

COGNITION SOCIALE

Synthèse

Est-ce important?

La cognition sociale désigne la conscience des états mentaux d'autrui et de soi-même (c.-à-d. l'acquisition de la théorie de l'esprit), y compris les émotions, les motifs, les désirs et les sentiments. Les habiletés sociocognitives, telles que la capacité de comprendre, de décrire et de prédire les états mentaux d'une autre personne, permettent aux enfants de développer une bonne cognition sociale. Le développement de la compréhension sociale et cognitive est particulièrement important durant la petite enfance, car elle prépare l'enfant à interagir de façon appropriée dans le monde social avant de commencer l'école. Par exemple, c'est par l'intermédiaire d'activités de groupe que les enfants apprennent l'importance du partage. Cette habileté cruciale est acquise lorsque l'enfant comprend que les autres enfants peuvent également avoir envie de jouer avec les mêmes jouets que lui.

Dans le même ordre d'idées, des études récentes indiquent que les habiletés sociocognitives d'un enfant semblent avoir une incidence directe sur sa réussite scolaire et sur la qualité des relations qu'il entretient avec les autres. Les enfants ayant une cognition sociale plus développée ont tendance à bien communiquer, à être compétents sur le plan social et académique, à être populaires auprès de leurs pairs et à être heureux à l'école. À l'inverse, les enfants qui manifestent des lacunes sociocognitives sont plus susceptibles d'avoir de la difficulté à faire la transition vers l'école, à réagir plus violemment à des parents autoritaires et à éprouver des difficultés à l'école qui pourraient être considérées à tort comme des problèmes de comportement (p. ex., manquer de respect envers son enseignant).

Enfin, il est important de favoriser rapidement l'acquisition d'habiletés sociocognitives chez les jeunes enfants, car elles ont une grande incidence sur le développement social et la réussite scolaire lorsqu'elles sont acquises en bas âge.

Que savons-nous?

Des études récentes révèlent que la cognition sociale se développe en bas âge et ce, même avant l'acquisition du langage. À quelques mois déjà, le nourrisson est capable de suivre le regard des autres, de participer à des jeux simples qui se jouent à tour de rôle (p. ex., jouer à « coucou ») et de comprendre des comportements orientés vers un but, tels que s'emparer d'un objet ou tendre la main vers un objet. Ensuite, vers l'âge de deux ans, l'enfant prend de plus en conscience que les autres manifestent des états mentaux qui diffèrent du sien. Par exemple, il reconnaît qu'une autre personne peut aimer quelque chose qu'il n'aime pas. À mesure que l'enfant d'âge préscolaire acquiert des habiletés langagières, il commence à être capable de se mettre à la place de l'autre, ce qui entraîne des changements dans ses comportements sociaux tels qu'une augmentation des comportements empathiques et prosociaux. Bien que le passage de la compréhension sociale intuitive à réfléchie s'effectue progressivement, des facteurs qui sont liés à l'enfant et à la famille permettent d'expliquer les différences reliées au développement de la cognition sociale.

En effet, les enfants qui manifestent une cognition sociale élevée ont généralement une plus grande maîtrise de leurs émotions et de meilleures habiletés sur les plans du langage et des fonctions exécutives (p. ex., capacité de planifier, maîtrise de soi et flexibilité cognitive). En maîtrisant leurs comportements et leurs émotions, ils sont plus en mesure de tenir compte du point de vue d'autrui et de bien s'entendre avec les gens. En outre, les facteurs familiaux, dont un style éducatif approprié et les interactions entre frères et sœurs, contribuent à la compréhension sociale et cognitive des enfants. Plus précisément, les enfants ont tendance à développer des habiletés sociocognitives en bas âge lorsqu'ils sont encadrés par des parents leur offrant un lien d'attachement sécurisant. Enfin, les interactions entre les enfants d'une même famille, autant positives que négatives, ont une incidence additionnelle sur le développement de la cognition sociale de l'enfant. Par exemple, les enfants ayant des frères et sœurs ont plus d'opportunités à jouer à faire semblant, à provoquer, à taquiner et à prendre part à des conversations avec le reste de la famille. En fait, même les disputes favorisent la cognition sociale, car elles incitent à la conciliation de points de vue différents.

Que peut-on faire?

La cognition sociale d'un enfant peut être améliorée au moyen de diverses activités réalisées au sein de la famille. Étant donné que la capacité de l'enfant à retenir ses pensées et ses comportements impulsifs (c.-à-d. les fonctions exécutives) semble être un facteur important permettant de prédire les aptitudes en cognition sociale, les parents devraient s'assurer de trouver un juste équilibre entre l'encadrement à donner à l'enfant et l'autonomie à lui laisser lorsqu'ils jouent avec lui. Les activités où l'on parle de ce qu'une personne pense ou veut, de ses sentiments ou des raisons pour lesquelles elle agit d'une certaine façon sont à privilégier. Par exemple, jouer à faire semblant permet à l'enfant de prendre conscience que les comportements et la manière d'exprimer ses émotions varient d'une personne à l'autre. Une autre activité hautement recommandée est la lecture d'histoires. En questionnant l'enfant sur le déroulement de différentes histoires, surtout celles dans lesquelles on retrouve des tours, des secrets ou des erreurs, les parents aident leur enfant à se mettre à la place d'un autre (p. ex., demander à l'enfant s'il croit que le Petit Chaperon rouge sait que le loup s'est déguisé en sa grand-mère). De plus, il est fortement recommandé d'expliquer à l'enfant pourquoi on le réprimande pour un mauvais comportement parce qu'on l'aide ainsi à prendre conscience dès un jeune âge que les gens n'éprouvent pas tous les mêmes sentiments et n'ont pas tous les mêmes désirs. Enfin, il est important que les parents se montrent attentionnés et affectueux lorsqu'ils interagissent avec leur enfant dans diverses activités (p. ex., jouer à « coucou », jouer à faire semblant, regarder des albums). Lorsqu'il a des échanges positifs avec une autre personne, l'enfant a l'occasion d'améliorer ses apprentissages sur les plans social et affectif, ce qui le prépare à interagir positivement avec ses pairs. En effet, ces comportements sociaux favorisent la cognition sociale tout en enseignant aux enfants à bien interagir avec leurs pairs et en réduisant les risques que leur compréhension sociale et cognitive les incite à adopter des comportements antisociaux (p. ex., se moquer des autres, intimider les autres et mentir).