

Lurelu



# Développer les compétences émotionnelles des élèves grâce à la littérature jeunesse

Élaine Turgeon

---

Volume 44, numéro 1, printemps-été 2021

URI : <https://id.erudit.org/iderudit/95709ac>

[Aller au sommaire du numéro](#)

---

Éditeur(s)

Association Lurelu

ISSN

0705-6567 (imprimé)

1923-2330 (numérique)

[Découvrir la revue](#)

---

Citer cet article

Turgeon, É. (2021). Développer les compétences émotionnelles des élèves grâce à la littérature jeunesse. *Lurelu*, 44(1), 81-82.



## Développer les compétences émotionnelles des élèves grâce à la littérature jeunesse

Élaine Turgeon

81

Dans le cadre de cette chronique, j'ai décidé de me pencher non pas sur l'exploration d'un livre en particulier, mais bien sur une façon de le faire. Dans le contexte singulier que nous vivons depuis plusieurs mois, il m'a semblé pertinent de m'intéresser au rôle que peut jouer la lecture des livres de fiction pour développer les compétences émotionnelles des élèves.

Le terme «compétences émotionnelles» fait principalement référence à la capacité d'une personne à reconnaître et à nommer ses propres émotions, mais également celles des autres, et à en comprendre les causes. Cela implique donc la notion d'empathie, c'est-à-dire la capacité à se mettre à la place de l'autre. Parce qu'elles permettent d'améliorer la capacité des enfants à identifier leurs émotions et celles des autres, et à comprendre la façon dont elles influencent le comportement, les compétences émotionnelles permettent d'avoir et d'entretenir des relations interpersonnelles saines et de prendre des décisions responsables (Racine, 2020).

Une émotion est une réaction spontanée à une situation. Elle entraîne généralement des manifestations physiques (par exemple, des tremblements) et des manifestations psychologiques (par exemple, des pensées). L'émotion se distingue du sentiment par la durée; la première étant fugace, alors que le second est plus durable.

### Développer l'empathie fictionnelle des élèves

Parce que la littérature jeunesse fait vivre des émotions à travers les personnages qu'elle met en scène et les situations qu'ils vivent, elle permet aux élèves de mieux se comprendre et de mieux comprendre les autres, ce qui est propice au développement de leurs compétences émotionnelles et, en particulier, de l'empathie.

Si le développement de l'empathie est essentiel à l'épanouissement harmonieux d'une personne, cette compétence émotionnelle serait aussi nécessaire à une meilleure

compréhension en lecture. En effet, il semble que ce soit l'empathie fictionnelle qui permette au lecteur de comprendre les états mentaux des personnages (émotions, intentions, pensées et croyances) et d'anticiper leurs actions (Larivée, 2015). En retour, la lecture permettrait de développer l'empathie du lecteur. En effet, il semblerait que plus les gens lisent de la fiction, plus leur score est élevé à des tests d'empathie (Mar et collab., 2006).

On distingue deux types d'empathie : l'empathie émotionnelle, qui concerne la capacité d'identifier les émotions d'autrui et de les éprouver sans se confondre avec lui; et l'empathie cognitive, qui concerne la capacité à comprendre le point de vue de l'autre (ses pensées et ses idées). Il ne s'agit plus de ressentir ce que l'on ressentirait si l'on était à la place de l'autre, mais bien de se décentrer de soi et de se mettre à sa place pour essayer de voir le monde avec ses yeux.

Il est difficile pour les enfants d'identifier leurs propres émotions, en particulier pour certaines d'entre elles (par exemple, la jalousie, la honte ou la culpabilité). Il leur est d'autant plus difficile de comprendre les émotions des autres et les raisons qui les motivent, et de comprendre que l'on puisse avoir plusieurs points de vue sur une même situation. Voilà pourquoi il est important de profiter de toutes les occasions pour les aider à développer leurs compétences émotionnelles et, en particulier, leur empathie fictionnelle.

• Ainsi, au cours d'une lecture, il peut être intéressant<sup>1</sup> d'amener les élèves à :

• Identifier les émotions ressenties par les personnages à différents moments du récit (Comment se sent le personnage?);

• Repérer les indices du texte (mots ou passages) ou des illustrations, s'il y a lieu, qui leur permettent d'identifier cette émotion (Quels indices te permettent de savoir qu'il se sent ainsi?);

• Identifier les causes qui les amènent à se sentir ainsi (Pourquoi se sent-il ainsi?);

• S'imaginer dans la situation du personnage (Comment te sentirais-tu si tu étais à la place du personnage? Comment réagirais-tu si tu étais dans la même situation?);

• Décrire simultanément l'évolution des émotions d'un personnage et celle de leurs propres émotions en tant que lecteur, à travers les différents moments du récit (à la montée du problème, lors des différentes tentatives d'action, lors du dénouement). Cela peut se faire à l'aide d'un tableau à deux entrées : une colonne pour le personnage, une autre pour le lecteur. L'album *Mon frère et moi*, d'Yves Nadon, pourrait être très approprié pour ce genre de réflexion.

• Imaginer les pensées des personnages à différents moments du récit et les raisons qui les justifient (À quoi pense-t-il? Que croit-il? Pourquoi pense-t-il ou croit-il cela?);

• Identifier les motivations des personnages (Pourquoi agit-il ainsi? Que veut-il obtenir?);

• S'identifier aux personnages (Quel est le personnage auquel tu t'identifies le plus? Pourquoi? Quel est le personnage auquel tu t'identifies le moins? Pourquoi?);

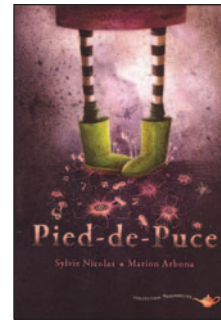
• Envisager les différentes actions que pourrait entreprendre le personnage pour régler son problème et les conséquences de chacune d'entre elles (positives et négatives) (Quelles actions pourraient entreprendre le personnage pour régler son problème? Quels sont les avantages et les inconvénients de chacune?).

D'autres propositions peuvent également être envisagées après la lecture d'un livre :

• Décrire l'arc narratif des émotions vécues par les différents personnages (Par quelles émotions passe le personnage principal, de l'évènement déclencheur au dénouement? Et les autres personnages?);

• Inviter les élèves à jouer des scènes du livre en alternant les personnages (les adapter en saynètes et jouer tour à tour le rôle du «méchant» et du «gentil»);

• Faire rédiger des écrits en «je» fictif (écrire en se mettant dans la peau d'un per-



sonnage). Par exemple : demander aux élèves de rédiger un court texte à la première personne, en adoptant le point de vue du personnage et en décrivant ce qu'il pense ou ressent à un moment précis de l'histoire (il est important de préciser aux élèves que le «je» est le personnage et non pas eux en tant que lecteurs). Il peut être intéressant de faire l'exercice pour deux personnages antagonistes, ce qui oblige les élèves à envisager tour à tour le point de vue de chacun des personnages.

- Dans un récit, il arrive souvent que l'auteur adopte le point de vue d'un de ses personnages (même quand celui-ci n'est pas écrit au «je»). Lorsque c'est le cas, amener les élèves à adopter le point de vue de l'autre personnage impliqué dans une scène (Comment se sent-il? À quoi pense-t-il? Etc.);

- Proposer aux élèves de personnifier un animal ou un objet est également un bel exercice pour percevoir le monde selon une autre perspective. Le livre *Émilie, la baignoire à pattes*, de Bernadette Renaud, pourrait être un bon déclencheur pour cet exercice. En effet, dans ce dernier, l'auteure adopte le point de vue d'une baignoire abandonnée par ses propriétaires.

Diverses activités peuvent également être vécues avant la lecture d'un livre :

- Animer une discussion sur les émotions et les sentiments provoqués par une situation. Par exemple, avant de lire le livre *Des éclats de nous* de Jennifer Tremblay, demander aux élèves quelles émotions peuvent être suscitées par la séparation d'un couple (en l'occurrence, celle de parents).

- Pour augmenter le bagage de vocabulaire relatif aux émotions des élèves, il peut être intéressant de classer des émotions en ordre d'intensité (de la plus petite à la plus forte manifestation). Par exemple : frustration, colère, rage ou plaisir, joie, bonheur. Il est important d'explorer toute la gamme des émotions, pas seulement les négatives!

### Quelques livres pour explorer des émotions

Par définition, tout livre de fiction devrait permettre de mobiliser l'empathie fictionnelle des élèves. Voici toutefois une liste de suggestions pour explorer diverses émotions :

Steve Adams, *Le prince et l'hirondelle*, Dominique et compagnie, 2007.

Mario Brassard, *La saison des pluies*, Soulières éditeur, 2013.

Dominique Demers, *La Fabuleuse entraîneuse*, Québec Amérique, 2017.

Louis Émond et Steve Adams, *La belle histoire d'une vieille chose*, La Bagnole, 2016.

Charlotte Gingras, *La boîte à bonheur*, La courte échelle, 2017.

Annie Groovie, *Les émotions*, Presses Aventure, 2018.

Dominique de Loppinot, *1-800 enfants (pas) contents*, Soulières éditeur, 2016.

Sylvie Nicolas et Mario Arbona, *Pied-de-Puce*, Trampoline, 2009.

Julie Pearson et Manon Gauthier, *Elliot*, Les 400 coups, 2014.

Andrée Poulin et Mathieu Lampron, *Qui va bercer Zoé?*, Les 400 coups, 2018.

Nadine Robert et Gérard DuBois, *Au-delà de la forêt*, Comme des géants, 2016.

Gilles Tibo et Geneviève Després, *Ma plus belle victoire*, Québec Amérique, 2015.

Roxane Turcotte et Maxime Lacourse, *Éloi et le cheval de joie*, Isatis, 2017.



### Notes

1. Il s'agit ici de suggestions. Toutes ces questions ne devraient pas être posées les unes à la suite des autres, mais choisies en fonction du récit lu.
2. Il est important de faire prendre conscience aux élèves qu'ils savent parfois des choses (en tant que lecteurs) que les personnages ne savent pas. Le personnage peut ainsi croire des choses que le lecteur sait être fausses.

### Références

LARIVÉE, V. *Du bon usage du bovarysme dans la classe de français. Développer l'empathie fictionnelle des élèves pour les aider à lire des récits de fiction : l'exemple du journal de personnage*, thèse Université Michel de Montaigne, 2014.

MAR, R. A., OATLEY, K., HIRSH, J., DELA PAZ, J. et J. B. PETERSON, «Bookworms versus nerds: Exposure to fiction versus non-fiction, divergent associations with social ability, and the stimulation of fictional social worlds», *Journal of Research in Personality*, vol. 40, 2006, p. 694-712.

Racine, M. *Compétences émotionnelles : pourquoi et comment les enseigner?*, CTREQ, 2020. Repéré à : <http://rire.ctreq.qc.ca/2020/01/competences-emotionnelles-pourquoi-comment/>