
« Il faut offrir aux parents une information solide sur les vertus de la lecture »

Michel Desmurget,
chercheur en neurosciences cognitives

Faites-les lire ! (1) Le ton, sec et impératif, du titre du dernier ouvrage de Michel Desmurget peut nous induire en erreur. Non, il ne s'agit pas d'une injonction. Ni d'un impératif catégorique. Un cri du cœur plutôt. Une ode à la lecture et ses vertus – la « vraie », sur papier. Le destinataire ? Les parents. La cible ? Les enfants.

Michel Desmurget, observateur sagace, n'a rien d'un essayiste sectaire et agressif. C'est plutôt à un sursaut des consciences qu'appelle ce docteur en neurosciences engagé dans le débat public, déjà repéré par les radars médiatiques, en 2019, lors de la sortie de son best-seller *La Fabrique du crétin digital*, un essai sur les ravages engendrés par la surconsommation des écrans.

Après le diagnostic, voici le temps du remède. Il tient en une simple et sobre solution : la lecture. « Là où les écrans récréatifs sapent consciencieusement le développement de nos enfants, la lecture construit minutieusement leur humanité », souligne-t-il. Puisant au meilleur de la littérature scientifique, c'est à un remarquable effet d'éclairage des apports de la lecture, sur les plans intellectuel, culturel, cogni-

Par
Nidal Taibi

tif et émotionnel, que parvient Michel Desmurget dans son essai.

Vous êtes connu pour vos recherches sur les dangers des écrans pour les enfants. Comment en êtes-vous venu à vous intéresser aux pouvoirs vertueux de la lecture ? Cela suggère-t-il un lien entre les deux ?

Le temps n'est pas extensible à l'infini. Depuis une bonne cinquantaine d'années, les écrans, d'abord limités à la télé, se sont largement diversifiés et déployés (jeux vidéo, réseaux sociaux, sites de streaming, etc.) jusqu'à exercer, aujourd'hui, une hégémonie délirante sur le temps libre de nos enfants. La lecture est l'une des grandes victimes de cette évolution tant dans sa dimension partagée – quand les parents lisent aux enfants – que personnelle – quand l'enfant lit seul.

Sur quels chiffres appuyez-vous ces constats ? Pouvez-vous citer des exemples ?

Cinquante pour cent des collégiens des pays de l'OCDE (NDLR : *Organisation de coopération et de développement économiques*) ne lisent que s'ils y sont obligés. Un tiers pensent que la lecture ne sert à rien. ...



Le grand
entretien

... En France, depuis un demi-siècle, la fraction des « gros lecteurs », c'est-à-dire des jeunes qui lisent au moins vingt livres par an (soit vingt à trente minutes par jour) est passée de 35 % à 11 %. Aux Etats-Unis, le pourcentage de lecteurs quotidiens de livres ou magazines a chuté de 60 % à 16 %. Bien sûr, des sondages réguliers identifient des proportions astronomiques de « lecteurs », souvent comprises entre 80 % et 90 %. Pour en arriver là, il suffit de tout compter, sans considération de fréquence : mangas, BD, livres de cuisine ou de coloriage et même, parfois, livres audio. A cet aune, un ado qui gribouille un ouvrage de mandalas (*NDLR : dessins symboliques utilisés, entre autres, en art thérapie*) devient lecteur et est considéré comme ayant lu un livre dans l'année. Ce n'est pas sérieux.

Dans quelle mesure la lecture est-elle un remède à la surexposition aux écrans ?

Bien des activités nourrissent positivement la construction cérébrale : le sport, l'art, la musique, etc. Aucune cependant n'offre des effets aussi unanimes, profonds et bienfaisants que la lecture. Là où les écrans récréatifs sapent consciencieusement le développement de l'enfant, la lecture construit minutieusement son humanité. Ses effets sont majeurs (et scientifiquement documentés) sur le langage, la culture générale (au sens le plus large et le moins « élitiste »), l'imagination, la créativité, les capacités d'expression orales et écrites, le QI et la réussite scolaire. Prenez le langage, par exemple. Il est la caractéristique essentielle de l'intelligence humaine. Or, ses formes orales restent assez pauvres. Sa richesse se concentre dans les livres. Certains mots (comme saillant, hagard, latrines), conjugaisons (le passé simple ou antérieur) et formes grammaticales (la voie passive, les phrases complexes) ne sont quasiment présents qu'à l'écrit.

Ces derniers temps, on pointe souvent l'influence des écrans et réseaux sociaux dans la montée de la violence, comme l'avait fait l'été dernier le président Emmanuel Macron au sujet des émeutes à la suite de la mort du jeune Nahel. Cette analyse vous semble-t-elle pertinente ?

L'usage des jeux vidéo explique-t-il les émeutes en question ? Clairement non. Ces jeux ont un poids dérisoire, en comparaison, des facteurs sociaux et éducatifs. Mais cela ne signifie pas que les jeux vidéo violents et, plus largement, les images violentes (films, clips, séries, etc.) sont sans conséquences. Contrairement à des affirmations lobbyistes omniprésentes, les données accumulées depuis soixante ans démontrent irréfutablement que la violence virtuelle augmente les pensées, conduites et ressentis agressifs tout en entraînant une désensibilisation à la violence. Les réseaux sociaux posent un problème différent et leur contribution me semble plus directe. Ces plateformes sont, en effet, des lieux où se concentre une violence verbale souvent ahurissante, mais ils sont aussi – et surtout – une caisse de résonance inédite par laquelle cette violence parvient à se cristalliser, s'agrèger, se répandre et s'incarner.

TikTok est très prisé chez les adolescents. Quel regard portez-vous sur ce réseau social en particulier ?

Quand on veut fourguer un désastre, on met systématiquement en avant ses possibles bénéfiques. On dira, par exemple, que TikTok constitue, pour les jeunes, un moyen de s'informer, d'avoir accès à des messages de santé publique, etc. C'est sûrement vrai... mais ces usages sont tellement marginaux qu'ils frisent l'exceptionnel. Dans sa quasi-unanimité, ce réseau est utilisé pour l'exposition narcissique de soi-même et la délivrance à flux tendu de vidéos sans intérêt, souvent truffées de stéréotypes de genre et messages commerciaux déguisés. Nos gamins passent des heures à parcourir un fil débilitant. Nombre de cadres dirigeants du domaine ne laissent pas leurs gosses s'en approcher au point que le *New York Times* a dernièrement évoqué un « dark consensus in the Silicon Valley », tandis qu'un ancien président de Facebook dénonçait des plateformes conçues pour « exploiter une vulnérabilité de la psychologie humaine ». Le plus haut responsable du système de santé américain a récemment parlé d'« un risque profond de préjudice ».

La Chine propose une formule bridée de ce réseau social, largement saluée par les chercheurs, même en Occident. Que vous inspirent cette formule et cette décision ?

La Chine n'a pas seulement bridé les contenus. Elle a aussi, indépendamment de ces derniers, contraint drastiquement les temps d'usage, non seulement pour ce réseau social mais aussi, plus globalement, pour les jeux vidéo en ligne ou l'accès à Internet. C'est important parce que cela montre qu'il ne s'agit pas – ou pas uniquement – d'une mesure politique de contrôle des idées, mais bien d'une exigence de santé publique. Un dirigeant chinois auquel on demandait la raison de ces mesures, aux conséquences potentiellement négatives pour les industries concernées, répondit que « les enfants étaient l'avenir du pays ». Peut-on être plus

La Chine a contraint drastiquement les temps d'usage des jeux vidéo et accès à Internet pour protéger les enfants, l'« avenir du pays ».



« La lecture est incontestablement le vecteur d'émancipation le plus puissant à offrir à un enfant défavorisé. »

clair ? Ces régimes ont évalué la littérature scientifique disponible et ont décidé que le développement de leurs enfants était plus important que quelques milliards soustraits aux industries numériques ; milliards qui seront de toute façon largement récupérés par le lien aujourd'hui établi entre éducation et croissance économique.

A propos, certains observateurs soupçonnent la Chine de mener sciemment une guerre d'influence pour « abêtir » nos enfants et protéger les siens...

Nous n'avons pas besoin de la Chine pour « abêtir » nos gosses. Les performances de notre système éducatif (et plus globalement celui des pays de l'OCDE) démontrent que nous nous en chargeons très bien tout seuls. Bien sûr, TikTok et les écrans récréatifs n'expliquent pas tout, mais il serait fou de les dédouaner de toute responsabilité tant l'action profondément délétère de ces outils sur la réussite scolaire est claire et établie.

Comment les pouvoirs publics peuvent-ils y remédier ? Sur quels leviers peuvent-ils agir ?

Avant de pouvoir, il faut vouloir, et le moins que l'on puisse dire, c'est que les pouvoirs publics n'ont jamais fait preuve, en ces domaines, d'une volonté flagrante. Les vingt dernières années montrent que même des mesures désespérément évidentes sont restées lettre morte : les contenus pornographiques les plus bestiaux et dégradants demeurent accessibles en un clic sans réel contrôle d'âge ; les jeux vidéo les plus violents, souvent porteurs de contenus pornographiques explicites, restent massivement utilisés par les mineurs dès le primaire, voire plus tôt ; le matraquage publicitaire pour les produits les plus ouvertement nocifs reste massif autour des contenus destinés aux plus jeunes, etc. A ce stade, le simple fait d'offrir aux parents une information précise et sincère sur l'impact des écrans récréatifs constituerait déjà un grand pas en avant.

Revenons à votre dernier ouvrage. Des études rapportent une augmentation de la lecture sur le support numérique ces dernières années.

Quel regard portez-vous sur cette pratique ?

Je dirais qu'il faut savoir raison garder : chez les 8-18 ans, la lecture numérique représente 2 % à 3 % du temps d'écran, quand les seules activités audiovisuelles (films, séries, vidéos, etc.) en phagocytent 40 % à 50 %.

En outre, il faut s'accorder sur ce que l'on entend par lire. Seule une fraction du temps de lecture numérique est consacrée aux livres électroniques (autour de cinq minutes par jour, en moyenne). Or, les études montrent de manière convergente que les autres supports (blogs, réseaux sociaux, magazines en ligne, etc.) abritent des corpus écrits globalement pauvres, dont l'effet sur les performances en lecture, le développement du langage ou la réussite scolaire oscille entre nul et, le plus généralement, négatif.

« Le papier obstinément mieux que le numérique », écrivez-vous...

Oui, il existe une prime au papier. D'abord, les écrans sont une source de perturbation quand ils intègrent des notifications, liens hypertextes ou logiciels distractifs que l'on est régulièrement tenté de consulter (réseaux sociaux, e-mail, etc.). Ensuite, les écrans semblent, par leur seul format, rendre la lecture plus difficile. En effet, le bénéfice des ouvrages papier demeure même si l'on exclut les sources de perturbation en utilisant de simples liseuses. Plus la difficulté de l'énoncé augmente, plus la supériorité du papier s'affirme.

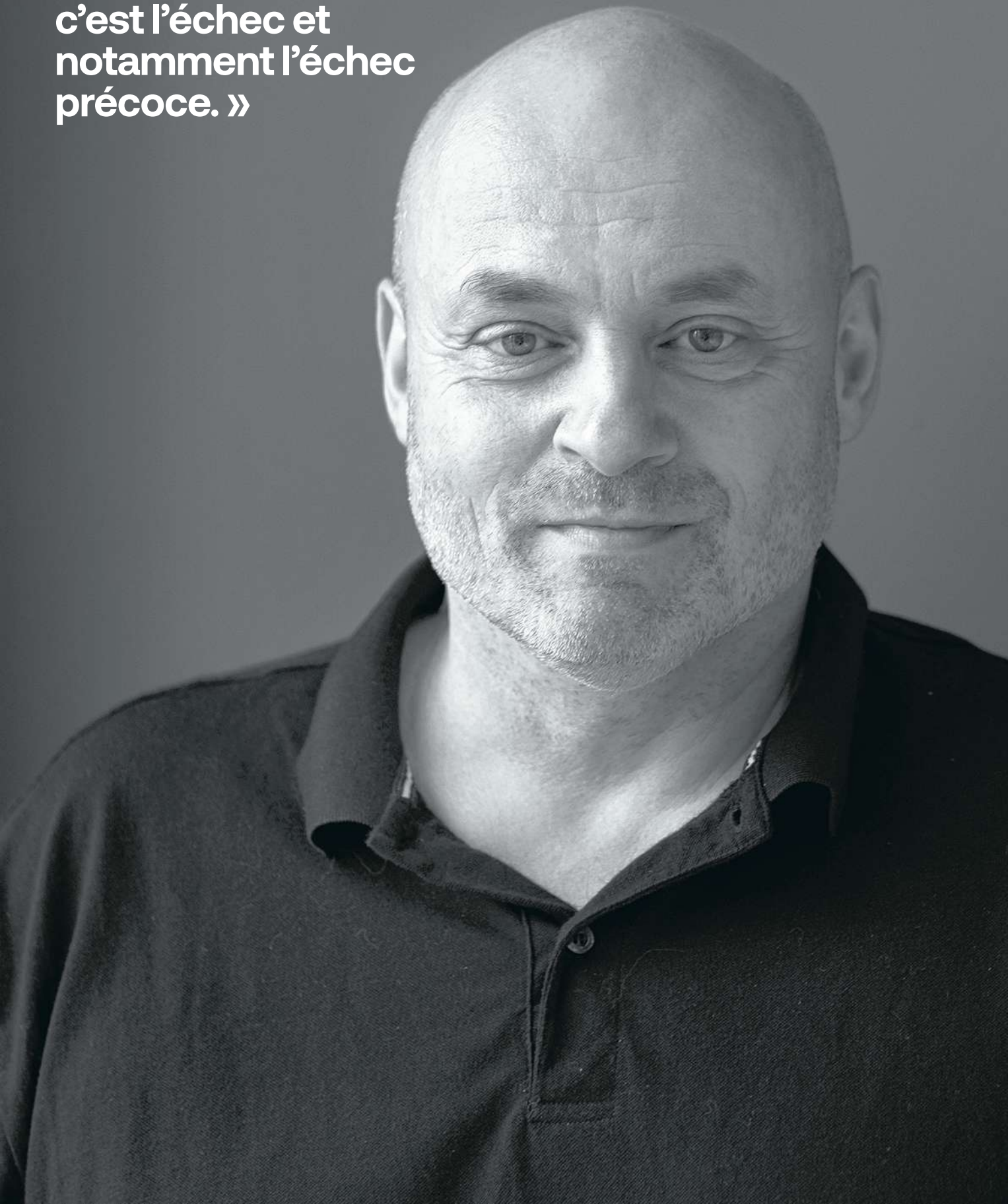
Vous insistez sur les « bénéfiques » et les « profits » tirés de la lecture en tant que loisir. On pourrait vous objecter que vous défendez une conception matérialiste et utilitariste de la lecture, alors qu'elle peut aussi être une errance sans but, un moment d'évasion, un affranchissement du besoin de « performer », etc.

Le plaisir est la clé de tout. C'est lui, bien plus que la nécessité pratique qui, à terme, forge les lecteurs. Il a été montré que l'apprentissage et la motivation de l'enfant s'avéraient supérieurs lorsque les parents mettaient en avant le simple plaisir de lire plutôt que la récolte de buts utilitaires (c'est bon pour l'école, ça dope le langage, etc.). Si lire est un pensum, l'enfant lâchera la corvée dès qu'il le pourra. Mais, si je puis dire, le plaisir n'est pas une invention gratuite. Il est le moyen qu'a trouvé l'évolution biologique pour assouvir ses buts les plus basement matérialistes. L'enfant qui joue éprouve du plaisir, mais en même temps il apprend et se construit. Pour la lecture, c'est pareil.

Vous insistez sur l'importance du plaisir dans la pratique de la lecture. Comment concilier lecture, désir et plaisir ?

Le plus grand ennemi de la lecture, c'est l'échec et notamment l'échec précoce. Il est donc essentiel de s'assurer que l'enfant prenne un bon départ. Pour cela, il faut l'aider à construire certaines fondations indispensables. On entend souvent dire que l'élève apprend à lire en première primaire ou que certains enfants ont appris à lire seuls à 4 ans. Ces raccourcis sont dévastateurs par leur tendance à réduire la lecture au décodage (défini comme la capacité à transformer les signes en sons -p/a/p/a => papa-). Certes, ce dernier est nécessaire, mais il n'est en aucun cas suffisant. Il est au lecteur ce que la raquette est au tennisman : un prérequis essentiel, mais inapte à fonder l'expertise. ...

« Le plus grand ennemi de la lecture, c'est l'échec et notamment l'échec précoce. »



... L'école fait globalement, en matière de décodage, un excellent travail. Toutefois, les textes utilisés pour cet enseignement sont relativement simples et pauvres, sinon le cerveau ne s'en sortirait pas.

Les inégalités sociales et la classe sociale à laquelle on appartient peuvent représenter un obstacle à l'accès et au goût à la lecture... Comment combattre cela ?

Toutes les études accumulées depuis cent ans montrent que l'école ne permet pas, malheureusement, de contrebalancer efficacement les disparités du milieu familial. C'est particulièrement vrai dans le champ du langage. Même s'il est bien évident qu'aucune solution miracle n'existe à ce jour, des recherches récentes dessinent une issue potentielle. Elles montrent que les carences familiales proviennent, pour une part significative, d'un manque d'information. Bien des parents, notamment dans les milieux défavorisés, ne mesurent pas l'importance de parler au jeune enfant, de lui lire des histoires dès ses 3 à 6 mois ; ces parents ne savent pas non plus comment faire, comment lire, comment dire. Le fait de les informer, de leur expliquer l'importance de ces activités, de les éclairer sur la façon dont le cerveau se construit, a sur le développement de l'enfant des effets majeurs, même chez les parents qui ne savent pas (ou difficilement) lire. La lecture est incontestablement le vecteur d'émancipation le plus puissant qu'on puisse offrir à un enfant défavorisé.

Quel rôle peuvent jouer les pouvoirs publics ?

Ils pourraient commencer par faire vraiment de la lecture une grande cause nationale, comme cela avait été proposé il y a deux ans en France, en ne se contentant pas d'effets d'annonce superficiels. Un premier pas important consisterait à offrir aux parents une information solide et détaillée, notamment dans les milieux défavorisés. Il faut dire aux familles pourquoi il est si important de parler et lire aux enfants dès le plus jeune âge. Expliquer concrètement aux parents comment faire. Délivrer ces informations précocement, via les médias, les crèches, les professionnels de la périnatalité, les orthophonistes et les maternités.

Il existe différentes manières de lire. Dans votre ouvrage, vous parlez d'un « art de lire ». De quoi s'agit-il ?

On ne s'improvise pas lecteur. La lecture est une construction cumulative de longue haleine. Personne n'aurait l'idée de proposer les *Caprices* de Paganini à un violoniste débutant. Pourtant, on n'hésite pas à soumettre *Bel-Ami* ou *Les Fleurs du mal* à des lycéens de 15 ans qui n'ont jamais rien lu ou presque et n'ont donc pas construit (sans même parler de connaissances générales) la langue des livres car, désolé de le redire mais c'est fondamental : l'oral n'enseigne pas à « parler l'écrit ». Comment voulez-vous que le gamin s'en sorte ? Ce point pose tout le problème des retards initiaux et de l'extrême difficulté à les combler ; la plupart des enfants n'y arrivent pas et il est facile de comprendre pourquoi.



1965

Naissance, à Lyon.

1997

Soutenance de sa thèse en neurosciences sur les mécanismes de contrôle du mouvement.

1997-2000

Stage postdoctoral à l'université d'Emory, aux Etats-Unis.

2000

Recruté à l'Inserm, l'Institut national de la santé et de la recherche médicale.

Depuis 2006

Dirige une équipe de recherche dédiée à l'étude des bases cérébrales du comportement au sein de l'Institut des sciences cognitives Marc Jeannerod, à Lyon.

2019

Parution de *La Fabrique du crétin digital. Les dangers des écrans pour nos enfants* (Seuil).

Quid du pendant de la lecture : l'écriture ? Quelles seraient les vertus d'écrire régulièrement, de tenir un journal, par exemple ?

Lecture et écriture sont les deux faces d'une même pièce. De manière très schématique, on pourrait dire qu'écrire c'est penser. L'écriture nous permet de transmettre nos idées, de structurer nos raisonnements, tout en favorisant notre équilibre émotionnel et la régulation du stress et de l'anxiété. L'écriture est utilisée avec fruit dans le traitement des dépressions et syndromes de stress post-traumatique. Chez le jeune enfant, l'écriture des lettres ou des mots favorise clairement l'apprentissage du décodage. Plus tard, le lien s'inverse et la lecture devient le fondement essentiel de l'expression écrite.

Certains auteurs, tels que Nietzsche et Schopenhauer, ont mis en garde contre les effets nocifs de « trop lire ». Leur thèse, provocatrice, est que l'excès de lecture nuit à la spontanéité, à la capacité d'action et d'entreprendre.

Alors soyons sans crainte, car « l'excès de lecture » n'est pas, pour nos enfants, un risque substantiel. Plus sérieusement, par sa capacité à nourrir et assoier la pensée, la lecture semble plus apte à doper qu'à pétrifier l'action. Elle est une source unique de conscience sociale et politique. Les œuvres de Zola, Hugo, Zweig ou Harper Lee ont, à travers la prise de conscience qu'elles ont engendrée, fomenté de puissants mouvements contre la misère, la peine de mort, le fanatisme, le racisme, etc. S'il n'en fallait qu'une preuve, on pourrait la trouver dans la haine viscérale que les dictateurs ont toujours voué aux livres. Ceux-ci sont la première cible des tyrans de tout poil, qui ont parfaitement compris qu'en détruisant les livres, c'est la pensée que l'on anéantit et à travers elle, les fondements de notre capacité d'agir.

Vous semblez exclure les mangas et bandes dessinées. Auriez-vous une conception « élitiste » de la lecture ? Pourquoi ce choix ?

Je ne souhaite rien exclure. Toutes les pratiques sont légitimes. Mais cela ne signifie pas qu'elles sont équivalentes. Une bulle de manga et un paragraphe de roman, ce n'est pas la même chose. Autrement dit, tous les contenus n'ont pas le même impact. Les études montrent de façon claire et convergente que l'influence positive de la lecture sur le langage, la culture générale, l'empathie ou la réussite scolaire est liée à la lecture de livres, principalement de fiction. Le temps passé à compulsiver des mangas et BD ou à visiter les réseaux sociaux et blogs divers a un effet au mieux nul et, au pire, négatif. Pour être complet, peut-être convient-il de souligner qu'il n'existe aucune donnée convaincantes suggérant que mangas et BD ouvrent la voie à la lecture de livres. ●



(1) *Faites-les lire ! Pour en finir avec le crétin digital*, par Michel Desmurget, Seuil, 416 p.