

Les bienfaits de la lecture

Pour que la lecture devienne
une priorité de société



Lire en famille contribue au développement des enfants

Faire la lecture aux enfants :

- favorise leur développement cognitif et langagier,
- les prépare à devenir eux-mêmes des lectrices et lecteurs,
- facilite leur entrée dans le monde scolaire¹.

Lire pendant les études améliore la réussite scolaire

Trois heures ou plus par semaine à lire pour le plaisir :

- permet de meilleurs résultats dans la langue d'enseignement et dans l'ensemble des matières²,
- donne un plus grand sentiment d'appartenance envers l'école.

Peu importe le milieu d'origine, l'habitude de lecture pour le plaisir dès le plus jeune âge favorise la réussite scolaire³.

« Nous ne cessons pas d'apprendre lorsque nous quittons l'école, car la plupart des participants [à l'étude⁴] ont réalisé des gains importants en vocabulaire entre l'âge de 16 et de 42 ans. »

Lire favorise l'employabilité et des revenus plus élevés

2012

Le revenu médian des ménages canadiens ayant de faibles compétences en littératie était **41 % moins élevé** que pour ceux ayant les compétences les plus élevées en littératie⁵.

Parmi les personnes qui étaient âgées de 15 ans en l'an 2000, ceux dont les compétences en lecture étaient alors élevées ont, par la suite, obtenu **une rémunération d'emploi supérieure**⁶.

2021

Les municipalités régionales de comté (MRC) qui ont un meilleur niveau de littératie sont situées dans les **grands centres urbains et les banlieues**, localités où la population, relativement jeune, est **la plus scolarisée**⁷.

Dans une économie numérique moderne, il est presque impossible de s'extraire de sa condition et de bénéficier d'une mobilité sociale sans de bonnes compétences en lecture. Ce n'est pas un hasard si l'un des mécanismes les plus importants par lesquels les familles privilégiées transmettent leurs privilèges à leurs enfants est la lecture⁸.

Lire rendra le Québec plus prospère

Un·e jeune travailleur·se ayant de faibles compétences en littératie **coûte en moyenne 200 000 \$ à la société québécoise** en revenus potentiellement perdus, dont 35 % en retombées fiscales⁹.

Plus de 2 milliards \$ seraient injectés dans l'économie québécoise chaque année (une hausse de 1,4 % du PIB), si le Québec obtenait les mêmes résultats que l'Ontario en littératie¹⁰.

Des économistes ont estimé que si un pays de l'OCDE accroît de 1 % les compétences de sa population en littératie par rapport à la moyenne internationale, son PIB par habitant augmentera de **1,5 %** et sa productivité du travail de **2,5 %**¹¹.

Lire, c'est prendre sa vie et sa santé en main

La littératie en santé est une ressource qui facilite la vie quotidienne dans les milieux de vie, d'apprentissage, de travail, de culte et de loisirs. L'état de santé et l'apprentissage sont étroitement liés, à tout âge et à toutes les étapes de la vie¹².

La littératie :

- nous permet de planifier notre mode de vie,
- d'y apporter les modifications nécessaires pour améliorer notre santé,
- nous aide à prendre des décisions adéquates et éclairées en matière de santé,
- facilite l'accès aux soins de santé et l'administration de traitements curatifs complexes¹³.

La lecture :

- prévient certains problèmes de santé mentale, comme la dépression et l'anxiété, notamment grâce aux livres de développement personnel et d'autonomisation¹⁴,
- entraîne une réduction marquée de la gravité des symptômes de démence¹⁵.

« Lorsqu'ils lisent pour le plaisir, les jeunes en apprennent beaucoup sur les relations à long terme, les valeurs personnelles, l'identité culturelle, la sécurité et l'intégrité physique, les préférences esthétiques et la compréhension du monde matériel, ce qui aide tous les lecteurs adolescents dans la transition de l'enfance à l'âge adulte¹⁶. »

Lire, c'est thérapeutique

Les groupes ou clubs de lecture aident des personnes isolées à **créer des liens**, par exemple :

- surmonter le sentiment d'isolement de personnes aveugles ou handicapées¹⁷,
- améliorer l'alphabétisation et la confiance en soi de jeunes mères fréquentant les organismes communautaires, et leur offrir l'occasion d'échapper à des situations où elles sont souvent isolées¹⁸,
- aider à se connecter au monde et à gérer ses émotions¹⁹.

La bibliothérapie confère :

- une prise de conscience qui permet aux personnes souffrantes de trouver des solutions ou des réponses,
- un lâcher prise, un réconfort ou un apaisement qui diminuent l'anxiété, l'angoisse ou la tristesse, et parfois de « véritables moments de bien-être psychique »,
- les livres de psychologie et de développement personnel permettent de faire de la prévention en santé ou incitent à demander de l'aide²⁰.

Lire nous en apprend autant sur nous-mêmes que sur la littérature et sur le monde qui nous entoure, en créant une relation personnelle avec les œuvres et ceux qui les créent. Cette expérience nous appartient intimement.

Lire favorise la participation civique

2005

Les Canadien·ne·s qui ont lu un livre avaient :

- 29 % plus tendance à faire du bénévolat que ceux qui n'en ont pas lu,
- 50 % plus tendance à faire des dons.
- 15 % plus tendance à rendre service à un voisin²¹.

Lire, c'est préserver les libertés politiques

Les dictatures ont toujours mis un soin particulier à censurer les médias et les livres, à persécuter les journalistes et les écrivains et les écrivaines, car leurs mots peuvent avoir un énorme retentissement, soulever les foules et déboulonner les pires tyrans.

« Être informé, c'est être libre », se plaisait à rappeler René Lévesque, qui fut journaliste avant de se lancer en politique et devenir premier ministre du Québec.

« Plus que toute autre création humaine, le livre est le fléau des dictatures », expose l'écrivain Alberto Manguel²².

En conclusion...

La lecture est essentielle et nécessaire dans de nombreuses sphères de notre société.

Elle contribue grandement à la prospérité de la société et à l'épanouissement des individus qui la composent.

Éducation conditions d'existence employabilité
santé mentale esprit critique empathie tolérance

« Je suis né dans une maison sans livres. (...) Je ne suis pas allé à l'école longtemps, je l'ai dit aussi, la lecture a été ma seule école. (...) c'est aussi la littérature, les lettres, les textes qui m'auraient formé le goût, le jugement et le sens critique, avec plus de méthode sans doute que je n'ai su le faire tout seul »²³, raconte le chroniqueur Pierre Foglia.

Références

1. Gérard Malcuit, Andrée Pomerleau et Martine Verreault. « Impact de programmes d'activités de lecture interactives sur le développement cognitif et langagier d'enfants âgés de 0 à 5 ans : les programmes ALI », *Éducation et francophonie*, vol. 33 no 2, automne 2005, p. 184, 186.
2. Hélène Desrosiers, Frédéric Guay, Virginie Nanhou et Karine Tétreault. *La motivation en lecture durant l'enfance et le rendement dans la langue d'enseignement à 15 ans*, Institut de la statistique du Québec, novembre 2016, p. 12.
3. Sacha Hilhorst et Tom Speight. "It's no exaggeration to say that reading can transform British society..." *A Society of Readers*, Londres, Demos, octobre 2018, p. 8. Traduction libre.
4. *Ibid.*, p. 25.
5. Statistique Canada. *Le lien entre les compétences et le faible revenu*, 24 février 2016,
6. Statistique Canada. *Les compétences en lecture évaluées à l'âge de 15 ans ont-elles une incidence sur la rémunération d'emploi des jeunes adultes ?*, 17 octobre 2019,
7. Pierre Langlois. *La littératie au Québec : un regard local sur les enjeux. Estimation d'un indice de littératie par MRC*, Montréal, Fondation pour l'alphabétisation, octobre 2021, p. 2.
8. *Op. Cit.* 3, p. 22.
9. Pierre Langlois. *La littératie comme source de croissance économique. Analyse économique réalisée par Pierre Langlois, M.Sc. Sciences économiques pour la Fondation pour l'alphabétisation et le Fonds de solidarité FTQ*, Montréal, 21 février 2018, p. 19.
10. *Ibid.*, p. 20.
11. Serge Coulombe et Jean-François Tremblay. "Public Investment in Skills: Are Canadian Governments Doing Enough?", C.D. Howe Institute Commentary no 217, octobre 2005. C.D. *Howe Institute Commentary* no 217, October 2005.
12. Irving Rootman et Deborah Gordon-El-Bihbety. *Vision d'une culture de la santé au Canada : rapport du Groupe d'experts sur la littératie en matière de santé*, Association canadienne de santé publique, 2008, p. 13.

13. Association canadienne de santé publique. *Exemples de mise en application de la littératie en santé*, Ottawa, 2014, cité par Yves G. Jalbert. *Littératie et santé, au cœur de l'identité culturelle québécoise*, Association pour la santé publique du Québec, 2016, p. 13.
14. Sacha Hilhorst et Tom Speight. *Op. cit.*, p. 16.
15. *Ibid.*
16. Vivian Howard. "The importance of pleasure reading in the lives of young teens : Self-identification, self-construction and self-awareness", *Journal of Librarianship and Information Science*, vol. 43 no 1, 2011, p. 46. Traduction libre.
17. Sacha Hilhorst et Tom Speight. *Op. cit.*, p. 7.
18. *Ibid.*, p. 13.
19. *Ibid.*, p. 12.
20. Pierre-André Bonnet. *La bibliothérapie en médecine générale. Médecine humaine et pathologie*, Université de la Méditerranée—Aix-Marseille II, 2009, p. 75-78.
21. Kelly Hill, et Kathleen Capriotti. « Les effets sociaux de la culture : modèles statistiques détaillés », *Regards statistiques sur les arts*, vol. 7, no 1, Hill Stratégies Recherche Inc., juillet 2008, p. 8, 12, 16.
22. Alberto Manguel. *La Bibliothèque la nuit*, Paris, Actes Sud, 2006.
23. Pierre Foglia. « *Communicons* », La Presse, 18 mai 2013, p. A5.