

Transcription du document sonore. Niveau C1.

L'impact de la lecture sur notre cerveau par Laurent Cohen

Vendredi 31 octobre 2025

<https://www.radiofrance.fr/franceinter/podcasts/mots-et-merveilles/l-impact-de-la-lecture-sur-notre-cerveau-par-laurent-cohen-5-5-9478930>

Durée : 03:46 – Mots et merveilles - par : Dorothée Barba.

Transcription

- **Enfant** : On n'a même pas découvert, à mon avis, un milliardième de l'univers. C'est à moitié philosophique et scientifique.
- **Dorothée Barba** : Bonjour Laurent Cohen.
- **Laurent Cohen** : Bonjour.
- **Dorothée Barba** : On parle souvent aujourd'hui d'élèves en échec scolaire, d'élèves qui ne savent pas lire à 10 ans aisément. Est-ce que vous pouvez nous dire pourquoi l'apprentissage de la lecture est aussi structurant et important dans la façon dont nos cerveaux s'élaborent ?
- **Laurent Cohen** : Alors, la lecture, c'est spécial par rapport au langage parlé, parce qu'un petit bébé il apprend à parler sans que personne ne lui donne de leçons. La lecture c'est pas pareil, la lecture on est obligé d'aller à l'école, de prendre des leçons et de souffrir pendant 10 ans pour devenir un lecteur expert. La raison c'est qu'on a un cerveau qui a d'une certaine manière dès la naissance une machine à parler. Et cette machine n'a plus besoin que de petits réglages pour apprendre à parler une langue particulière qui est la langue du pays dans lequel vous êtes élevé.

Bon, la lecture c'est pas pareil, on n'a pas de machine à lire dans le cerveau, la lecture c'est un truc qui a été inventé il y a 5000 ans, c'est très récent à l'échelle de l'évolution biologique, donc on doit se débrouiller pour apprendre à lire avec un cerveau qui n'est pas fait pour ça d'une certaine manière, et c'est pour ça qu'on est obligé de prendre du temps, des efforts et de souffrir un petit peu.

Alors, pour apprendre à lire, y a deux choses, on utilise deux grandes parties de notre cerveau, la première partie, c'est le système visuel, c'est les systèmes qui dans le cerveau servent à reconnaître les formes en général. Reconnaître une bouteille, une table, une chaise, c'est reconnaître des formes, et reconnaître des lettres, c'est aussi reconnaître des formes, donc il faut apprendre à notre système visuel à reconnaître ces formes très particulières que sont... les lettres et les combinaisons de lettres.

Ça c'est une partie du travail et on a montré qu'à l'intérieur du système visuel cérébral, il y a une sous-région, toujours la même chez tout le monde, qui se spécialise pendant que les enfants apprennent à lire, qui devient la région spéciale de la reconnaissance des lettres. Ça c'est la première chose, c'est la vision.

Mais il y a une deuxième chose dont on a besoin pour lire, c'est du langage, c'est-à-dire qu'une fois que les lettres sont reconnues, eh bien on entre dans le langage, on reconnaît ce que veut dire le mot, on prononce le mot, etc., tout ça c'est du langage. Et donc la deuxième chose qu'on doit apprendre quand on apprend à lire, c'est établir un lien tout à fait spécial, tout à fait nouveau entre ces lettres et des sons et des significations.

Et tout ça, l'enfant doit le mettre en place pendant qu'il apprend à lire.

- **Dorothée Barba** : Et s'il le fait pas, est-ce que c'est un muscle qui disparaît ?
- **Laurent Cohen** : Alors, c'est pas un muscle d'abord, le cerveau c'est tout mou et tout gris, c'est pas du muscle, mais surtout, il y a une étude à laquelle j'avais participé, publiée il y a deux ans, qui a porté sur la comparaison du cerveau de gens lettrés, d'adultes illettrés et d'adultes qui ont été alphabétisés seulement à l'âge adulte. Donc, la comparaison de ce qui se passe dans le cerveau de ces trois groupes d'êtres humains permet d'avoir une idée de ce qui change dans le cerveau à la suite de l'apprentissage de la lecture.

La réponse, c'est que le cerveau des adultes qui ont appris à lire à l'âge adulte, et pas dans leur enfance, eh bien, les changements qu'on voit chez les lettrés se produisent aussi chez eux, autrement dit, il n'est pas trop tard.

Ils ont moins de pratiques, évidemment, ils ont moins lu que les enfants qui ont passé 10 ans à l'école, donc ils lisent moins bien, mais ce qu'on voit se mettre en place dans leur cerveau, c'est les mêmes changements que quand vous apprenez à lire quand vous êtes petit, donc l'espoir n'est pas perdu.

- **Dorothée Barba** : Là, ça m'amène à une autre question, est-ce qu'on peut apprendre à tout âge, Laurent Cohen ?
- **Laurent Cohen** : Mais exactement, on peut apprendre à tout âge, le problème c'est qu'évidemment, il n'est pas dit qu'on puisse apprendre aussi bien. Là je parle de la lecture, hein ?, je parle de la lecture. Il y a des choses qui sont vraiment difficiles à apprendre à tout âge, mais la lecture, ça peut s'apprendre à tout âge, mais évidemment, les enfants ont un avantage parce qu'ils ont une pratique beaucoup plus importante.
- **Dorothée Barba** : Merci Laurent Cohen, je rappelle que vous êtes l'auteur d'un ouvrage passionnant qui s'intitule *Pourquoi les filles sont si bonnes en maths : Et 40 autres histoires sur le cerveau de l'homme*, c'est publié chez Odile Jacob et ça paraît en livre de poche.
- **Laurent Cohen** : Au revoir.

Mentions légales : « Tous droits de reproduction et de représentation réservés. © 2009 Radio France. Toutes les informations reproduites dans ce site (sons, photos, logos Radio France) sont protégées par des droits de propriété intellectuelle détenus par Radio France. Par conséquent, aucune de ces informations ne peut être reproduite, modifiée, rediffusée, traduite, exploitée commercialement ou réutilisée de quelque manière que ce soit sans l'accord préalable écrit de Radio France. »