle la même histoire était racontée en remplaçant les animaux anthropomorphisés par des humains
- une condition "contrôle" dans laquelle l'histoire portait sur des graines et ne relatait pas d'interactions humaines.

Les résultats de l'étude montrent que les enfants deviennent significativement plus généreux après avoir écouté l'histoire de la condition "humain" alors qu'ils le deviennent moins dans les deux autres conditions ("animal" et "contrôle").

Ainsi, chez des enfants d'âge compris entre 4 et 6 ans, les histoires réalistes qui racontent des événements impliquant des personnages humains – dans lesquels il est plus facile de se projeter mentalement – sont plus à même d'exercer un effet significatif sur la générosité de ces enfants.

### **Lire et ressentir**

Irina Kumschick et ses collaborateurs ont étudié en 2014 les effets sur les compétences émotionnelles d'enfants de 7 ans à 9 ans d'un programme d'entraînement autour de la littérature. Plusieurs dimensions relatives aux compétences émotionnelles ont été évaluées avant et après le programme d'entraînement : le vocabulaire émotionnel, les connaissances émotionnelles explicites, la reconnaissance des émotions dissimulées et la reconnaissance d'émotions mélangées.

Le programme d'entraînement, intitulé *Lire et Ressentir*, consistait à lire en plusieurs fois un livre choisi spécifiquement pour sa richesse émotionnelle (*Un mouton avec des bottes de M. Matten*) et à effectuer des activités encadrées par des moniteurs, portant sur les différentes dimensions des émotions. Ce programme durait en tout huit semaines à raison de deux séances de 1 heure 30 par semaine.

Comparativement à un groupe contrôle d'enfants n'ayant pas suivi ce programme, une amélioration significative des niveaux de vocabulaire émotionnel, de connaissances émotionnelles explicites et de reconnaissance d'émotions dissimulées a été mise en évidence sous l'effet du programme d'entraînement.

De plus, les garçons bénéficiaient davantage du programme d'entraînement que les filles en ce qui concerne la reconnaissance d'émotions dissimulées. Les auteurs de l'étude interprètent ce résultat comme reflétant le fait que les garçons auraient plus tendance à cacher leurs émotions pendant l'adolescence, ce qui les rendrait plus sensibles à cette dimension avant cette phase de leur développement.

Tous ces résultats montrent la pertinence d'utiliser la littérature pour enfants comme support du développement des compétences émotionnelles chez l'enfant.

Même s'il existe une pluralité de facteurs permettant de contribuer à l'émergence de compétences sociales et émotionnelles chez l'enfant, les résultats obtenus à ce jour suggèrent que la littérature pour la jeunesse permet d'améliorer significativement celles-ci. Si l'on souligne en général l'impact bénéfique de la lecture sur le développement du langage, le rayonnement de la littérature de jeunesse peut donc aller bien au-delà.

*par Frédéric Bernard*

*Maître de conférence en neuropsychologie, Université de Strasbourg*  
(The conversation – dimanche 3 novembre 2019)

<http://theconversation.com>