



Sur les traces des souvenirs d'enfance

« Le souvenir est le seul paradis dont on ne puisse être chassé », a écrit l'écrivain et pédagogue allemand Jean Paul. Le fait est que le souvenir du passé, et celui des années d'enfance en particulier, est souvent paradisiaque : jouer dehors des heures durant avec d'autres enfants ou laisser fondre sur sa langue les dernières miettes d'un gâteau sorti du four laisse sans doute chez la plupart des gens des souvenirs impérissables. Mais qu'en est-il des souvenirs plus anciens ? Qui se souvient encore de ses premiers pas mal assurés ou du supplice de la percée des dents ?

Oublier pour faire naître de nouvelles cellules cérébrales

Pour le grand oubli qu'est l'amnésie infantile existent différentes explications. Certains font valoir que la conscience du lieu, du temps et de sa propre personne ne se développe que vers trois à quatre ans, âge qu'il faut donc atteindre pour que des souvenirs puissent se déposer dans la mémoire autobiographique. Car il est besoin pour cela d'un Où, d'un Quoi et d'un Quand.

D'autres attribuent un rôle à la neurogenèse, processus par lequel le cerveau produit de nouveaux neurones. Des études neuroscientifiques montrent en effet que certaines structures cérébrales dont dépend la mémoire autobiographique continuent de se modifier fortement jusqu'à l'âge de jeune adulte. D'où l'hypothèse selon laquelle ce remaniement pourrait empêcher l'accès aux souvenirs du tout premier âge.

Oublier pour que se développe le langage

L'amnésie infantile pourrait également être liée au développement du langage. En grandissant, le petit enfant apprend toujours plus de mots et commence à s'exprimer par courtes phrases. Alors que ce qu'il a vécu auparavant était mémorisé sous forme de sensations, d'images ou d'actes, s'installe, vers trois à quatre ans, une forme de mise en mémoire toujours plus langagière, dont pourrait faire les frais l'évocation des souvenirs non langagiers.

L'importance des liens qui existent entre le langage et la mémoire a été mise en évidence par la psychologue néo-zélandaise Harlene Hayne, dont les études montrent que l'ancienneté des souvenirs varie selon les cultures. La palme de l'ancienneté revient aux Maoris de Nouvelle-Zélande (deux ans et demi en moyenne pour les premiers souvenirs), suivis des Européens et des Américains (trois ans et demi en moyenne). Pour certaines cultures asiatiques, les souvenirs apparaissent encore plus tardivement (aux alentours de quatre ans). Souvenirs précoces, souvenirs tardifs : cela dépend manifestement du style de narration en usage dans une culture. On sait, par exemple, que les faits communiqués de vive voix se gravent plus profondément dans la mémoire. Peut-être bien que les Maoris parlent plus souvent et plus longuement du passé avec leurs enfants.

Le fait que les enfants se souviennent particulièrement bien des événements qu'ils ont vécus et commentés ensuite avec leur mère a également été relevé par la psychologue américaine Patricia Bauer. Les parents peuvent encourager cette tendance en demandant à leurs enfants de raconter le soir ce qu'ils ont fait pendant la journée. Les souvenirs partagés sont bons pour le développement de l'enfant, auquel ils donnent sérénité et équilibre.

Les enfants se souviennent mieux des événements dont ils parlent ensuite avec leurs parents. Voilà un joli rituel, à cultiver par exemple avant de mettre les enfants au lit.

Photo : Unsplash