IUT Paris Descartes

Département Carrières Sociales

Formation Initiale

Option : ASSC

L’identification aux personnages de fictions littéraires

Mémoire de DUT

Session Juin 2018

GOUJON Laura

Directeur de mémoire : POGNANT Patrick

IUT Paris Descartes

Département Carrières Sociales

Formation Initiale

Option : ASSC

L’identification aux personnages de fictions littéraires

Mémoire de DUT

Session Juin 2018

GOUJON Laura

Directeur de mémoire : POGNANT Patrick

Remerciements

Je souhaiterais en premier lieu remercier Patrick Pognant d'avoir accepté de diriger ce mémoire et de n'avoir eu de cesse de me pousser à approfondir ma réflexion tout au long de nos échanges, en plus de s'être rendu très disponible et réactif pour m'aider à avancer dans mon travail tout au long de cette année et demie.

Je remercie également Alain Romestaing pour les conseils donnés quant à la rédaction et d'avoir lui aussi apporté un regard critique notamment sur le choix de ma problématique, ce qui m'a permis de choisir les termes employés avec minutie.

J'aimerais tout autant remercier Jérôme Guegan d'avoir, à travers les cours qu'il a donnés ces deux dernières années, éveillé mon intérêt pour la psychologie, ce qui a grandement influencé le choix de mon sujet, mais également d'avoir pris le temps de me conseiller des lectures afin d'étayer mon propos et d'élargir mes connaissances.

Enfin, je remercie ceux qui, parmi mes proches, m'ont soutenue en m'écoutant parler de mon sujet des heures durant sans jamais se plaindre.

Sommaire

Introduction **1**

I/ Étude de l'effet de la littérature sur le développement humain **3**

1) Chez l'enfant : influence des contes de fées 3

a) Le conte moralisateur 3

b) Mettre l'enfant face à ses peurs innées 4

c) Permettre à l'enfant de se construire avec des référents identitaires 6

2) Ces personnages de fiction devenus des figures comportementales 7

a) Œdipe 7

b) Les exemples de la littérature classique 8

c) Les mythes et la propension à obéir 10

3) La littérature au service des maux : la méthode de la bibliothérapie 11

a) Historique 11

b) La bibliothérapie en France 12

c) Fonctionnement de la méthode 13

II/ Mécanismes d'imprégnation psychologique chez le jeune adulte **16**

1) L'identité toujours en transformation : intervention des référents identitaires 16

2) La lecture supprime les inhibitions et permet la libération des pulsions sans culpabilité 19

3) La co-construction des personnages par l'auteur et le lecteur 21

III/ Les différentes identifications possibles et leurs effets **24**

1) Recherche d'un modèle à qui ressembler 24

2) Recherche d'une figure amoureuse 27

3) Recherche de soi 30

Conclusion **34**

Sources **36**

Annexes **38**

Introduction

Aussitôt que nous ont été exposées les consignes de rédaction du mémoire en première année de DUT, de nombreuses idées de sujets me sont venues à l'esprit. Toutes avaient trait aux personnages de fiction, ou aux figures historiques abordées à travers la fiction.

Je suis en effet passionnée par les univers fictifs, et cet intérêt se manifeste sur de nombreux supports : la lecture évidemment, mais également le jeu vidéo, le cinéma, les séries télévisées, les comics et bandes dessinées. C'est aux personnages que j'accorde le plus d'importance lorsque je lis ou visionne une fiction. J'ai donc pleinement conscience de la relation particulière et exclusive qui peut se nouer entre le lecteur ou le spectateur et le personnage de fiction.

Dès lors que j'ai réalisé ce constat, il m'a semblé pertinent de m'interroger sur le rôle que peuvent jouer ces personnages dans le développement de la personne, leur influence sur la vie quotidienne et sur l'avenir de ceux qui les rencontrent au détour d'une fiction. Il m'a semblé évident que le phénomène qui faisait office de médiateur entre le lecteur et le personnage de fiction était l'identification.

Lorsque j'ai réfléchi aux termes de ma problématique, il m'a fallu déterminer comment je pouvais définir le concept d'identification. Il est apparu clairement qu'il n'y avait pas une manière de s'identifier à un personnage, mais que plusieurs types d'identification pouvaient s'envisager. Dans le cadre de ce travail, j'ai retenu principalement trois identifications possibles. La plus courante est l'envie pour le lecteur de ressembler à son personnage favori, qualités et défauts compris, ou encore de posséder certains attributs caractéristiques combinés de plusieurs personnages, par exemple l'intelligence de l'un et le physique de l'autre. Il y a ensuite le fait d'éprouver pour un personnage un attrait si particulier qu'on développe pour lui des sentiments d'affection et que le lecteur peut chercher un partenaire qui lui ressemble ou faire en sorte que son conjoint change dans le but de lui ressembler. Le dernier type d'identification, également très courant, sera la tendance à s'accrocher à des personnages qui nous ressemblent, notamment dans le caractère et les actes. Cette identification a pour particularité de permettre au lecteur de mieux se connaître et de pouvoir comprendre ses propres réactions.

Il m'a semblé plus pertinent de me concentrer sur les personnages de fiction littéraire en ce que l'imaginaire du lecteur joue un rôle déterminant dans leur appréhension et

leur construction. La littérature est en effet la plus propice au développement d'une idéalisation du personnage et à la construction d'un imaginaire qui permet au lecteur de s'investir totalement dans l'univers fictif, sans que les caractéristiques physiques d'un personnage lui soient imposées à travers une image créée par quelqu'un d'autre.

Afin de ne pas trop fermer le sujet, on considèrera que, quel que soit le genre, et même dans le cas des romans historiques, les personnages présents dans les œuvres littéraires sont fictifs : si l'on fait mention d'un personnage qui a existé, il convient de se dire que l'histoire aura été quelque peu travestie, romancée, afin d'être rendue plus spectaculaire et de toucher le public selon la volonté de l'auteur. On considèrera de même que l'identification est rendue possible dès lors qu'un personnage est présent dans le récit. Ainsi, il est entendu que les livres scientifiques ne permettront pas l'opération du phénomène : son apparition est propre à la fiction.

Dans la définition de mon sujet, j'ai également fait le choix de me concentrer sur un public en particulier, les jeunes adultes, en raison de leur proximité temporelle avec une période de construction identitaire très importante représentée par l'adolescence. Malgré ce choix, il est certain qu'il m'a fallu remonter jusque dans la période de l'enfance pour traiter de l'ensemble du phénomène que je souhaitais étudier, et que les conséquences qui sont déjà présentes chez les jeunes adultes perdureront chez les adultes plus âgés.

De nombreuses problématiques m'ont paru intéressantes à traiter tant le sujet est vaste et peut être abordé de diverses manières, mais j'ai choisi de tenter de répondre à la question suivante : comment l'identification à un personnage de fiction peut influencer le développement de certains individus ?

J'ai en effet dû prendre en compte qu'il était impossible d'avoir la certitude que chaque individu était sensible au phénomène d'identification, quelle que soit sa forme. Plutôt que d'établir une généralité maladroite, j'ai donc nuancé la construction de ma problématique afin d'être au plus proche de la réalité.

Afin de répondre à cette problématique, j'étudierai dans une première partie l'effet qu'on a pu observer des œuvres littéraires sur le développement humain. Dans une seconde partie, nous expliciterons les mécanismes d'imprégnation psychologique chez le jeune adulte. Enfin, dans une dernière partie, nous reviendrons sur les différentes formes d'identification possible et leurs effets.

I/ Étude de l'effet de la littérature sur le développement humain

Afin d'introduire plus avant mon propos, il me semble important de démontrer que, sans parler déjà de phénomène d'identification, la littérature a un effet démontré par de nombreux penseurs sur le développement humain. Dès l'enfance, la littérature représente un support d'éducation non négligeable. Elle peut également représenter un outil précieux à l'âge adulte.

1) Chez l'enfant : influence des contes de fées

a) Le conte moralisateur

Le conte de fées est bien souvent l'occasion d'apprendre une leçon de vie. Plus précisément, c'est l'usage qu'en ont fait les adultes. Le fait de lire des contes de fées à ses enfants a, en effet, pour vocation de vulgariser et imager l'information suffisamment pour qu'un petit humain puisse la comprendre. Les adultes voient dans les contes des manières d'édulcorer la réalité tout en faisant comprendre aux enfants les situations auxquelles ils pourront être confrontés.

Bruno Bettelheim[1] explicite très bien ce phénomène et donne une interprétation très profonde des contes de fées. Les contes deviennent ainsi l'occasion d'intérioriser les notions de bien et de mal, de développer son imagination, et d'acquérir les fameuses « normes sociales ». Ainsi apprenons-nous qu'il faut obéir à ses parents, ne pas se montrer trop gourmand, ne pas parler aux inconnus…

C'est un média réputé pour l'apprentissage et l'éducation. Si les thèmes abordés au travers des histoires changent, il n'en reste pas moins une forme classique : un personnage, enfant la plupart du temps – car même les princesses mises en scène plus tard par Disney sont rarement âgées, dans leur version originale, de plus de 13 ans – voit un événement affecter le cours de sa vie, il est mis à l'épreuve. Le plus souvent, les difficultés sont matérialisées par un « méchant ». Dans ces contes originaux, le méchant n'est le plus souvent identifié qu'avec des défauts, parmi lesquels : la jalousie, la cruauté, la haine. Le héros met alors en œuvre toutes ses qualités pour parvenir à se sortir de sa situation et

[1] BETTELHEIM, Bruno, *Psychanalyse des contes de fées*, Paris : Pocket, 1999, 455 p.

faire subir au méchant le sort que ce dernier lui réservait initialement. Les enfants grandissent donc avec l'idée que les bons comportements sont récompensés, et que les mauvais sont punis.

Cette morale pourrait d'ailleurs être mise à mal par une tendance nouvelle à ne pas punir tout à fait les méchants mais à ce que le héros, fondamentalement bon, leur pardonne leurs agissements. Dans ce cas, les enfants peuvent se sentir relativement perdus : si les mauvaises actions ne sont pas punies, qu'est ce qui les force à être bons ? La forme, parfois violente, des contes originaux, semble être pour les psychiatres la plus riche en termes d'apports au développement de l'individu.

Il y a néanmoins une nuance entre les types de contes. Les versions de Perrault, par exemple, ne mettent pas toujours en scène le traditionnel *happy end*. Cela peut minimiser l'intérêt du conte en termes de morale car même si l'enfant se comporte bien, il sera puni.

Le conte a, dans cette mesure, une valeur utilitaire qui est reconnue par les parents depuis déjà de nombreuses générations, et ce dans tous les coins du monde : qu'il s'agisse des contes tels qu'on les connait dans les pays occidentaux, ou des contes qui restent dans l'oralité dans d'autres pays.

b) Mettre l'enfant face à ses peurs innées

Les contes de fées peuvent avoir pour les enfants une toute autre valeur, qui leur est finalement primordiale. C'est bien souvent une réalité qui échappe aux adultes, concentrée sur l'utilité du conte telle qu'elle a été développée précédemment.

En effet, l'épreuve subie par le héros renvoie bien souvent aux peurs infantiles universelles : l'angoisse de séparation, la peur de la mort, la peur de ne plus voir ses besoins primaires satisfaits – mourir de faim par exemple –… Si l'angoisse de séparation est très souvent représentée, à travers le caractère orphelin du héros, le conte met également en scène les questions existentielles de l'enfant : la résolution du conflit œdipien, les rivalités fraternelles…

Si la séparation d'avec les parents, par abandon ou parce qu'ils décèdent, représente le thème majeur dans bien des contes de fées, c'est sans doute parce que l'enfant doit prendre conscience qu'il a besoin de s'affranchir du lien de dépendance envers ses

parents pour poursuivre sa propre histoire et se forger sa propre personnalité en se dissociant totalement de la leur. Présenter aux enfants des personnages qui parviennent à surpasser le besoin de leurs parents pour s'en sortir par eux-mêmes les conduisent à mieux appréhender et accepter la séparation à venir avec les leurs : la séparation en journée, parfois en weekend et lors des vacances, jusqu'à l'ultime séparation à l'âge de jeune adulte. L'imaginaire produit par le conte, avec des personnages et situation décrites simplement et sans ambivalence, permettent au jeune enfant de parvenir à identifier ces éléments et à opérer une forme de transfert dans sa propre vie. C'est un des préalables à la projection vers d'autres thématiques qui rythmeront la vie et les interrogations de l'enfant.

Certains contes exposent les enfants à une violence plus ou moins intense. Les contes « originaux » sont réputés pour être particulièrement explicites quant au sort réservé aux personnages. Certains « méchants » se retrouvent ainsi les yeux crevés, mangés par des oiseaux, brûlés dans un four, condamnés à porter des souliers de fer chauffés à blanc… Ces sentences, particulièrement barbares, exposent l'enfant à la cruauté de ce monde.

Il est important de citer à nouveau la version de Perrault du célèbre conte *Le petit chaperon rouge*, dans lequel on reconnaît sans mal que le grand méchant loup n'est qu'une figure personnifiée de la relation non consentie, du viol, du vol de l'innocence, voire même de la pédophilie. Dans cette version, l'héroïne et sa grand-mère ne sont pas ressuscitées : une fois que le loup les a consommées, l'histoire s'achève. Dans les nouvelles générations, très peu d'enfants ont vu cette version du conte leur être racontée, les parents opérant sans doute une censure visant à protéger l'innocence de leurs enfants.

Pour autant, Perrault démontre par-là la domination de l'adulte par rapport à l'enfant, et cette version pourrait faire comprendre à l'enfant l'importance de se méfier et de dire « non » lorsqu'ils se sentent menacés par les agissements d'un adulte.

Bruno Bettelheim défend dans sa *Psychanalyse des contes de fées* (*op. cit.*) l'idée que les versions originales des contes et leur non-censure ont des vertus en termes d'éducation qui ne se retrouvent pas dans les versions adoucies propulsées par Disney, entre autres. On pourrait d'ailleurs se demander pourquoi les enfants se tournent très rapidement, à l'âge prépubère, vers d'autres médias qui mettent en scène cette violence extrême, de façon brute et peut-être même plus choquante que l'imagination ne l'aurait fait : les films, les jeux-vidéos, les mangas…

c) Permettre à l'enfant de se construire avec des référents identitaires

L'identité est un construit qui met en scène de nombreuses caractéristiques empruntées à des sujets du monde extérieur à soi. C'est la somme de toutes les identifications préalablement établies.

Les contes sont en général les premières œuvres de fiction auxquelles les enfants sont confrontés. C'est donc le premier média offrant des référents identitaires autres que les parents et l'entourage proche.

La simplicité des situations, l'absence d'ambivalence précédemment évoquée, permet à l'enfant d'associer un trait de caractère à un personnage et aux actions qui s'y rapportent. En effet, bien souvent un personnage est défini par une caractéristique : vertueux, doux, malin, joueur… Il peut ainsi effectuer un premier tri dans les identifications qu'il souhaitera opérer : en fonction de ce qu'il voudra vivre, il tendra à adopter le trait de caractère qui correspond au personnage qui les vit dans le conte.

On peut aisément considérer que si les enfants ont des « histoires » favorites, celles qu'ils réclament chaque soir inlassablement, c'est parce qu'ils s'identifient particulièrement au héros principal mis en scène. Ainsi, entendre des dizaines de fois la même histoire permet à l'enfant de se protéger, d'anticiper les actions du personnage, et d'intérioriser le comportement qui leur semble adéquat pour résoudre des situations particulières.

Il faut noter l'importance du conte de fées dans son caractère « magique » et totalement imaginaire : les enfants sont confrontés à un monde qu'ils ne parviendront à expliquer rationnellement que bien plus tard, et les contes jouent dans cette évolution de l'appréhension de l'environnement du jeune un rôle primordial. En effet, en offrant des images caricaturées et des situations qui s'affranchissent des limites imposées dans la vie quotidienne grâce à la magie, les contes donnent à l'enfant la possibilité d'observer son univers sous un angle qu'il saisira plus facilement, lui permettant d'établir les connexions entre les histoires de son enfance et son environnement social par après.

Bruno Bettelheim écrit à ce sujet ceci :

> Les contes de fées laissent l'imagination de l'enfant décider si (et comment) il peut s'appliquer à lui-même ce que révèle l'histoire sur la vie et sur la nature humaine.
> Le conte de fée procède d'une manière tout à fait adaptée à la façon dont l'enfant conçoit et expérimente le monde, et c'est pour cette raison que le conte lui parait si convaincant. Il peut tirer beaucoup plus de soulagement du conte de fées que de toutes les idées et tous

> les raisonnements par lesquels l'adulte essaie de le rassurer. L'enfant fait confiance à ce que lui raconte le conte de fées parce qu'ils ont l'un et l'autre la même façon de concevoir le monde2.

Ainsi, les référents identitaires offerts aux enfants au sein des contes de fées seraient le seul média par lequel l'enfant pourrait comprendre et expliquer son environnement, et ainsi se situer lui-même au sein de la société à laquelle il appartient.

2) Ces personnages de fiction devenus des figures comportementales

a) Œdipe

Œdipe est une figure de la mythologie grecque. Il a été propulsé par Freud comme une figure comportementale universelle, et même comme une phase du développement humain à laquelle personne n'échappe.

Pour rappeler brièvement, Œdipe est abandonné par son père après qu'un oracle lui ait prédit que son fils l'assassinerait pour épouser ensuite sa mère, Jocaste. Ne pouvant échapper à son destin, Œdipe, qui ne connait ni ses parents, ni la prophétie qui a accompagné sa naissance, tuera effectivement le roi Laïos sur la route de Thèbes, avant d'épouser Jocaste. Lorsque la vérité sera révélée, la mère d'Œdipe se suicidera tandis que ce dernier se crèvera les yeux.

De nombreux auteurs ont repris et adapté l'histoire d'Œdipe après Sénèque. La thématique forte abordée a donc, à toute époque, suscité un vif intérêt, jusqu'à ce que Freud en face le point central de sa recherche, dans la mise en place de sa méthode psychanalytique.

Selon Freud, donc, chaque enfant, entre 3 et 6 ans[3], éprouve des sentiments amoureux à l'égard du parent de sexe opposé et se mettent dans une situation de rivalité avec le parent de même sexe.

Le conflit Œdipien, tel qu'il est expliqué par Freud, se manifeste de différentes manières selon le sexe de l'enfant, et renvoie à différentes angoisses. Sans revenir sur

---

[2] *Ib.*, p.73.

[3] Je me réfère notamment pour cette partie aux cours de psychologie dispensés par Marion Feldman en 2e année, 2017/2018, intitulé « Publics et problématiques spécifiques ».

l'ensemble de la théorie freudienne à ce sujet, on peut néanmoins citer l'angoisse de castration qui suit le conflit Œdipien et qui peut être représentée par le conte Hansel et Gretel[4] et se traduit par le besoin pour le petit garçon de s'éloigner de sa mère sous peine de perdre son pénis.

Il faut également rappeler la réactivation du conflit Œdipien à la préadolescence qui va conduire le jeune à chercher de nouveaux référents identitaires afin d'effectuer le rejet nécessaire du parent et de son autorité dans le but de se débarrasser de sentiments ambivalents et difficiles à porter. C'est d'ailleurs à ce moment de réactivation de la période Œdipienne que le préadolescent s'enferme dans de nouvelles passions, et notamment dans la découverte de la fiction qui lui offre de nouveaux référents identitaires.

Œdipe constitue en effet le plus flagrant exemple du point auquel la fiction littéraire peut avoir des implications dans le développement humain. Cependant, ce n'est pas la seule figure comportementale qui intervient aujourd'hui dans notre quotidien.

b) Les exemples de la littérature classique

Les renvois à certains personnages de littérature pour définir un individu par rapport à son comportement ou ses idées sont aujourd'hui très nombreux. Par souci d'efficacité, nous ne mentionnerons ici que les exemples fréquemment entendus en Europe, et plus particulièrement en France. Cependant, certaines des figures citées sont reconnues dans tous les pays occidentaux.

Celui qui est peut-être le plus reconnu est *Dom Juan*, personnage de l'œuvre de Molière, lui-même inspiré de Tirso de Molina[5]. Dans l'histoire, Dom Juan assassine le père de la fille dont il est tombé amoureux avant de l'enlever. De nos jours, on définit comme « Don Juans » les hommes séducteurs qui ne font preuve d'aucun scrupule pour parvenir à leurs fins, et qui accumulent les conquêtes. C'est une expression encore massivement employée aujourd'hui.

---

[4] VINCENT, Catherine, *Le Monde*, « Du bienfait des contes qui font frissonner », 26 décembre 2012 (page consultée le 1er juin 2018), <https://www.lemonde.fr/vous/article/2006/12/26/du-bienfait-des-contes-qui-font-frissonner_849473_3238.html>.

[5] *L'internaute*, « Dictionnaire », sna (page consultée le 1er juin 2018), <http://www.linternaute.fr/dictionnaire/fr/definition/don-juan/#expression>.

On peut, sur le thème de la séduction, parler de Roméo Montaigu, le célèbre amoureux né sous la plume de Shakespeare, qui prête son nom à l'expression « jouer les roméos », soit jouer le « joli cœur » ou « l'amoureux transi ». On fait par ailleurs référence à *Roméo et Juliette* pour tous les couples qui vivent un amour impossible. Nombreux sont ceux qui admettront s'être identifié au moins une fois à ce couple au cours de son existence.

On citera également le célèbre *Don Quichotte*, personnage de Cervantès, véritable succès littéraire mettant en scène un amoureux des histoires de chevaliers qui, dans sa quête pour en devenir un à son tour, se tournera totalement au ridicule en combattant des moulins à vent qu'il prenait pour des géants. Il reste malgré tout touchant. Aujourd'hui, lorsqu'on dit de quelqu'un qu'il est un « Don Quichotte », on fait référence à un passionné qui se ridiculise dans de vains combats[6].

Il est aussi possible de citer le Rastignac de Balzac, figure du jeune arriviste prêt à tout pour assouvir ses ambitions. Dans notre société actuelle, nombreux sont ceux qui peuvent être identifiés à ce personnage, à l'image de ce qu'écrit Max Gallo[7] : les politiques, les étudiants d'HEC[8], de l'ENA[9], les riches traders, les expatriés à la bourse de Londres…

Ainsi, l'identification aux personnages de fiction s'est-elle toujours faite, historiquement, puisque les figures qui ont été citées ont toutes plus d'un siècle. La littérature marque bel et bien l'esprit humain, à tel point qu'il est parfois possible d'appliquer des modèles littéraires aux agissements d'une personne dans notre environnement. De nombreux exemples existent encore, par exemple avec Harpagon ou encore *le Malade Imaginaire* de Molière. Ainsi, la fiction intervient dans la réalité depuis déjà un certain moment, et nul ne peut nier son impact sur l'organisation du quotidien et sur les chemins de pensées qui y sont liés.

---

[6] *Les expressions.com*, « Faire son Don Quichotte », sna (page consultée le 1er juin 2018), <http://www.les-expressions.com/resultats.php?search=&p=2&tid=&toid=11>.
[7] GALLO, Max, *Le Monde*, « Rastignac est parmi nous », 11 septembre 2008 (page consultée le 1er juin 2018), <https://www.lemonde.fr/livres/article/2008/09/11/rastignac-est-parmi-nous-par-max-gallo_1093966_3260.html>.
[8] École des Hautes Études Commerciales, institut prestigieux en France.
[9] École Nationale d'Administration, également un institut prestigieux en France.

c) Les mythes et la propension à obéir

Si l'on peut citer des livres qui ont des effets particuliers dans la vie humaine, ce sont sans doute les écrits religieux. Il est délicat de comparer un personnage réputé divin à un être fictif, mais si l'on banalise en disant simplement que, comme les personnages de fiction, les dieux sont une représentation mentale créée par l'esprit humain en fonction de ce qu'il a pu lire, alors la comparaison reste possible.

Des personnages que l'individu n'a jamais vus exercent ainsi un pouvoir incroyable sur son existence, puisqu'ils vont déterminer un comportement, des choix, des autocensures et restrictions que l'individu va s'imposer en fonction de ce qu'il voit comme leurs attentes.

Les religions polythéistes grecques et romaines, très proches en termes de personnages qu'on y rencontre, mettent en scène des caractères très définis, avec des dieux correspondant à leurs attributions. Il est d'ailleurs intéressant de noter qu'aujourd'hui encore, les noms de ces dieux apparaissent dans notre quotidien : les aphrodisiaques qui agissent sur la sexualité humaine comme le faisait supposément Aphrodite, déesse de l'amour. Concernant les médicaments, on peut également parler de la morphine, Morphée étant le dieu du sommeil. On utilise aussi le terme « narcissique », dérivé du dieu tombé amoureux de son propre reflet. Dans notre quotidien, en France, on croise notamment la chaîne de magasins *Le repaire de Bacchus*, spécialisée en vente de spiritueux, Bacchus étant la version romaine du grec Dionysos, dieu de la vigne et du vin.

Toutes les populations ont leur mythe fondateur, parfois transmis uniquement dans l'oralité. Il existe d'ailleurs un fantasme humain très répandu, presque universel, qui est de parvenir à égaler les dieux, à dépasser sa condition mortelle. Certains y parviennent. De nombreuses célébrités sont considérés comme des « dieux vivants », et leur nom, leur histoire, leur assurent une certaine immortalité puisqu'ils appartiennent encore au quotidien des vivants des années après leur mort : Elvis Presley, Mickael Jackson, Jim Morrison, pour ne citer qu'eux.

Les mythes sont l'occasion de permettre aux individus d'intégrer les normes sociales et de fonder un sentiment d'appartenance. Les récits religieux sont, pour les croyants, des écrits qui regorgent de modèles auxquels s'identifier pour s'assurer une existence spirituelle riche.

Si la religion tend à prendre de moins en moins de place dans le quotidien des occidentaux[10], l'apport de ces textes dans le quotidien humain continuera à avoir de nombreuses résonnances pour encore quelques années, puisqu'ils sont les bases des construits de valeurs morales et familiales qui sont dorénavant appliquées comme normes sociales.

3) La littérature au service des maux : la méthode de la bibliothérapie

a) Historique

Comme son nom l'indique, la méthode de la bibliothérapie a pour vocation de « soigner par le livre », avec la conviction que la lecture apporte à une personne souffrante du réconfort et des ressources pour aller mieux. En voici une définition, traduite de l'anglais : « C'est l'usage d'un matériel de lecture aux fins d'aider à la résolution de problèmes personnels ou lors de thérapies psychiatriques[11] ».

Historiquement, cette méthode est apparue aux États-Unis à partir de 1916, alors que les hôpitaux connaissaient une surcharge de travail telle qu'il n'était plus possible d'avoir suffisamment de matériel « médical » et chirurgical pour soulager tous les patients. En effet, un flot incessant de soldats revenus blessés après les combats de la première guerre mondiale s'accumulait dans les hôpitaux. En plus des difficultés à prendre en charge les blessures physiques, les médecins ont dû faire face à une détresse psychologique intense chez les nombreux traumatisés qui rentraient de la guerre. Des symptômes jusqu'alors peu rencontrés sont apparus de manière collective et spectaculaire : les crises d'angoisse, les cauchemars, les peurs paniques…

C'est dans ce contexte où l'on cherchait comment guérir ce qu'on a appelé plus tard le « syndrome de stress post-traumatique » que le pasteur Samuel Crothers[12] a employé pour la première fois en 1916 le terme de « bibliothérapie ».

Dans l'introduction de son ouvrage[13], Christilla Pellé-Douël fait également référence à Sadie Peterson Delaney, bibliothécaire et femme noire qui officiait dans un hôpital

---

[10] SCHREIBER, Jean-Philippe, site du *centre contre les manipulations mentales*, « L'évolution des croyances religieuses en chiffres : les cas singuliers de la Belgique et des USA », 19 mai 2015 (page consultée le 1er juin 2018), <https://www.ccmm.asso.fr/l-8217-evolution-des-croyances-religieuses-en-chiffres-les-cas-singuliers-de-la-belgique-et-des-usa/>.

[11] *Merriam Webster*, « Bibliotherapy », sna, mise à jour le 20 avril 2018 (page consultée le 19 mai 2018), < https://www.merriam-webster.com/dictionary/bibliotherapy>.

[12] *Harvard Square Library*, "Crothers, Samuel McChord (1857-1927)", sna (page consultée le 19 mai 2018), <http://www.harvardsquarelibrary.org/biographies/samuel-mcchord-crothers/>.

[13] PELLÉ-DOUËL, Christilla, *Ces livres qui nous font du bien*, Paris : Marabout, 2017, 220 p.

militaire accueillant de nombreux soldats, bien souvent noirs et souffrant d'une misère socio-économique. Elle s'est donc procurée des livres, contes de fées et récits reprenant des légendes d'Afrique afin d'apporter un peu de réconfort à ces soldats. Les résultats semblant concluants, elle est allée jusqu'à former les médecins de l'hôpital à sa « technique ».

C'est cependant dans les années 2000, en Angleterre, que la méthode a connu une grande avancée, au point de s'élever au rang des nouvelles médecines. Deux jeunes étudiantes amies prennent l'habitude de se conseiller mutuellement des lectures en fonction des événements qu'elles traversaient. À la même époque, Alain de Botton travaille à la fondation de sa « School of life[14] ». Les deux jeunes femmes qui étudient en même temps que lui le persuadent d'intégrer la bibliothérapie aux sujets présentés lors des conférences de la School of Life. Le projet va tant plaire au futur philosophe que son école-entreprise va devenir une véritable clinique bibliothérapeutique, avec une méthode innovante : un procédé par questionnaire préalable à un entretien qui permettra au bibliothérapeute de fournir à son patient une liste de recommandations de lectures compatibles avec ses habitudes littéraires, ses besoins et ses préoccupations du moment. Dans cette méthode, tout type de lecture est admis, même les écrits scientifiques ou de développement personnel.

Si les pays anglo-saxons ont accueilli sans peine, et même avec un certain entrain, la méthode, ce n'est cependant pas le cas de la France qui exprime des difficultés à reconnaître à la lecture un autre but que le divertissement et l'apport culturel.

b) La bibliothérapie en France

La France a pour particularité de placer les auteurs sur un piédestal. Il est donc difficilement concevable que lire réponde à un but thérapeutique quand il s'agit pour la plupart de nourrir son intellect. Si la méthode est reconnue parmi les médecines ailleurs, elle n'est considérée en France, tout au plus, que comme un complément à une thérapie classique.

Cependant, pour les quelques bibliothérapeutes qui exercent en France, on note une différence notable avec leurs collègues anglo-saxons, nous explique Christilla Pellé-

[14] DE BOTTON, Alain, *Personal Website*, « The School of Life », 2013 (page consultée le 19 mai 2018), <http://alaindebotton.com/the-school-of-life/>.

Douël[15]. En effet, ceux-ci ne reconnaissent comme une prescription admissible que les écrits de fiction littéraire. Pour Régine Detambel[16], les ouvrages scientifiques et de développement personnel n'ont pas leur place parce qu'ils sont justement trop utilitaires, ils ont une vocation trop en surface pour aider profondément une personne à se sortir de son mal-être. On retrouve dans cette méthode l'importance du personnage de fiction.

La méthode de la bibliothérapie est également d'usage dans le département de psychiatrie de l'adolescent et du jeune adulte de l'Institut mutualiste Montsouris à Paris. Maurice Corcos[17], directeur de ce département et professeur de psychologie infanto-juvénile à l'Université René Descartes promeut en effet cette méthode auprès de son public, qu'il combine cependant avec une thérapie classique.

Malgré une différence en termes de reconnaissance, la bibliothérapie se fonde sur les mêmes principes quel que soit le coin du monde où elle est pratiquée.

c) Fonctionnement de la méthode

La bibliothérapie se fonde sur des principes de bases qui démontrent que la lecture représente un outil spectaculaire dans la réussite d'une introspection.

En premier lieu, lire s'avère être un exercice particulièrement lent. Lorsqu'on lit un roman, on est en effet seul face à sa lecture, on prend du temps uniquement pour soi. Il est impossible de faire autre chose au même moment (ce qui est moins vrai dans le cas où l'on regarde un film). En ce sens, lire peut déjà être vu comme un cadeau que l'on se fait personnellement en s'autorisant à déconnecter de notre environnement parfois pesant en raison d'une agitation latente : le bruit, les sollicitations qui peuvent parfois rendre nerveux… Passer du temps seul avec soi-même est déjà un préalable direct à une introspection réussie, la lecture permet donc de créer une atmosphère propice à la réalisation de cet exercice. L'auteure de *Ces livres qui nous font du bien* écrit :

> La lecture est aussi un mouvement intérieur nous faisant passer sans cesse, sans même que nous en ayons toujours conscience, du propos de l'auteur à notre propre expérience, nos propres réflexions, nos propres réactions[18].

---

[15] PELLÉ-DOUËL, C, *op. cit.*, p. 32.
[16] DETAMBEL, Régine, Site personnel, « Ateliers et formations à la bibliothérapie », 2016 (page consultée le 19 mai 2018), <http://www.detambel.com/f/index.php?sp=liv&livre_id=64>.
[17] *Babelio*, « Maurice Corcos », sna (page consultée le 19 mai 2018), <https://www.babelio.com/auteur/Maurice-Corcos/59419>.
[18] PELLÉ-DOUËL, C, *op. cit.*, p. 23.

L'auteure poursuit plus loin en citant Lionel Naccache :

> Nous percevons du monde une représentation, et particulièrement en lisant de la fiction, qui nous permet de prendre du recul, nous effectuons un jeu d'identification, d'émotions, qui nous aide à maîtriser notre vie[19].

Ainsi, il apparaît très clairement qu'en plus de reconnaître l'importance du personnage de fiction dans la lecture thérapeutique, c'est sur le principe d'identification du lecteur que repose le cœur de la méthode.

La bibliothérapie peut compter sur les trois types d'identification déjà relevés dans l'introduction du présent document. Cependant, dans le cadre d'une thérapie, on peut facilement deviner que l'identification en termes de recherche de soi sera privilégiée.

En effet, les jeunes suivis à l'Institut Montsouris se voient conseiller des lectures en rapport avec les situations qu'ils vivent afin de mieux les appréhender, de comprendre qu'ils ne sont pas seuls à vivre les difficultés en question, et peuvent trouver des éléments de réponses quant aux solutions qu'ils pourraient envisager pour régler leurs problèmes. Plus que de chercher une identification qui va les changer, la lecture va servir de base à une prise de conscience des problèmes, et de soutien face à leur résolution.

De manière purement physiologique, des chercheurs ont démontré, grâce à l'étude des scanners cérébraux des participants à une étude relatée dans l'*Annual Review of Psychology* et citée par Christilla Pellé-Douël[20], qu'il y avait dans le cerveau l'existence de neurones-miroirs nous permettant de vivre les expériences vécues par les personnages lorsqu'un texte nous est donné à lire. La lecture « activerait les mêmes zones cérébrales que si la personne participait elle-même à l'expérience, comme si elles étaient dans l'action et pas seulement la narration[21] ». Cela signifie donc que lorsque nous lisons, la réponse neuronale aux émotions des personnages apporte la même activation cognitive que si nous ressentions par nous-même ces émotions. C'est en soi l'empathie que le lecteur est capable de ressentir envers un personnage qui permet une identification puissante et une réponse positive aux stimulations psychiques qu'apporte la lecture.

Enfin, un des derniers éléments notables dans la bibliothérapie est la durée des effets. Il est certain que le lecteur ne rompt pas tous les liens créés avec les personnages et les situations rencontrées au cours d'une lecture dès lors qu'il referme les pages d'un

[19] NACCACHE, Lionel, cité par PELLÉ-DOUËL, C, *op. cit.*, p. 67.
[20] *Annual Review of Psychologie*, vol. 62, 2011, cité par PELLÉ-DOUËL, C, *op. cit.*, p. 68.
[21] *Ibid*. p. 68.

livre. L'histoire continue à résonner en lui, il y repense, certains faits de sa vie quotidienne le renverront à ce qu'il a pu lire. Il y pense également lorsqu'il discute de sa lecture avec son entourage. Toutes ces situations sont des occasions de re-analyser sa lecture afin de se l'approprier toujours un peu plus. Ainsi, un livre lu des années auparavant peut tout à coup avoir un impact dans notre vie, ou notre perception de cette lecture peut totalement changer. La bibliothérapie a donc vocation à avoir des effets durables et sur le long terme.

Si l'identification dans le cadre de la bibliothérapie est très spécifique et souvent liée au traitement d'une blessure psychique, il n'en reste pas moins que les mécanismes d'imprégnation psychologiques à l'œuvre restent les mêmes que dans le cas d'identifications plus classiques. Nous allons donc maintenant étudier ces mécanismes afin de comprendre comment ce phénomène fonctionne.

II/ Mécanismes d'imprégnation psychologique chez le jeune adulte

1) L'identité toujours en transformation : intervention des référents identitaires

Il paraît opportun d'ouvrir cette partie sur le propos d'Alex Mucchielli :

> Cette identité est toujours en transformation, puisque les contextes de référence de cette identité : contextes biologique, psychologique, temporel, matériel, économique, relationnel, normatif, culturel, politique…, qui fournissent des significations, sont chacun en évolution du fait même des interactions. Elle est, à un moment donné, la résultante d'un ensemble d'auto processus génétiques, biologiques, affectifs, cognitifs … et de processus (relationnels et communicationnels, historiques, culturels…) formant entre eux un système de causalités circulaires[22].

Pour vulgariser l'information, ce que l'auteur exprime, c'est que l'identité n'est pas quelque chose qui atteint une maturation définitive à l'âge adulte. Si l'on peut avoir un caractère fort et des traits qui nous déterminent aux yeux de notre entourage, il n'en est pas moins que tout au long de la vie, des influences extérieures continuent à agir et modifier la personnalité de l'individu : ses goûts vestimentaires, ses intérêts culturels et intellectuels…

Les référents identitaires influent l'individu sans même qu'il en ait toujours conscience : ils s'imposent à lui dans tous les instants de sa vie, lorsqu'il y a une interaction sociale ou un contact avec la société de façon plus ou moins directe : la publicité, par exemple.

Chaque individu porte en lui un égo narcissique : par défaut, chacun pense être unique, original. S'il est capable de reconnaître certaines de ses influences et de les nommer, il ne peut pour autant pas lui-même dérouler la liste complète de tout ce qui l'a construit au cours de son existence. En effet, ces référents identitaires sont impossibles à dénombrer. Admettre que l'humain est un construit d'influences peut, par ailleurs, infliger en un sens une certaine blessure narcissique : comment être unique lorsqu'on emprunte les traits qui nous définissent à d'autres ?

Ainsi, ces autres référents identitaires peuvent tout à fait être des personnages de fiction, comme l'exprime l'auteur de *L'identité* : « les conceptions imaginaires participent aux perturbations de l'identité subjective[23]. » Par ailleurs, ils peuvent être des modèles positifs, auxquels l'individu tend à ressembler, dont il va intérioriser les qualités, mais

[22] MUCCHIELLI, Alex, *L'identité*, Paris : PUF, coll. « Que sais-je ? », 2013, p. 10.
[23] *Ibid*., p. 121.

également des modèles qu'il va rejeter, qui opéreront le processus inverse pour finalement lister ce que l'individu refuse d'être.

Sur l'effet de la littérature, Jean Bellemin-Noël écrira : « La parole nous forme, l'écrit nous forme. Et nous déforme nécessairement, puisque ce qui a été "écrit" nous vient d'ailleurs[24] […]. » Cela affirme encore un peu plus le rôle du personnage fictionnel dans la formation de l'identité. Ces personnages sont en effet des créatures à visage humain, auxquelles le lecteur peut autant emprunter des traits que prêter ses propres traits pour vivre à travers lui les expériences qui sont décrites dans le récit.

S'il insiste sur cet aspect de l'identité toujours en transformation, Alex Mucchielli précise cependant que l'être humain voit son identité comme un *continuum*, c'est-à-dire que chaque individu reste à ses yeux celui qu'il était déjà des années auparavant. Les changements qui s'opèrent dans la personnalité ne doivent pas être des clivages totaux qui agissent comme une rupture de l'identité. Une telle rupture se traduirait immédiatement par une crise identitaire : l'individu devra faire le deuil de celui qu'il a été, devra accepter cette nouvelle part identitaire, ainsi que la faire accepter à ses proches et dans le reste de son cercle social.

Le fonctionnement de ce « construit identitaire » est, on l'a vu, lié à des identifications plus ou moins marquantes lors desquels l'individu va emprunter des fragments de personnalité à des modèles, qu'ils soient réels ou fictionnels. C'est à travers cet emprunt que « se constitue son *identité idéale*, modèle parfait de Soi auquel il aspire et essaie de se conformer[25]. »

Sartre parle de « prototypes identitaires », et ajoute « Les vies de Hugo, de Chateaubriand, et de Balzac se synthétisaient pour devenir une vie qui serait la mienne[26] », insistant à nouveau sur le côté construit de l'identité.

L'individu effectue donc, parmi les caractéristiques de ses modèles, un tri plus ou moins conscient. Il y a une part de lui qui va aspirer à absorber certains traits, et une autre part qui absorbera des qualités et défauts de manière moins consciente.

À ce stade du développement, il est important de préciser que l'individu s'identifie autant qu'il est identifié : s'il veut donner à voir de lui une image idéalisée, il n'en est pas

[24] BELLEMIN-NOËL, Jean, *Psychanalyse et littérature*, Paris : PUF, coll. « Quadrige », 2012, p. 3.
[25] MUCCHIELLI, A., *op. cit*., p. 61.
[26] ZAVALLONI, Marisa, *Ego-écologie et identité : une approche naturaliste*, Paris : PUF, coll. « Psychologie sociale », 2007, p. 188.

moins que son cercle social lui attribue des traits qui ne correspondent pas toujours à cet idéal. Il faut également noter que l'individu peut projeter ses propres référents identitaires sur ceux qui l'entourent, et n'être pas capable d'appréhender chaque caractéristique de la même façon que celui qui la porte. Les référents identitaires sont donc une façon de se définir autant que de traduire les autres personnes qui entourent le sujet. On évoquera donc une « identité de façade – c'est d'abord une identité proposée et manipulée par un individu ou un groupe à l'intention d'autrui. Elle est destinée à se faire définir d'une certaine manière plus ou moins éloignée de l'identité réelle. Elle peut n'être qu'une partie de l'identité réelle[27] ».

Ces référents identitaires, si, on l'a vu, peuvent se trouver dans les récits littéraires, ils se trouvent également dans « l'environnement social, le plus souvent présent, quelques fois passé (identification à des personnages historiques ou à des héros). Il s'agit là d'une identification personnalisée[28]. ».

Si l'identité est en perpétuelle modification, il faut cependant repréciser à quel point l'adolescence est une période clé dans la construction identitaire. C'est en effet le rejet de certains modèles pour en adopter d'autres, et c'est à cette période que les fameuses crises identitaires sont le plus susceptibles d'intervenir, sans pour autant recouvrir un caractère pathologique. Ces crises identitaires sont d'ailleurs regroupées sur le terme générique de la « crise d'adolescence », qui regroupe plus largement le conflit, la contestation de l'autorité…

Au sujet de l'adolescence, Alex Mucchielli écrit :

> À la puberté, la conscience de soi s'approfondit. L'adolescent ″se cherche″ et fait l'essai de ses potentialités. La recherche de l'affirmation de soi dans le rejet des anciens modèles et dans la mise à l'essai de nouvelles identifications à la fin de l'adolescence se passe au cours de la phase que M. Debesse a appelé « la crise d'originalité juvénile[29] ».

Si l'on reprend le propos de M. Debesse, cette recherche de référents identitaires tranchant avec ce qui était connu auparavant, et notamment l'autorité parentale, s'inscrit dans la recherche d'indépendance et d'autonomie du sujet[30]. Elle manifeste l'acquisition

[27] *Ibid*., p.88
[28] MUCCHIELLI, A., *op. cit*., p. 61-62
[29] *Ib*., p. 60.
[30] *Psychologies*, « Définition Crise d'originalité juvénile », sna (page consultée le 1er juin 2018), <http://www.psychologies.com/Dico-Psycho/Crise-d-originalite-juvenile>.

d'un système de valeurs propres et la capacité à intellectualiser et concevoir son environnement de façon personnelle et non plus dictée.

Cela explique à nouveau pourquoi la période de l'adolescence est la plus propice à la mise en place d'identifications aux personnages de fiction, qui sont souvent des figures vers lesquelles l'adolescent pourra se tourner de manière intime, à l'abri du jugement de son cercle social. C'est dans cette relation privilégiée et individuelle qu'il pourra opérer cette transformation nécessaire de son identité d'enfant vers son identité d'adulte.

2) La lecture supprime les inhibitions et permet la libération des pulsions sans culpabilité

La lecture est un acte qui s'effectue seul. Le lecteur se retrouve donc dans une relation intime et privilégiée avec les personnages et les actions qu'ils vivent, et subissent parfois. Afin de profiter de sa lecture et de pouvoir se concentrer, il n'est pas rare qu'un individu s'isole des autres lorsqu'il lit un roman.

Les figures qui sont données à voir étant des êtres fictifs, ils peuvent effectuer des actions qui ne seront pas mesurées moralement : en effet, un personnage peut être dénué de morale, ou avoir des pensées immorales, puisqu'il n'est pas juridiquement responsable. La fiction limitera, ou non, les dérives des personnages.

Cela signifie qu'en s'identifiant à un héros, le lecteur pourrait vivre par procuration les actions décrites et partager secrètement certaines de ses idées qu'il ne pourrait exprimer dans son cercle social.

Jean Bellemin-Noël dit que « les formes et les degrés de cette identification sont infinis : l'essentiel, il faut le rappeler, c'est que les actions représentées soient des fantasmes déguisés, on dirait presque édulcorés par une adroite et plaisante transposition[31] ». Il prend notamment l'exemple de *Don Juan* dont il dit que le récit « combine des valeurs proprement inconscientes (narcissisme, dégradation morale de l'objet, composantes homosexuelles) avec des données liées à l'histoire de la société (aristocratie féodale) et à celle de l'idéologie (athéisme blasphémateur)[32] ».

[31] BELLEMIN-NOËL, J., *op. cit*., p. 61.
[32] *Ibid.*, p. 99.

Ainsi, c'est sans doute le lien entre le caractère réaliste du texte, parce que le lecteur peut y reconnaître des éléments de son propre monde de référence, qui libère un intérêt pour le personnage et ses pulsions, et permet l'identification.

Vincent Jouve écrit que « le défoulement licite des pulsions inconscientes exige que certaines conditions soient réunies. Il semble que, dans le domaine littéraire, la censure du refoulement soit déjouée grâce à deux alibis : l'alibi artistique et l'alibi culturel[33] ». L'alibi artistique serait la relation « entre deux plaisirs très différents : le plaisir intellectuel (qui lève les inhibitions) et le plaisir pulsionnel du libre déploiement de la tendance profonde[34] ». L'alibi culturel, quant à lui, serait un phénomène plus conscient de la part du lecteur, qui considère que le roman ayant été écrit à une autre époque, dans un autre univers, dans une autre culture, son contenu peut donc être excusé.

Ainsi libéré des contraintes de la vie réelle et déculpabilisé de lire des événements n'étant parfois encadrés d'aucune morale, le lecteur peut se laisser aller à apprécier le roman et les actions décrites.

L'auteur de *Psychanalyse et littérature* considère que « la véritable jouissance devant l'œuvre littéraire provient ce que notre psyché se trouve par elle soulagée de certaines tensions[35] ».

Ainsi, cette possibilité pour le lecteur de se projeter dans l'œuvre et de vivre certains événements par procuration lui permet d'assouvir ses fantasmes.

Ce phénomène peut notamment expliquer le succès massif de romans tels que *Cinquante Nuances de Grey*[36], qui met en scène de nombreux fantasmes sexuels. De nombreux « types » de femmes ont apprécié cet ouvrage, et il est resté très longtemps au top des ventes de livres dans de nombreux pays.

Lire un roman orienté en ce sens, c'est ainsi pouvoir mettre en scène mentalement les plus inavouables des désirs : le fantasme de viol, du voyeurisme, de la violence…

Il existe sur internet des sites spécialisés dans l'écriture et le partage de récits à caractère sexuel, regroupant pour certains[37] des catégories telles que : « inceste », « trash », « zoophilie », « voyeurs/exhibition ». Avec le nombre croissant de sites internet

[33] JOUVE, Vincent, L'effet personnage dans le roman, Paris : PUF, coll. « Écriture », 2014 (1re édition : 1992), p. 152.
[34] *Ibid*., p. 152 – 153.
[35] BELLEMIN-NOËL, J., *op. cit*., p. 54.
[36] JAMES, E. L., *Cinquante nuances de Grey*, Paris : Jean-Claude Lattès, coll. « Romans étrangers », 2012, 560 p.
[37] Par exemple : <http://www.xstory-fr.com/> (page consultée le 3 juin 2018)

proposant des films à caractère pornographique, on peut s'interroger sur l'intérêt d'un site qui partage des écrits de ce genre. Un élément de réponse pourrait notamment être qu'un texte permet au lecteur de se projeter, et peut-être même de projeter des gens de son entourage en prêtant leurs traits physiques aux personnages, dans l'histoire et de la vivre en lieu et place des êtres fictifs. Le lecteur peut ainsi être excité par des événements immoraux en se déculpabilisant grâce au caractère fictif de l'action décrite.

Cette déculpabilisation devant la libération des fantasmes ne s'explique que par la capacité du lecteur à se projeter dans le récit, et par là à s'identifier aux personnages. Dans le cas des récits à caractère pornographique, cela se matérialise par le fait de considérer les personnages comme suffisamment réels pour que cela produise une excitation sexuelle. Vincent Jouve dira d'ailleurs que « le sujet acquiert ainsi les bénéfices d'une expérience qu'il n'a pas eu à éprouver dans la réalité[38] ».

3) La co-construction des personnages par l'auteur et le lecteur

Le dernier mécanisme à l'œuvre qu'il nous faut évoquer dans les processus d'identification est le caractère coconstruit des personnages. Dès lors qu'il ouvre un roman, le lecteur devient en effet coauteur de l'œuvre.

« L'opération obéit à la règle suivante : en l'absence de prescription contraire, le lecteur attribue à l'être romanesque les propriétés qu'il aurait dans le monde de son expérience[39] ». En effet, tout ce que l'auteur ne prévoit pas en termes de description physique des événements et d'interprétation des gestes décrits est laissé à la libre appréciation du lecteur qui peut attribuer les traits qui lui semblent les plus opportuns au monde fictionnel, permettant par la même une meilleure projection dans le roman.

> Le lecteur bénéficie ainsi d'une latitude d'action relativement importante. […] il ne manque pas d'imprimer sa marque aux créatures romanesques : l'identité des personnages est forcément liée à son état affectif. C'est sur le double plan émotionnel et intellectuel que le sujet s'implique dans l'univers littéraire. Le lecteur a ainsi une part active dans la création des personnages : il est absent du monde représenté, mais présent dans le texte […] en tant que conscience percevante[40].

[38] JOUVE, V., *op. cit*., p. 219
[39] *Ibid*., p. 37.
[40] *Ibid*., p. 39.

En effet, la place laissée au lecteur pour investir ses propres références culturelles et identitaires est capitale pour permettre une identification aux personnages. Pour se sentir impliqué dans sa lecture, l'individu devra pouvoir y reconnaître des choses de son environnement social et culturel. La lecture est donc un acte qui demande au sujet un certain investissement personnel, que ce soit en termes intellectuels ou affectifs. Plus un personnage est décrit émotionnellement, et avec des éléments sommaires sur son physiques, plus le lecteur aura l'occasion d'investir les sentiments et les comportements de celui-ci dans l'enveloppe charnelle qui lui semble la plus opportune.

> Cette pauvreté visuelle de l'image mentale n'est pas forcément négative. C'est en effet l'indétermination relative qui créé cette intimité exceptionnelle (dont tout lecteur peut faire l'expérience) entre le sujet qui lit et le personnage. […]
> La subjectivité du lecteur joue un tel rôle dans la représentation qu'il est à peine métaphorique de parler d'une "présence" du personnage à l'intérieur du lecteur[41].

Avoir l'occasion de prêter aux personnages des traits liés à ceux qui composent notre environnement social permet au lecteur de les humaniser davantage. « La réception d'un personnage comme personne se révèle donc d'une richesse exceptionnelle. Elle suppose un investissement émotionnel qui fait de la lecture bien autre chose qu'un simple divertissement ».

Ces éléments expliquent pourquoi le concept d'identification, la façon dont elle se produit, et la réception des œuvres littéraires sont si différents d'un lecteur à l'autre. En effet, si l'auteur décrit un personnage et une action d'une manière, qu'il estime la même pour tous puisque décrite avec les mêmes mots, chaque lecteur aura une perception différente du texte qu'il lit.

Un même roman ne suscitera pas le même type d'identification, et le personnage auquel le lecteur s'identifiera ne sera pas nécessairement toujours le même. Les lecteurs ne seront pas sensibles aux mêmes caractéristiques d'un roman. Si le roman reste le même, chaque lecture d'un texte est unique. Le même lecteur, par ailleurs, peut voir sa réception d'un livre complètement changée s'il le relit des années après, ses sensibilités et intérêts ayant évolué au cours du temps. Cela dépend selon Christian Dours des « liens qui peuvent se nouer entre l'idée que chacun a de soi en tant que personne, et la capacité de sa propre conscience à se projeter dans une situation fictive[42] ». L'auteur ajoute que

[41] *Ibid*., p. 41.
[42] DOURS, Christian, *Personne, personnage. Les fictions de l'identité personnelle*, Rennes : PUR, coll. « Æsthetica », 2003, p. 9.

« je ne peux reconnaître de moi, dans un personnage, que ce que je sais de moi à travers d'autres versions du monde[43] ».

Les identifications sont donc des processus complexes, multiples, et qui ont des applications différentes en fonction du lecteur, de son expérience passée et du type de texte lu. Nous allons dorénavant nous intéresser aux trois principaux types d'identifications à des personnages de fiction qu'il est possible de rencontrer.

[43] *Ibid*., p. 130.

III/ Les différentes identifications possibles et leurs effets

Avant d'aborder les types d'identifications et leurs effets, il semble opportun de revenir sur les résultats les plus significatifs de l'enquête par questionnaire[44] que j'ai réalisée dans le cadre de ce travail.

216 individus ont répondu à cette enquête via un *Google forms* en ligne.

Les graphiques[45] présentés en annexe sont tous issus du calcul effectué par l'outil. J'ai pris la liberté de n'afficher que les plus pertinents. De nombreuses références à ces chiffres sont à venir dans les pages qui vont suivre.

1) Recherche d'un modèle à qui ressembler

La recherche d'un modèle est l'identification la plus classique, la première à laquelle on pense lorsqu'on envisage ce phénomène.

En pleine période de construction identitaire, il est facile de comprendre pourquoi l'on voit cette situation d'identification comme la plus courante chez l'adolescent. En effet, cette étape du développement de l'individu est marquée par de fortes tendances à être influencé par divers modèles. Ainsi, la personnalité devient une surface modelable qui se façonne au quotidien. De nombreux éléments extérieurs peuvent constituer une future part de l'identité de l'adolescent.

> Le concept d'identification peut, ainsi, être complété par une compréhension des modalités d'appropriation du modèle par le sujet, ce qui inclut le désir, l'intérêt, l'admiration, la complicité avec une multiplicité de modèles[46].

L'intérêt du personnage de fiction, et ce particulièrement en littérature, est qu'il offre un modèle complet. Le lecteur va pouvoir construire une image à partir d'une description physique plus ou moins détaillée. Il va surtout pouvoir associer des sentiments et une histoire à des comportements. En fonction des traits de caractères qui lui sembleront le plus pertinents, le lecteur qui s'identifie pourra alors imiter les comportements de ses personnages préférés jusqu'à totalement se les approprier.

[44] Voir annexe A.
[45] Voir annexe B.
[46] ZAVALLONI, Marisa, *op.cit.*, p. 189.

Le modèle induit de l'admiration. Cette admiration se justifiera souvent par sa faculté à se positionner avantageusement aux yeux du lecteur dans un cercle social déterminé. C'est ce que le personnage projette et renvoie qui détermine si le lecteur éprouvera pour lui un attachement particulier.

Cette recherche identitaire peut se traduire dans le quotidien de plusieurs manières. Premièrement, il peut s'agir d'un changement physique : une coupe de cheveux, une coloration, une perte de poids ou prise de masse musculaire… Il peut également s'agir d'un changement dans les habitudes vestimentaires : le lecteur cherchera à ressembler physiquement à son personnage favori. Sur 216 répondants à mon enquête par questionnaire, 23,6 % admettent s'être déjà habillés comme leur héros préféré.

Jean Bellemin-Noël parlera de « ces lecteurs qui se "prennent pour" leurs héros familiers et se fixent comme idéal de vie de parvenir à leur ressembler[47] ».

D'autres conséquences sur le quotidien sont à envisager, notamment en termes de choix du cercle social : des causes communes, liées aux intérêts découverts auprès du personnage de fiction favori, mais également des personnes qui correspondent physiquement dans la manière de s'habiller à un idéal proche de celui du personnage.

Il faut également envisager la possibilité d'un changement de comportement. L'adolescent cherchera souvent un modèle qui lui permettra de passer outre ses complexes et éventuelles difficultés rencontrée dans le quotidien. Une personne timide pourra tout à coup simuler de la confiance en elle jusqu'à parvenir à aborder les autres individus de manière de plus en plus naturelle. L'identification au personnage de fiction lui aura permis de développer un trait de caractère jusque-là peu présent voire inexistant.

Alex Mucchielli, quant à lui, affirme l'importance de l'identification dans son livre sur l'identité. Il la décrit comme « l'assimilation d'un certain nombre de propriétés d'un autre que soi[48] » et comme un des « processus essentiels de la formation de la personnalité[49] ». Il affirme également que ces identifications à un objet extérieur sont prégnants à la période de l'adolescence où la « conscience de soi s'approfondit[50] », et cite M. Debesse qui parlait de « crise d'originalité juvénile ».

[47] BELLEMIN-NOËL, Jean, *op. cit.*, p. 60.
[48] MUCCHIELLI, Alex, *op. cit.*, p. 56.
[49] *Ibid*., p. 59.
[50] *Ibid.*, p. 60.

La littérature est un des médias qui permet au jeune de trouver des modèles extérieurs dans une phase où les modèles précédents, bien souvent les parents, sont rejetés. Ils sont à la recherche d'une certaine désirabilité sociale, et les personnages de fiction ont pour caractéristique de voir la leur décrite sur des pages, ce qui permet à l'adolescent de juger de l'intérêt du modèle.

Il est important de noter que les modèles se cherchent bien souvent dans des genres très particuliers : le fantastique, la fantasy, la science-fiction… Ou encore même les comics et autres bandes-dessinées, mangas, qui sont les formes papiers les plus propices au développement d'un changement physique, notamment avec le cosplay. Ces genres sont en effet parmi les plus lus par les adolescents[51]. On peut imaginer qu'il est plus intéressant de tendre vers un modèle issu d'un univers qui surpasse le quotidien humain. Il y a, dans les exemples récents, la saga littéraire *The Mortal Instruments*[52] qui met en scène des adolescents et jeunes adultes avec des capacités extraordinaires, mais surtout avec des caractères très déterminés, parmi lesquels le personnage de Jace, chasseur de démons talentueux, beau, mystérieux, secret et torturé. Au-delà de ses capacités hors du commun, il offre aux adolescents un modèle comportemental très détaillé et qui promet un réel effet sur les relations sociales des jeunes gens qui s'identifieront à lui. Il est également intéressant de citer le modèle du super-héros de comics, qui a conduit des générations de jeunes à se costumer en collants et capes lors d'événements spéciaux.

On pourrait relier cette identification-recherche de modèle à l'idée du rêve, d'une certaine représentation d'un idéal.

On peut à ce titre citer le propos de l'auteur de *Psychanalyse et littérature* : « S'identifier au preux chevalier ou au détective surdoué, cela relève d'un processus d'″idéalisation″ de soi-même : on se pare secrètement et par personne interposée de toutes les perfections[53]. »

Cette recherche d'un modèle permet donc au lecteur de se transposer dans une figure héroïque, de s'auto-attribuer des caractéristiques qui permettront de flatter son égo

[51] CHAVEROU, É., GUILLAUME, M., *FranceCulture.fr*, « Oui, les jeunes français lisent encore ! », 28 juin 2016, mis à jour le 25 août 2016 (page consultée le 25/05/2018), <https://www.franceculture.fr/litterature/oui-les-jeunes-francais-lisent-encore>.
[52] CLARE, Cassandra, *The Mortal Instruments : la cité des ténèbres. La coupe mortelle* (Tome 1/6), Paris : Pocket Jeunesse, 2013, 576 p.
[53] BELLEMIN-NOËL, J., *op. cit*., p. 61.

et de lui offrir une meilleure image de lui-même, vers laquelle il tendra dorénavant et aussi longtemps que l'œuvre littéraire « résonnera » dans son inconscient.

Une dernière implication de cette forme d'identification est qu'elle permet l'apparition d'un phénomène très intéressant, qui intervient lui aussi directement sur la personnalité mais cette fois de façon beaucoup moins visible : c'est la naissance de nouveaux intérêts, liés à ceux de nos personnages et univers favoris. Il peut par exemple s'agir d'une passion soudaine pour une période historique donnée : l'ère médiévale, la mythologie nordique, ou encore la guerre d'indépendance de l'Écosse[54]. Cet intérêt peut aussi se traduire par des convictions morales, politiques, ou de manière plus légère vis-à-vis d'un style musical, un groupe en particulier… Les personnages de fiction auraient donc pour effet d'influencer nos goûts personnels, en nous faisant découvrir de nouveaux sujets ou même en modifiant purement et simplement nos appétences originelles. Là encore, plus de 66 % des répondants à mon enquête par questionnaire estiment s'être passionnés par de nouveaux sujets des suites d'une lecture particulièrement marquante.

Bien que ce type d'identification agisse de manière plus importante chez les adolescents, il ne faut pour autant pas rejeter l'idée qu'elle puisse se faire à tout âge, et notamment à l'âge adulte, où elle peut servir à faire face à une situation de crise durant laquelle l'individu éprouvera le besoin de changer radicalement de comportement et donc de personnalité.

2) Recherche d'une figure amoureuse

Cette recherche est un type d'identification qui est relativement peu abordé dans les récits scientifiques. Il est pourtant certain qu'elle existe et que des lecteurs y sont sensibles, à des degrés différents.

L'on parle ici de la recherche d'une figure amoureuse, mais l'on peut étendre ce phénomène à la recherche d'une relation, d'un lien particulier avec le personnage de fiction. Ce lien peut prendre plusieurs formes : la recherche d'un ami, d'un membre de la famille, ou bien évidemment d'un amoureux. Ce qui compte, c'est que ce lien ne peut s'établir qu'à condition d'éprouver une empathie extrême pour le personnage de fiction. Il est intéressant de noter que les sentiments peuvent être de nature positive ou plus

[54] En particulier sur ce sujet : GABALDON, Diana, *Le chardon et le tartan* (Tome 1/10 parus à ce jour – série toujours en cours), Paris : J'ai Lu, 1998, 445 p.

sombre : si l'empathie est possible, l'antipathie l'est aussi. Il est donc possible de haïr profondément un personnage.

Malgré le caractère très personnel de la question, 51,9% des répondants à l'enquête par questionnaire estiment avoir déjà éprouvé des sentiments forts à l'égard d'au moins un personnage de fiction littéraire. Charles Dickens dira à ce propos : « Le Petit Chaperon Rouge a été mon premier amour. Je sens que, si j'avais pu l'épouser, j'aurais connu le parfait bonheur[55] ».

L'expression du célèbre auteur est particulièrement puissante. En effet, il parle d'un amour tel qu'il aurait voulu transposer le Petit Chaperon Rouge dans la vie réelle afin de pouvoir l'épouser. Il ne s'agit pas d'analyser les raisons pour lesquelles Dickens aura éprouvé ces sentiments à l'égard de ce personnage en particulier, mais bien de démontrer que ce type d'identification est présent dans le quotidien de certains individus, même s'il est impossible aujourd'hui d'affirmer que ce phénomène est universellement vécu par l'ensemble de l'humanité.

Si assez peu d'ouvrages en font état, on trouve sur internet de nombreux forums[56] sur lesquels des lecteurs font part de leur expérience et cherchent des raisons à l'attachement qu'ils ressentent pour un personnage. Certains lecteurs, souvent des femmes, sont totalement désemparés face à un amour impossible pour un « être de papier ».

L'on pourrait être tenté de dire que ces cas frisent la pathologie, mais il faut tout de même rester prudent sur ce terme, surtout lorsqu'il est donné de constater que nombreux sont ceux qui vivent cette situation, bien que tous ne ressentent pas la même souffrance à cet égard.

Plusieurs traductions de ce type d'identification sont, là encore, possibles. Pour commencer, il y aura les sentiments persistants qui pourraient aller jusqu'à l'obsession pour un personnage. La plupart des individus faisant part de sentiments de ce genre sont en fait des lectrices. La description physique du personnage semble n'avoir que très peu d'impact sur le développement des sentiments, bien que l'image soit importante pour parvenir à cristalliser l'amour ressenti. En effet, les caractéristiques qui séduisent tiennent, pour la majeure part des faits relatés, à des comportements et à la personnalité attribuée

[55] DICKENS, Charles, cité par BETTELHEIM, Bruno, Psychanalyse des contes de fées, Paris : Pocket, 1999, p. 39.
[56] Par exemple : *Booknode*, « Sentiments envers les personnages de livres », sna, 2013 (page consultée le 25 mai 2018), <https://booknode.com/forum/viewtopic.php?t=154953>.

au personnage. Les personnes touchées par cet attachement au personnage de fiction vont penser à lui, même lorsque le livre sera refermé. Elles pourront aller jusqu'à faire des rêves, de façon plus ou moins régulière, mettant en scène ce personnage. Ces rêves pourront parfois prendre la forme de « songes éveillés » dans lesquels l'individu met en scène son personnage au sein même de son quotidien. Sur certains fils de discussion, une personne fait notamment part de ces songes qui se produisent la plupart du temps lorsqu'elle est seule chez elle : avant de s'endormir, lorsqu'elle prend une douche… Le personnage est alors presque matérialisé dans sa vie et elle pourra parfois même se sentir observée par lui et agir en ayant intériorisé cette omniprésence du personnage dans son quotidien.

Les rêves purs et simples sont d'autres manifestations, incontrôlées, qui traduisent le rapport au personnage. Celui-ci vient alors s'imposer dans la vie de l'individu sans que cela ne soit un réel choix de sa part. Ces rêves vont parfois jusqu'à refléter un aspect érotique marqué, qui peut être renforcé lorsque l'œuvre littéraire a connu une adaptation et qu'un acteur prête ses traits au personnage.

Cela peut se traduire également par la recherche d'un conjoint qui correspondra à l'image idéalisée du personnage de fiction. Si cette « quête » peut sembler anodine de prime abord, chaque être humain ayant ses préférences physiques et intellectuelles, elle peut néanmoins s'avérer problématique dans certains cas extrêmes. Par exemple, certaines personnes vont se replier sur elles-mêmes et ne plus chercher à rencontrer d'autres gens car ils ne correspondront jamais totalement à leur idéal. Elles restent donc avec leur songe et s'isolent socialement.

D'autres cas ont été rapportés de ruptures liées à une demande insistante de la part d'un conjoint d'efforts de leur moitié pour ressembler un peu plus au modèle idéalisé : un changement souvent physique, mais parfois aussi comportemental.

Philippe Ariño, sur son blog[57], évoque, lui aussi, la relation au personnage de fiction en termes de sentiments amoureux. Il va même plus loin. Il explique dans un article que certains individus ont pu découvrir leur homosexualité à travers une attirance pour un personnage fictif. Ce dernier aurait donc suffisamment d'influence sur l'être humain pour lui faire prendre conscience de lui et lui faire accepter un trait de sa personnalité jusque-là masqué. Si l'on devine que le personnage de fiction ne peut pas aller jusqu'à

[57] ARIÑO, Philippe, *Araignée du désert*, « Tomber amoureux d'un personnage de fiction ou du leader de la classe », 25 août 2013 (page consultée le 23 mai 2018), <http://www.araigneedudesert.fr/code-n171-tomber-amoureux/>.

changer l'orientation sexuelle d'un lecteur, il peut en tout cas lui permettre de découvrir, *a minima*, des tendances et curiosités jusque-là inavouées.

Pour expliquer cet intérêt vif pour le personnage fictif, il faut garder à l'esprit que l' « être de papier » est tout entier couché, décrit sur les pages du livre. Ainsi, il ne réserve aucune surprise : le lecteur connait tout de lui, ses qualités, ses défauts, ses pensées. Aucun risque de déception, aucun risque qu'il ne change un jour. Il restera dans l'état dans lequel le lecteur s'est épris de lui. C'est cette sorte de « perfection » qui donne au personnage de fiction tout son attrait, et tout son pouvoir. Il donne l'impression que l'on sait tout de lui, qu'il ne triche pas.

3) Recherche de soi

La dernière forme d'identification qui retient notre attention est la recherche de soi. Elle concerne également les adolescents, mais surtout les lecteurs plus âgés, qui ont déjà une personnalité relativement forgée et s'avèrent peut-être moins « modelables » que des lecteurs moins avertis.

Pour parvenir à s'identifier à un personnage, cette catégorie de lecteurs va chercher chez lui les caractéristiques qu'ils ont en commun. Ces caractéristiques sont rarement physiques, on remarquera d'ailleurs que dans chaque forme d'identification, le portrait physique des personnages n'a que très peu d'impact : en effet, il reste surtout un moyen de construire une image mentale dans laquelle vont s'incarner les traits que le lecteur va vraiment retenir, à savoir le caractère, le comportement, et des attributs plus intellectuels.

Ainsi, le lecteur, dans ce processus, ne s'identifiera pas nécessairement au héros principal, mais à celui qui se rapproche le plus de lui mentalement : celui qui a la même conception de la vie, qui agit de façon similaire, développe des idées semblables dans un ou plusieurs domaines, notamment la politique et les valeurs morales, et qui occupe la même place dans son cercle social… Le leader, celui qui amuse tout le monde, le sérieux, le petit génie, le loyal, le solitaire… sont autant de modèles « basiques » qui vont déterminer le personnage qui incarnera le mieux l'image du lecteur et lui permettra de s'impliquer dans l'histoire en se positionnant à travers les yeux de ce personnage.

C'est d'ailleurs la proximité avec certains héros de roman qui pourra décider un lecteur à s'orienter vers des livres en particulier. L'identification peut donc s'avérer déterminante dans le choix des lectures.

Ce type d'identification ne sert pas qu'à déterminer les yeux à travers lesquels le lecteur vivra l'histoire. La recherche de soi peut également servir à s'offrir de l'espoir et trouver une façon de régler des difficultés personnelles. En effet, un individu pourra s'inspirer des réactions d'un personnage qui lui ressemble afin de trouver des manières de faire face à certaines situations.

À ce propos, Boris Cyrulnik parle dans *Ivres paradis, bonheurs héroïques*[58] du point auquel la lecture lui a été salutaire dans l'enfance.

> L'un de ses héros préférés, Tarzan, lui permettait de se projeter dans l'avenir, de s'élaborer en tant que héros, lui l'orphelin, le petit juif que les nazis voulaient tuer. « Tarzan, comme moi, était orphelin, nu et fragile. Comme moi, il avait été sauvé par une famille étrangère, les singes. Il était devenu un jeune homme fort qui défendra les autres et trouvera sa Jane.[59] »

Pour le jeune public, le héros de fiction littéraire peut donc représenter l'idée que quelles que soient les épreuves traversées, et même avec des complications vécues durant l'enfance, il est possible de s'en sortir et de surpasser très largement sa condition. C'est notamment le cas pour Boris Cyrulnik, qui est aujourd'hui un psychiatre reconnu, qui a beaucoup travaillé sur le concept de résilience suite aux traumatismes, et qui est notamment l'auteur de nombreux ouvrages largement diffusés auprès du public.

Il peut aussi s'agir, pour l'adulte, de retourner vers des figures qui lui rappelleront son identité « antérieure ». En effet, l'individu pourra chercher en des personnages représentant des personnes plus jeunes, mais disposant de traits de caractère ou de comportement communs avec lui, les raisons qui l'ont poussé à arriver là où il en est dans sa vie, ou encore qui expliqueraient certains événements vécus ou décisions prises. Il est même possible que le lecteur cherche par-là à vivre par procuration des événements qu'il n'aurait pas eu l'occasion de vivre au cours de son existence et qu'un personnage auquel il s'identifie particulièrement grâce à leurs caractéristiques semblables est justement en train d'expérimenter au fil des pages.

Jean Bellemin-Noël écrira à ce propos :

> C'est par elle [la littérature] que nous prenons conscience de notre humanité, qui pense, qui parle […]. En gros, ce n'est qu'avec quelque chose comme la littérature […] que

[58] CYRULNIK, Boris, *Ivres paradis, bonheurs héroïques*, Paris : Odile Jacob, 2016, 240 p.
[59] PELLÉ-DOUËL, C., *op. cit*., p. 35.

> l'homme s'interroge sur lui-même, sur son destin cosmique, sur son histoire, sur son fonctionnement social et mental[60]. »

Ce type d'identification obéit à l'instinct narcissique de l'individu. Ceci lui permet effectivement de se projeter avec ses traits dans la fiction et de vivre certaines choses par procuration. Il a besoin de se reconnaître pour se projeter dans le livre.

Vincent Jouve étayera par ailleurs en disant que « si ce n'est pas toujours soi-même qu'on lit dans le récit, c'est toujours soi-même qu'on cherche à lire, à retrouver, à situer […]. Il y a bien un niveau de lecture où ce qui se joue, c'est la relation du sujet à lui-même, du moi à ses propres fantasmes[61] ».

L'identification dont il est question serait donc un but recherché plus ou moins consciemment par chaque lecteur, une véritable attente lorsque l'on parcoure les pages d'un roman. La lecture, dans ce cadre, serait un média qui permettrait au lecteur de prendre du recul sur lui-même, et notamment sur l'image qu'il a de lui-même. Ce serait l'occasion d'une introspection profonde.

Christian Dours, quant à lui, parle de l'identification « empathique », qui « sera définie comme la capacité donnée à une personne de projeter l'expérience qu'elle a d'elle-même sur un personnage qui reste totalement imaginaire[62] ». Il précise que « dans l'identification empathique, le lecteur fait du personnage un prolongement de lui-même, et retrouve en lui le contenu de sa propre expérience[63] ».

Cette empathie pour le personnage permet donc au lecteur de s'incarner en lui. Cela peut avoir une vocation rassurante puisqu'en laissant des parts de lui dans les personnages auxquels il s'identifie au cours de ses lectures, le lecteur s'assure une certaine forme d'immortalité : si lui disparaît, certains de ses traits de caractères et de personnalité subsisteront à travers tous ces êtres de papiers.

Certains lecteurs peuvent se servir de cette identification pour se présenter directement auprès de leurs proches. Il peut être plus facile pour ces individus de communiquer par ce biais : l'auteur décrit si bien les sentiments et la complexité du personnage que le lecteur qui les reprend à son compte préfère confier à ses amis ou amants le livre dans lequel sera trouvée l'explication de ce trait de l'identité avec les mots justes.

---

[60] BELLEMIN-NOËL, J., *op cit.*, p. 3.
[61] JOUVE, Vincent, *op. cit.*, p. 90.
[62] DOURS, Christian, *op. cit.*, p. 36.
[63] *Ibid*. p. 38.

On retrouve le même phénomène que la communication à travers les paroles de chansons, relativement utilisée lors des ruptures amoureuses, et que l'on constate d'autant plus que les musiques peuvent dorénavant être partagées sur les réseaux sociaux.

Cette identification « recherche de soi » est finalement une occasion pour le lecteur de s'expliquer sa propre identité, de trouver des réponses pour lui-même et d'anticiper ses réactions futures.

Il est important de préciser que si le distinguo entre ces trois types d'identifications existe, elles ne sont pas incompatibles : en effet, au sein d'une même lecture, le lecteur peut vivre les trois phénomènes en parallèle. Il pourra vouloir ressembler au héros principal, se retrouver dans l'ami, le faire-valoir, et éprouver des sentiments de sympathie, voire même d'amour, envers le personnage principal correspondant à son orientation sexuelle. Beaucoup de cas de pluri-identifications sont rapportés, encore une fois sur les forums spécialisés évoqués précédemment.

Il est même possible de prendre le héros pour modèle, et d'éprouver de l'empathie et se retrouver dans son ennemi, le méchant, en raison d'un traumatisme similaire vécu et qui empêche le lecteur d'éprouver de la haine pour celui qui empêche le héros de vivre en paix.

Conclusion

La problématique visant à savoir comment l'identification à un personnage de fiction pouvait influencer le développement de certains individus avait pour particularité d'être relativement large. Il a donc fallu procéder par étapes pour établir, avant tout, qu'il pouvait y avoir une influence des personnages de fiction sur le développement humain, avant de répondre à la question visant à comprendre comment cela fonctionnait. Gustave Flaubert a écrit : « L'objet que tu contemplais semblait empiéter sur toi, à mesure que tu t'inclinais vers lui, et des liens s'établissaient[64]. »

Avoir ressenti le besoin, comme Freud, Bruno Bettelheim ou plus récemment Jean Bellemin-Noël l'ont fait, de mener une réflexion psychanalytique sur des œuvres littéraires, et en particulier des fictions, démontre déjà l'influence de la littérature pour les individus et leur construction.

Par ailleurs, « *Werther* de Goethe passe pour avoir déchaîné une épidémie de suicide chez les adolescents contemporains[65] ». La fiction a donc pu, à grande échelle, amener les individus à établir un changement net dans leur parcours de vie, jusqu'à atteindre pour certains des extrêmes.

« Vivre avec un personnage ne consiste pas à conformer nos actes aux siens, mais à transposer dans notre vie des réflexions et des remarques empruntées à sa vision du monde[66] ». En effet, si certains lecteurs poussent le phénomène de l'identification à l'extrême, pour la plupart des individus, cela aura un impact moins marqué, plus diffus sur le comportement et les idées.

L'identification peut par ailleurs répondre à un besoin affectif du lecteur : « Ce que nous recherchons dans le roman, à travers la relation aux personnages, c'est bien cet assouvissement affectif dont le besoin est, selon Freud, à l'origine de toute fiction ou fantaisie[67] ». La fiction aurait donc toujours été écrite dans ce but.

Tout cela démontre, sans l'ombre d'un doute possible, que la fiction littéraire a bien, et depuis qu'elle existe, un impact sur la vie humaine et sur le quotidien des lecteurs.

Si l'on ne peut prouver scientifiquement que l'identification est un phénomène connu universellement, on a en tout cas pu démontrer que le processus se traduisait de

[64] FLAUBERT, Gustave, cité par JOUVE, Vincent, *op. cit*., p. 5.
[65] JOUVE, V., *op. cit*., p. 200.
[66] *Ibid*., p. 201.
[67] *Ibid*., p. 234.

manières différentes, tant dans les besoins auxquels ils répondaient que dans les applications dans la vie quotidienne des lecteurs. On a également vu que l'identification pouvait se produire à des degrés et échelles différentes. Nous sommes donc sur un phénomène qui est nommé par un terme possédant une traduction relativement large.

Si la sensibilité et les besoins des individus sont un facteur majeur pour comprendre comment les personnages de fiction peuvent avoir un impact dans le développement des individus, il faut reconnaître que ce processus est si personnel qu'il est difficile d'établir une réponse générale à la question : chaque individu, dans sa réception unique d'une œuvre littéraire, voit sa vie influencée d'une manière différente par rapport à un autre.

S'il nous est possible de répondre que les personnages de fictions peuvent, définitivement, avoir un impact sur le développement psychologique, cognitif, affectif et intellectuel des individus, il nous est par contre difficile d'établir une réponse universelle à la question de savoir comment cet impact se manifeste.

Ainsi, le présent document donne des pistes sur les applications possibles mais ne permet pas une réponse généralisée à la problématique. Cela demanderait une analyse approfondie de plusieurs expériences de lecture qui nécessiterait un travail de recherche sur une durée bien plus longue et avec des connaissances dans le domaine bien plus poussées.

Il serait tout de même intéressant, pour ouvrir le sujet, d'analyser l'identification à travers d'autres supports, notamment le cinéma et le jeu vidéo. En effet, si la littérature présente bien des avantages en termes d'imaginaire et de place laissée à l'interprétation du lecteur, il n'en reste pas moins que l'identification est un phénomène ayant cours dans de nombreuses situations au quotidien. Ainsi, il serait intéressant de déterminer ce qui, dans chaque œuvre fictionnelle, peut amener le sujet à s'identifier, et pour quelle raison, tout en gardant à l'esprit que tout ce qui touche à la psyché rend forcément l'application d'un modèle universel complexe et demande une certaine retenue dans l'affirmation de vérités générales.

Sources

Bibliographie

BELLEMIN-NOËL, Jean, *Psychanalyse et littérature*, Paris : PUF, coll. « Quadrige », 2012, 243 p.

BETTELHEIM, Bruno, Psychanalyse des contes de fées, Paris : Pocket, 1999, 455 p.

CLARE, Cassandra, *The Mortal Instruments : la cité des ténèbres. La coupe mortelle* (Tome 1/6), Paris : Pocket Jeunesse, 2013, 576 p.

CYRULNIK, Boris, *Ivres paradis, bonheurs héroïques*, Paris : Odile Jacob, 2016, 240 p.

DOURS, Christian, *Personnes, personnage. Les fictions de l'identité personnelle*, Rennes : PUR, coll. « Æsthetica », 2003, 194 p.

GABALDON, Diana, *Le chardon et le tartan* (Tome 1/10 parus à ce jour – série toujours en cours), Paris : J'ai Lu, 1998, 445 p.

JAMES, E. L., *Cinquante nuances de Grey*, Paris : Jean-Claude Lattès, coll. « Romans étrangers », 2012, 560 p.

JOUVE, Vincent, *L'effet-personnage dans le roma*n, Paris : PUF, coll. « Écriture », 1998, 272 p.

MUCCHIELLI, Alex, *L'identité*, Paris : PUF, coll. « Que sais-je ? », 2013, 122 p.

PELLÉ-DOUËL, Christilla, *Ces livres qui nous font du bien*, Vanves : Marabout, 2017, 220 p.

ZAVALLONI, Marisa, *Ego-écologie et identité : une approche naturaliste*, Paris : PUF, coll. « Psychologie sociale », 2007, 195 p.

Sources internet

ARIÑO, Philippe, *Araignée du désert*, « Tomber amoureux d'un personnage de fiction ou du leader de la classe », 25 août 2013 (page consultée le 23 mai 2018), <http://www.araigneedudesert.fr/code-n171-tomber-amoureux/>.

Babelio, « Maurice Corcos », sna (page consultée le 19 mai 2018), <https://www.babelio.com/auteur/Maurice-Corcos/59419>.

Booknode, « Sentiments envers les personnages de livres », sna, 2013 (page consultée le 25 mai 2018), <https://booknode.com/forum/viewtopic.php?t=154953>.

CHAVEROU, É., GUILLAUME, M., *FranceCulture.fr*, « Oui, les jeunes français lisent encore ! », 28 juin 2016, mis à jour le 25 août 2016 (page consultée le 25/05/2018), <https://www.franceculture.fr/litterature/oui-les-jeunes-francais-lisent-encore>.

DE BOTTON, Alain, *Personal Website*, « The School of Life », 2013 (page consultée le 19 mai 2018), <http://alaindebotton.com/the-school-of-life/>.

DETAMBEL, Régine, Site personnel, « Ateliers et formations à la bibliothérapie », 2016 (page consultée le 19 mai 2018), <http://www.detambel.com/f/index.php?sp=liv&livre_id=64>.

GALLO, Max, *Le Monde*, « Rastignac est parmi nous », 11 septembre 2008 (page consultée le 1er juin 2018), <https://www.lemonde.fr/livres/article/2008/09/11/ rastignac-est-parmi-nous-par-max-gallo_1093966_3260.html>.

Harvard Square Library, "Crothers, Samuel McChord (1857-1927)", sna (page consultée le 19 mai 2018), <http://www.harvardsquarelibrary.org/biographies/samuel-mcchord-crothers/>.

Les expressions.com, « Faire son Don Quichotte », sna (page consultée le 1er juin 2018), <http://www.les-expressions.com/resultats.php?search=&p=2&tid=&toid =11> ;

L'internaute, « Dictionnaire », sna (page consultée le 1er juin 2018), <http://www.linternaute.fr/dictionnaire/fr/definition/don-juan/#expression>.

Merriam Webster, « Bibliotherapy », sna, mise à jour le 20 avril 2018 (page consultée le 19 mai 2018), < https://www.merriam-webster.com/dictionary/bibliotherapy>.

Psychologies, « Définition Crise d'originalité juvénile », sna (page consultée le 1er juin 2018), <http://www.psychologies.com/Dico-Psycho/Crise-d-originalite-juvenile>.

SCHREIBER, Jean-Philippe, site du *centre contre les manipulations mentales*, « L'évolution des croyances religieuses en chiffres : les cas singuliers de la Belgique et des USA », 19 mai 2015 (page consultée le 1er juin 2018), <https://www.ccmm.asso.fr/l-8217-evolution-des-croyances-religieuses-en-chiffres-les-cas-singuliers-de-la-belgique-et-des-usa/>.

VINCENT, Catherine, *Le Monde*, « Du bienfait des contes qui font frissonner », 26 décembre 2012 (page consultée le 1er juin 2018), <https://www.lemonde.fr/vous/article/2006/12/26/du-bienfait-des-contes-qui-font-frissonner_849473_3238.html>.

Annexes

Annexe A – Questionnaire Google Forms ……...p. I
Annexe B – Sélection des résultats les plus pertinents pour l'enquête ……p. VII

Annexe A

La relation aux personnages de fiction

Etudiante en DUT Carrières Sociales, je réalise dans le cadre de mon mémoire une enquête sur les expériences de lecture, et plus précisément sur la relation qu'entretiennent le lecteur et les personnages de fiction.
Ce questionnaire est anonyme et vous pouvez y répondre en 5 à 15 minutes seulement.
Vous aurez également la possibilité de me laisser votre email si vous souhaitez être recontacté dans le cadre de cette enquête.

Je vous remercie mille fois pour le temps que vous accordez à répondre à ce questionnaire.

*Obligatoire

Informations générales

Renseignements personnels qui ne portent pas atteinte à votre anonymat

1. **1. Pouvez-vous préciser votre genre? ***
   Une seule réponse possible.
   - ◯ Femme
   - ◯ Homme
   - ◯ Transgenre

2. **2. Pouvez-vous préciser votre âge ? ***
   Une seule réponse possible.
   - ◯ Moins de 15 ans
   - ◯ Entre 15 et 19 ans
   - ◯ Entre 20 et 25 ans
   - ◯ Entre 26 et 30 ans
   - ◯ 31 ans et plus

3. **3. Pouvez-vous préciser votre niveau d'études? ***

4. **4. Si vous êtes en situation d'emploi, quel métier exercez vous?**

5. **4bis. Si non, quel est votre statut actuel (collégien(ne), lycéen(ne), étudiant(e), retraité(e), etc...)**

6. **4ter. Si vous étudiez, quel diplôme préparez-vous?**

7. **5. Dans quel département vivez-vous? Dans quel pays si en dehors de la France?** *

_____

Profil de lecteur

Cette rubrique vise à en apprendre plus sur vos habitudes de lectures

8. **6. Lisez vous des livres et/ou bandes dessinées?** *

Une seule réponse possible.

- ◯ Oui
- ◯ Non

9. **7. Combien de livres lisez-vous en moyenne sur une année?** *

Une seule réponse possible.

- ◯ 2 ou moins
- ◯ 3 à 5
- ◯ 6 à 10
- ◯ Plus de 10

10. **8. Combien de bandes dessinées (BD) lisez-vous en moyenne sur une année?** *

Une seule réponse possible.

- ◯ 2 ou moins
- ◯ 3 à 5
- ◯ 6 à 10
- ◯ Plus de 10

11. **9. Quels sont vos genres littéraires favoris?** *

_____

_____

_____

_____

_____

12. **10. Lisez-vous plus volontiers des sagas littéraires ? (ex de saga: Les Rougons-Macquart de Zola, Hunger Games, Game of Thrones, Harry Potter...)** *

Une seule réponse possible.

- ◯ Oui
- ◯ Non

13. **11. Que représente pour vous la lecture? (plusieurs réponses possibles)** *
Plusieurs réponses possibles.

- [ ] Un besoin
- [ ] Une échappatoire
- [ ] Un loisir
- [ ] Une passion
- [ ] Un passe-temps contre l'ennui
- [ ] Rien de tout cela

14. **11bis. Vous pouvez si vous le souhaitez apporter des précisions à votre réponse précédente.**

15. **12. Considérez-vous que la lecture est indispensable?** *
Une seule réponse possible.

- ◯ Oui
- ◯ Non

16. **12bis. Si oui, pourquoi?**

17. **13. De façon générale, appréciez-vous les adaptations de romans au cinéma, à la télévision, en jeu vidéo ou en bande dessinée? Merci de préciser pourquoi.**

18. **14. Vous êtes vous déjà retrouvé dans une situation où votre seule priorité était de pouvoir reprendre votre lecture?** *
Une seule réponse possible.

- ◯ Oui
- ◯ Non

19. **15. Classez ces éléments par ordre d'importance, 1 étant ce qui vous semble le plus important, et 5 ce qui ne l'est pas du tout.** *

Une seule réponse possible par ligne.

	1	2	3	4	5
Les personnages	◯	◯	◯	◯	◯
L'intrigue, le thème abordé	◯	◯	◯	◯	◯
L'auteur	◯	◯	◯	◯	◯
Le lieu où se déroule l'action	◯	◯	◯	◯	◯
L'époque où se déroule l'action	◯	◯	◯	◯	◯

Le phénomène de l'identification

Cette rubrique vise à connaître votre opinion sur le phénomène de l'identification

20. **16. Pensez-vous que des personnages de fictions puissent avoir une influence dans la vie réelle?** *

Une seule réponse possible.

◯ Oui
◯ Non

21. **16bis. Si oui, accepteriez-vous d'expliquer de quelle façon?**

_____

_____

_____

_____

_____

22. **17. Quand vous lisez, pensez-vous que vous vous identifiez à un personnage?** *

Une seule réponse possible.

◯ Jamais
◯ Cela peut arriver
◯ Cela arrive à chaque fois

23. **17bis. A quel(s) type(s) de personnage(s) pensez-vous vous identifier le plus souvent?**

_____

24. **18. Considérez-vous que le phénomène d'identification soit plus fort dans le cas de sagas littéraires?** *

Une seule réponse possible.

◯ Oui
◯ Non

25. **19. Vous arrive-t-il de vous demander comment réagirait un personnage (rencontré au cours de vos lectures) dans certaines situations auxquelles vous pourriez être confronté(e)?** *

Une seule réponse possible.

◯ Oui
◯ Non

26. **20. Avez-vous déjà souhaité ressembler (ou souhaité qu'un proche ressemble) à un personnage de fiction rencontré au cours de vos lectures?** *

Une seule réponse possible.

- ◯ Oui
- ◯ Non

27. **21. Vous est-il déjà arrivé de vous habiller comme un de vos personnages de fiction favoris (dans le cadre de cosplay, reconstitution, ou simplement dans votre vie de tous les jours)?** *

Une seule réponse possible.

- ◯ Oui
- ◯ Non

28. **22. Quand vous lisez, considérez-vous que vous vous projetez dans le roman?** *

Une seule réponse possible.

- ◯ Oui
- ◯ Non

29. **23. Pensez-vous être "déconnecté(e) de la réalité" au cours de vos lectures?** *

Une seule réponse possible.

- ◯ Oui
- ◯ Non

30. **24. Vous arrive-t-il de repenser à l'histoire et aux personnages une fois le livre refermé?** *

Une seule réponse possible.

- ◯ Oui
- ◯ Non

31. **25. Pensez vous avoir pu vouloir modifier votre comportement et/ou votre apparence physique après une lecture particulièrement marquante?** *

Une seule réponse possible.

- ◯ Oui
- ◯ Non

32. **26. Pensez-vous que vos lectures de fiction vous aient permis de vous passionner pour des sujets et/ou thématiques nouvelles (ex: Pays, Histoire, Mythologie...)** *

Une seule réponse possible.

- ◯ Oui
- ◯ Non

33. **27. Avez-vous déjà éprouvé des sentiments forts à l'encontre de personnages au cours de vos lectures?** *

Une seule réponse possible.

- ◯ Oui
- ◯ Non

34. **27bis. Si oui, pourriez vous préciser leur nature?**

35. **28. Avez-vous quelque chose à ajouter ou souhaitez-vous me faire part de vos impressions sur ce questionnaire?**

Suite de l'enquête

Dans le cadre de mon mémoire, je souhaiterai conduire plusieurs entretiens afin de discuter de manière plus ouverte des expériences de lectures individuelles. Vous pouvez dans cette rubrique m'indiquez si vous seriez d'accord pour être recontacté dans ce cadre.

36. **29. Accepteriez-vous d'être recontacté dans le cadre de cette enquête, et participer éventuellement à un entretien individuel d'environ (environ 20 minutes) au sujet de vos expériences de lectures? (Celui-ci peut se dérouler en visioconférence).** *

Une seule réponse possible.

- ◯ Oui
- ◯ Non

37. **29bis. Si oui, pouvez-vous me laisser votre email et/ou numéro de téléphone?**

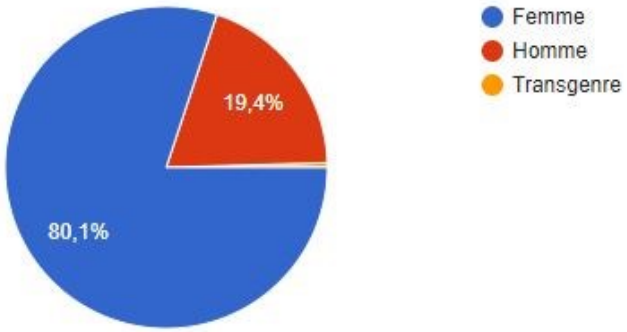
Je vous remercie vivement d'avoir accepté de prendre le temps de répondre à ce questionnaire.

Fourni par
Google Forms

Annexe B – Sélection des résultats les plus pertinents pour l'enquête

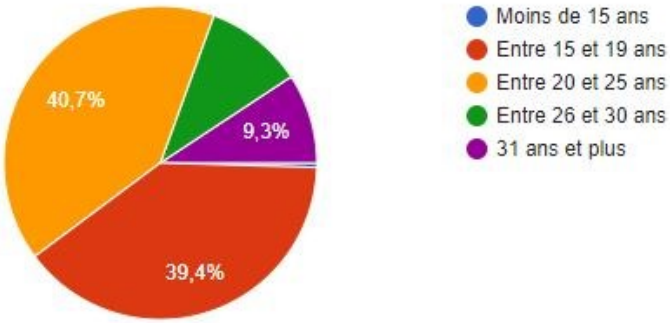
1. Pouvez-vous préciser votre genre?

216 réponses



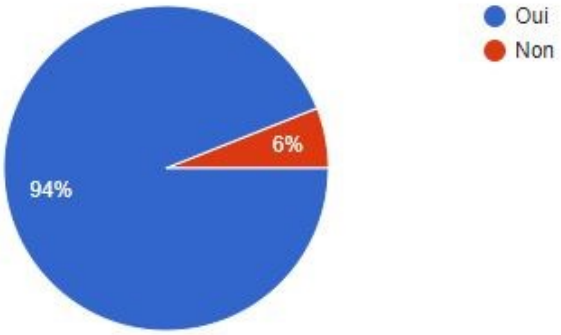
2. Pouvez-vous préciser votre âge ?

216 réponses



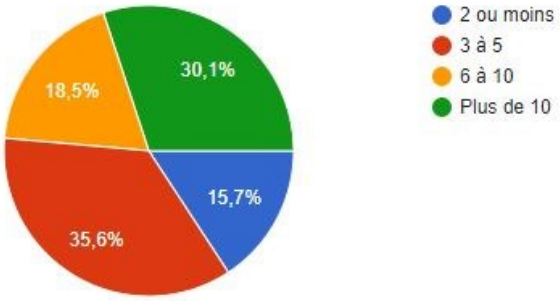
6. Lisez vous des livres et/ou bandes dessinées?

216 réponses



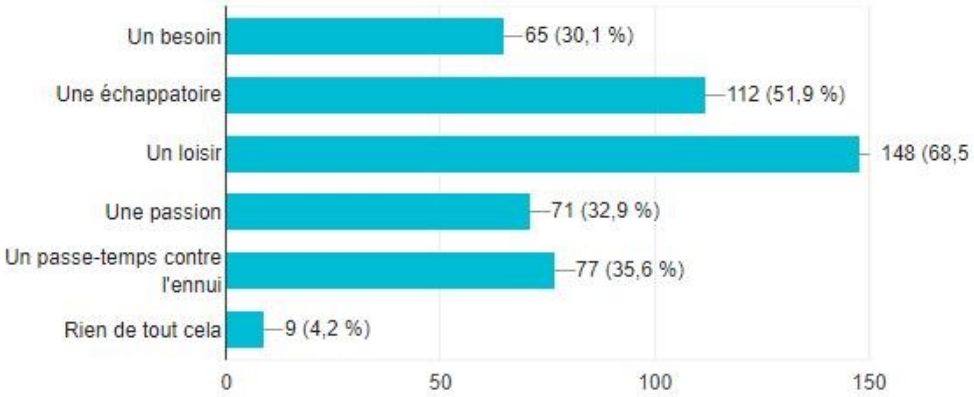
7. Combien de livres lisez-vous en moyenne sur une année?

216 réponses



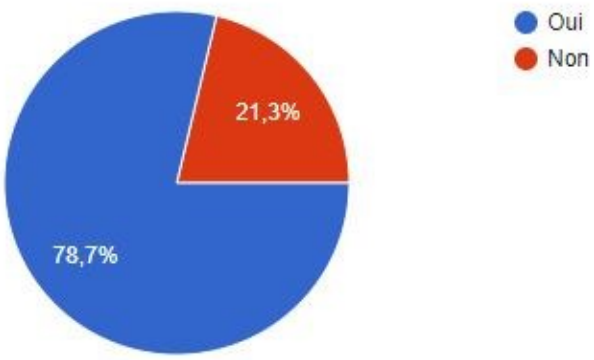
11. Que représente pour vous la lecture? (plusieurs réponses possibles)

216 réponses



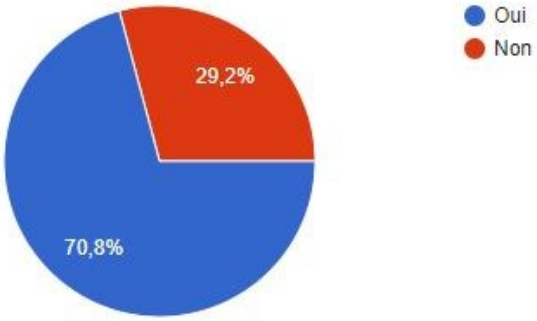
12. Considérez-vous que la lecture est indispensable?

216 réponses



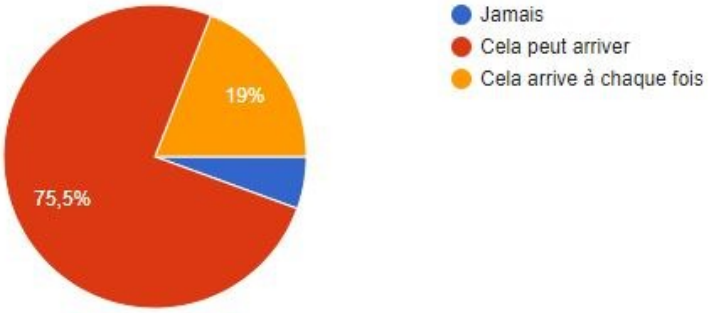
16. Pensez-vous que des personnages de fictions puissent avoir une influence dans la vie réelle?

216 réponses



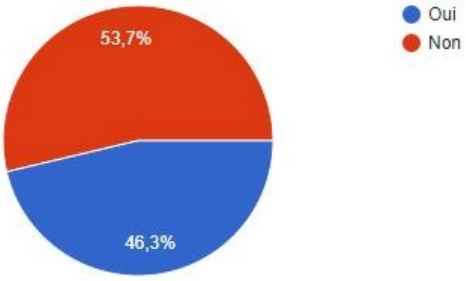
17. Quand vous lisez, pensez-vous que vous vous identifiez à un personnage?

216 réponses



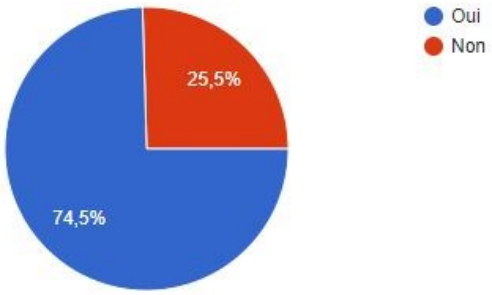
19. Vous arrive-t-il de vous demander comment réagirait un personnage (rencontré au cours de vos lectures) dans certaines situations auxquelles vous pourriez être confronté(e)?

216 réponses



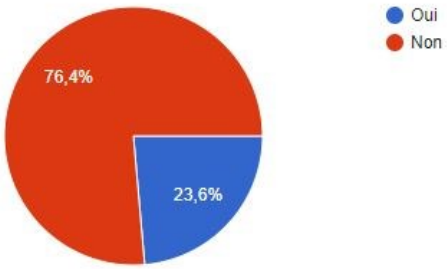
20. Avez-vous déjà souhaité ressembler (ou souhaité qu'un proche ressemble) à un personnage de fiction rencontré au cours de vos lectures?

216 réponses



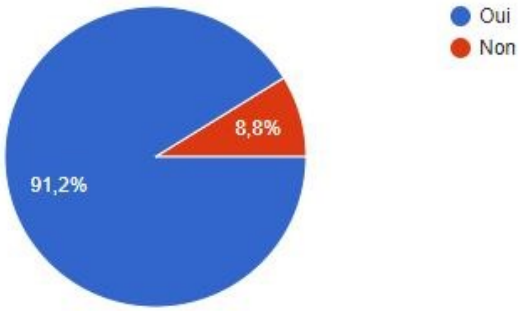
21. Vous est-il déjà arrivé de vous habiller comme un de vos personnages de fiction favoris (dans le cadre de cosplay, reconstitution, ou simplement dans votre vie de tous les jours)?

216 réponses



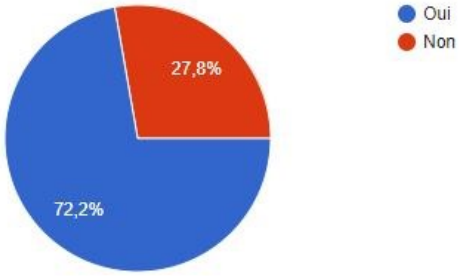
22. Quand vous lisez, considérez-vous que vous vous projetez dans le roman?

216 réponses



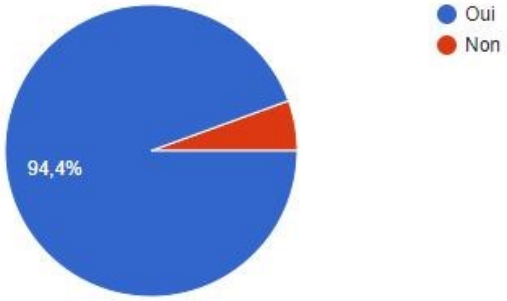
23. Pensez-vous être "déconnecté(e) de la réalité" au cours de vos lectures?

216 réponses



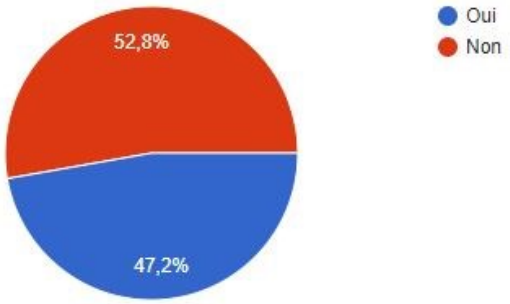
24. Vous arrive-t-il de repenser à l'histoire et aux personnages une fois le livre refermé?

216 réponses



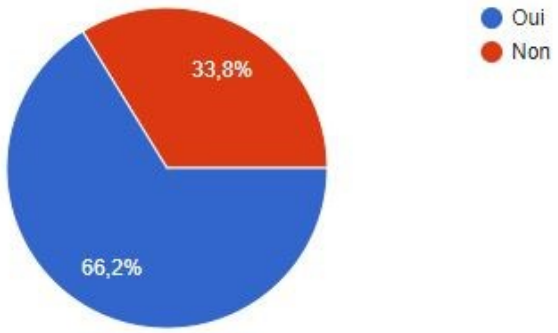
25. Pensez vous avoir pu vouloir modifier votre comportement et/ou votre apparence physique après une lecture particulièrement marquante?

216 réponses



26. Pensez-vous que vos lectures de fiction vous aient permis de vous passionner pour des sujets et/ou thématiques nouvelles (ex: Pays, Histoire, Mythologie...)

216 réponses



27. Avez-vous déjà éprouvé des sentiments forts à l'encontre de personnages au cours de vos lectures?

216 réponses

