

Les bienfaits de la lecture chez les jeunes.

Mai 2018
Par Nadia Gagnier, Ph.D.
École Edgard-Hébert

De la petite enfance...
pour toute la vie!



Un moment privilégié entre parent et enfant!

- Quoi de plus agréable pour un enfant, que de se blottir contre son parent qui lui lit une histoire!!!
- Dans notre course folle contre la montre, voilà une occasion de se détendre...
- ...et d'offrir un moment d'attention exclusive à son enfant!
- Il en a besoin de toute façon!

Tous droits réservés. © 2017, Académie Dre Nadia Gagnier Psychologue-conférencière-formatrice S.A.

De nombreux bénéfices!

Permet à l'enfant de:

- se familiariser avec les lettres, les chiffres, les couleurs, les formes;
- développer le langage et le vocabulaire;
- saisir progressivement les notions d'espace et de temps;
- émettre des hypothèses (comment peut-il se sentir, que va-t-il arriver?);
- comprendre la permanence de l'écrit (si on lui lit plusieurs fois la même histoire);
- développer sa capacité d'écoute et d'attention;
- travailler sa mémoire (le nom du personnage, sa couleur...)

Tous droits réservés. © 2017, Académie Dre Nadia Gagnier Psychologue-conférencière-formatrice S.A.



L'importance de commencer tôt...

- C'est une excellente préparation à la scolarité!
- Les tout-petits adorent les livres de toute façon!
- S'il lui est présenté tôt dans sa vie, le livre devient source de plaisir et d'amusement (suivre chaque mot avec le doigt). Il aimera lire!
- Si on attend trop tard, il risque de percevoir la lecture comme une tâche!

Tous droits réservés. © 2017, Académie Dre Nadia Gagnier Psychologue-conférencière-formatrice S.A.

À tous les âges!

Tous droits réservés. © 2017, Académie Dre Nadia Gagnier Psychologue-conférencière-formatrice S.A.

La lecture pour favoriser le développement socioaffectif

Développement d'un vocabulaire affectif

- Mettre des mots sur les pensées
- Mettre des mots sur les émotions
- Mettre des mots sur les comportements et attitudes

Apprentissage de stratégies face à différents stressseurs

- Conflits
- Déménagements
- Intimidation
- Peurs et anxiété



Tous droits réservés. © 2017, Académie Dre Nadia Gagnier Psychologue-conférencière-formatrice S.A.

La lecture en tant que miroir social

Un récit peut refléter à un jeune

- Ses propres émotions
- Ses attitudes
- La culture de sa génération (ex.: texto)
- Ses intérêts
- La qualité de sa relation avec les autres

Processus d'identification ou contraste

- Ce reflet peut améliorer la connaissance de soi



Tous droits réservés. © 2017, Académie Dre Nadia Gagnier Psychologue-conférencière-formatrice S.A.

La lecture... un outil de dialogue et de développement de l'empathie

Lorsque lue avec un adulte, une histoire peut...

- Aider l'enfant à s'exprimer sur une situation
- Aider l'adulte à trouver le bon niveau de langage pour expliquer des concepts à l'enfant
- Susciter le dialogue entre adulte et enfant sur un sujet particulier
- Favoriser le développement de l'empathie (et toi, comment te sentirais-tu si...?)



Tous droits réservés. © 2017, Académie Dre Nadia Gagnier Psychologue-conférencière-formatrice S.A.

La bibliothérapie... un outil pour surmonter des difficultés!

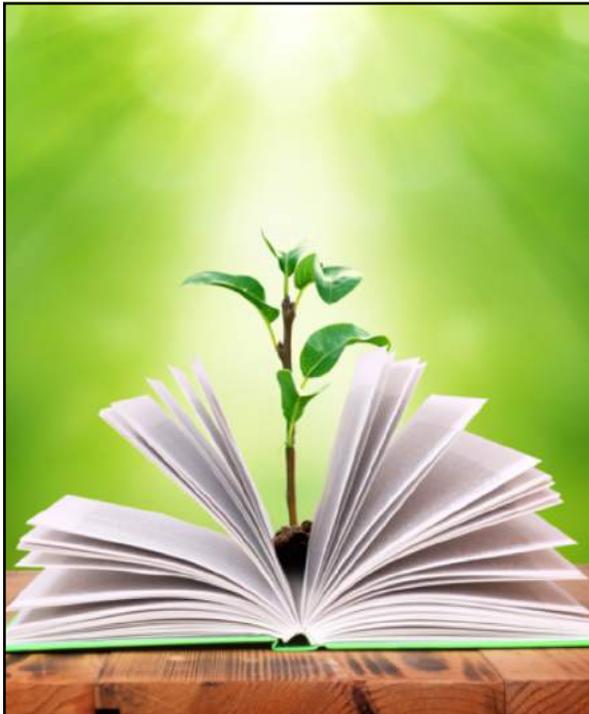
Tous droits réservés. © 2017, Académie Dre Nadia Gagnier Psychologue-conférencière-formatrice S.A.



Qu'est-ce que c'est?

- Utilisation de livres ou d'histoires pour comprendre ses problèmes personnels et pour faciliter la guérison affective.
- Peut aider les enfants à se sentir moins seuls face à une situation, et à trouver des solutions
- Favorise le sentiment d'efficacité personnelle (par le biais de l'apprentissage social)

Tous droits réservés. © 2017, Académie Dre Nadia Gagnier Psychologue-conférencière-formatrice S.A.



Quels sont les avantages?

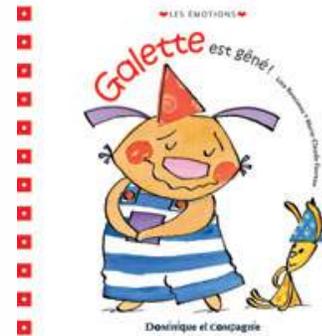
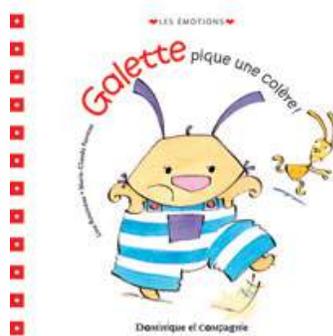
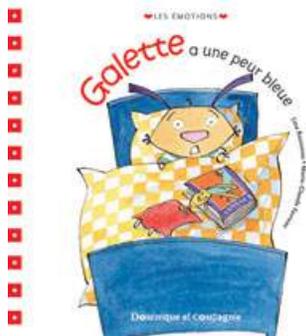
- Les discussions sur des situations hypothétiques peuvent faciliter le développement de:
 - Nouvelles habiletés sociales
 - Habiletés de résolution de problème
 - Identification et validation des émotions
 - Restructuration des pensées et croyances (sur les problèmes d'un autre)
- Habiletés d'adaptation

Tous droits réservés. © 2017, Académie Dre Nadia Gagnier Psychologue-conférencière-formatrice S.A.

Choisir un livre si un enfant vit une difficulté ou un défi...

Tous droits réservés. © 2017, Académie Dre Nadia Gagnier Psychologue-conférencière-formatrice S.A.

Exemples, au préscolaire



Tous droits réservés. © 2017, Académie Dre Nadia Gagnier Psychologue-conférencière-formatrice S.A.

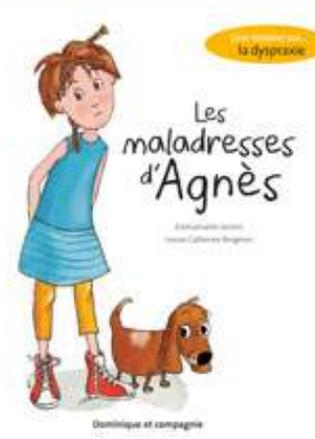
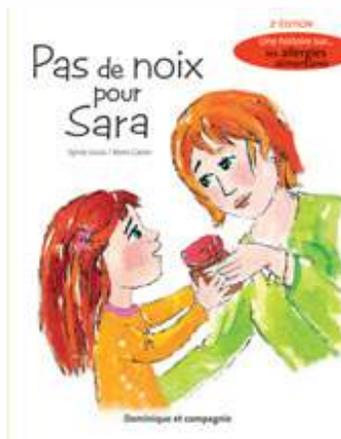
Exemple: Collection Ainsi va la vie



124 titres!

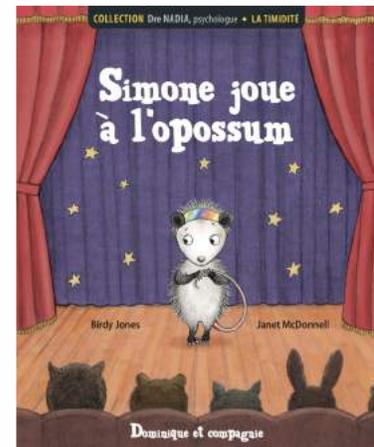
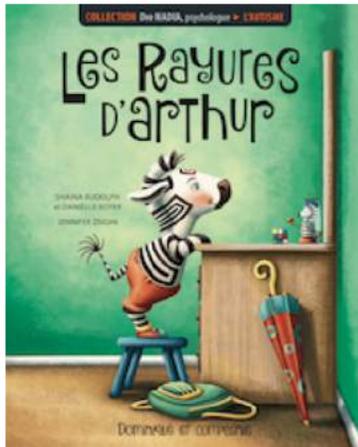
Tous droits réservés. © 2017, Académie Dre Nadia Gagnier Psychologue-conférencière-formatrice S.A.

Exemples, chez Dominique et cie



Tous droits réservés. © 2017, Académie Dre Nadia Gagnier Psychologue-conférencière-formatrice S.A.

Exemples, chez Dominique et cie



Tous droits réservés. © 2017, Académie Dre Nadia Gagnier Psychologue-conférencière-formatrice S.A.

Pour trouver des livres de littérature jeunesse sur des sujets spécifiques...



Légende



Coordonnées d'organismes d'aide offrant de la documentation ou de l'information aux parents



Suggestions de livres et de documents de vulgarisation pour les parents



Suggestions d'albums, de livres et de romans pour les enfants et les adolescents, présentées par catégories d'âge



Suggestions de sites Internet pour les parents



Suggestions de sites Internet spécialement conçus pour les enfants et les adolescents



Suggestions de vidéos pour les parents

Tous droits réservés. © 2017, Académie Dre Nadia Gagnier Psychologue-conférencière-formatrice S.A.

Comment les parents peuvent rendre une lecture aidante pour leur enfant?

Tous droits réservés. © 2017, Académie Dre Nadia Gagnier Psychologue-conférencière-formatrice S.A.

Suggestions pour les parents...

Avec les tout-petits:

- Lire en prenant des voix différentes pour chaque personnage
- Prendre une marionnette qui fera la lecture aux enfants

Avec les tout-petits et les enfants d'âge scolaire:

- Faire une petite discussion après la lecture:
 - Est-ce ça t'es déjà arrivé? Racontes-moi. Comment t'es-tu senti(e)?
 - Comment te sentirais-tu à la place de X? Comment aurais-tu réagit?
 - Trouves-tu qu'il(elle) a trouvé de bonnes solutions? Qu'aurait-il(elle) pu faire d'autre?

Tous droits réservés. © 2017, Académie Dre Nadia Gagnier Psychologue-conférencière-formatrice S.A.

Conclusion...

Tous droits réservés. © 2017, Académie Dre Nadia Gagnier Psychologue-conférencière-formatrice S.A.



Conclusion...

- Dès la petite enfance:
 - Permet à l'enfant d'associer plaisir et lecture
 - Favorise la préparation à la scolarité
- Favorise le développement du vocabulaire affectif (nommer ses émotions) et de l'empathie
- Moment de rapprochement qui favorise le dialogue et la réflexion.
- Par processus d'identification, l'enfant peut se sentir validé dans ce qu'il vit.

Tous droits réservés. © 2017, Académie Dre Nadia Gagnier Psychologue-conférencière-formatrice S.A.

A C A D É M I E
dre.nadia
PSYCHOLOGUE | CONFÉRENCIÈRE | FORMATRICE S.A.

Merci de votre
attention!

www.drenadiapsychologue.com