



Prévenir la violence chez les ados de façon ingénieuse Le DÉFI de la Dizaine sans télé ni jeux vidéo

L'ombre de Columbine

Le 20 avril 2005 marque le 6^e anniversaire du massacre survenu à l'école Columbine, à Littleton au Colorado. Les médias états-uniens vont répéter le nom des jeunes assassins comme s'ils cherchaient à en faire des célébrités. En y regardant de plus près, on peut examiner les facteurs qui ont contribué au drame. Ce dernier a suscité des réactions diverses. La criminalité juvénile a été pointée du doigt. La sécurité en milieu scolaire a donné lieu à plusieurs questionnements. Pourquoi un tel événement survient-il dans une école secondaire ? Quelle était leur cible ? Qu'ont-ils voulu exprimer ? Qu'est-ce qui a conduit ces jeunes à agir de la sorte ?

Le cinéaste Michael Moore a analysé le drame à sa manière. Son film a attiré des foules record de spectateurs partout dans le monde. Le film a eu l'avantage d'attirer l'attention d'un vaste public sur un fait divers. Mais pour lui, la culture consommée par les jeunes à la télé, au cinéma et dans les jeux vidéo n'est pas en cause. Il faut plutôt regarder du côté de la libre circulation des armes à feu et dans la militarisation de l'économie des États-Unis. Dans son film « Bowling for Columbine », il s'en prend à Wal-Mart et à Charlton Heston qu'il accuse de se comporter en prédateurs pour glorifier le droit constitutionnel de posséder une arme. Il s'en prend également à des médias états-uniens qui nourrissent la peur maladive de l'homme noir héritée de l'esclavage et du racisme. Pour disculper les divertissements violents, Moore compare son pays au Canada ; il soutient que les Canadiens regardent les mêmes émissions, (South Park), courent les mêmes films, admirent les mêmes chanteurs, (Marilyn Manson) et s'adonnent aux mêmes jeux vidéo. Comme les deux pays consomment les mêmes divertissements violents, poursuit-il, et comme les jeunes États-Unis commettent trois fois plus de crimes violents que les Canadiens, il conclut à l'absolution des producteurs et des diffuseurs de divertissements violents.

Il omet de signaler que le taux de crimes violents commis par les jeunes Canadiens et Québécois est le double de celui des adultes. Il omet également de signaler que le taux de crimes violents ne cesse d'augmenter alors que les crimes contre la propriété diminuent ; que cette augmentation (des crimes contre la personne) est nettement plus rapide chez les 15-25 ans que chez tous les autres groupes d'âge. (1) Les enseignantes et les enseignants de toute l'Amérique du Nord ont constaté que diverses formes de violence physique et verbale, non criminelle, augmentent elles aussi, chez les jeunes qui fréquentent leur école. Elles engendrent des dommages profonds et variés : diminution de l'estime de soi, détresse, isolement, dépressions, suicides. Plus récemment, on a constaté que la violence augmente aussi chez les filles, plus rapidement que chez les garçons. Les questions suivantes se posent donc avec de plus en plus d'acuité.

**Pourquoi les jeunes des États-Unis et du Canada sont-ils de plus en plus violents ?
Pourquoi l'augmentation de la violence juvénile frappe-t-elle aussi en Europe et est-elle devenue un enjeu majeur de santé publique ?
Pourquoi le nombre d'enfants du primaire aux prises avec des troubles graves du comportement augmente-t-il lui aussi ?**

Pourquoi nos enfants les plus troublés se retrouvent-ils en maternelle et en première année ? Ce n'est pas l'école qui cause la violence, mais c'est là qu'on peut la voir s'exprimer. Chaque année, nos écoles réussissent à socialiser un certain nombre de ces enfants. Pas tous, hélas.

Et, inévitablement, certains atteignent le secondaire en conservant leur sous-développement en habiletés sociales. Ils deviennent des ados à risque. Si leur entourage n'est pas particulièrement enclin au respect des différences, si les sarcasmes et les humiliations ont libre cours, inévitablement, la frustration augmente et la culture médiatique qui glorifie la vengeance vient inciter ces jeunes à passer à l'acte. Cette culture médiatique de la violence, de source principalement hollywoodienne, se propage dans le monde entier. (2) C'est elle qui enseigne à nos enfants à tuer, pour paraphraser Dave Grossman, psychologue retraité de l'armée des Etats-Unis, directeur du Killology Research Group et co-auteur de « Stop Teaching Our Kids To Kill »: "Videogames give kids and teens the will, the skill and the thrill to kill".

Prévention

La violence commise et subie par des écoliers et des écolières a favorisé l'apparition de programmes de prévention de la violence, aussi nombreux que variés, dans toute l'Amérique du Nord. Durcissement des règles, suspensions et exclusions, vouvoiement, agents de sécurité, présence policière, etc. Peu de ces programmes, hélas, ont ciblé l'influence de la télévision comme facteur majeur d'augmentation de la violence physique et verbale. L'incidence de la télé sur le comportement des jeunes est pourtant connue. Dans un article du *Monde diplomatique* traitant des malaises dont souffre l'école, on déplore le « laminage des enfants par la télévision » qui commence au berceau. Ces enfants arrivent à l'école gavés de petit écran dès leur plus jeune âge, jusqu'à cinq heures par jour, avant même d'apprendre à parler. « L'inondation de l'espace familial par ce robinet constamment ouvert, d'où coule un flux ininterrompu d'images, n'est pas sans effets considérables sur la formation du jeune ». (3)

Domages profonds, connus et documentés

En avril 2003, les grandes organisations professionnelles de la santé et de l'éducation du Québec, -- notamment la Fédération des Comités de parents, le Collège des médecins, l'Ordre des psychologues, la Fédération des commissions scolaires, la Centrale des syndicats du Québec, l'Association des médecins psychiatres, l'Association des pédiatres, etc. -- signaient une déclaration conjointe : « La violence télévisée exerce une influence indéniable sur tous les enfants. Elle ne transforme pas tous les enfants en criminels et elle n'est pas seule à influencer les enfants. Mais les études effectuées conduisent toutes à une conclusion unanime. Les risques qu'elle fait courir à un nombre grandissant d'enfants auront des répercussions sur la qualité de vie et le sentiment de sécurité de l'ensemble de la société. »

En juillet 2000, quatre associations représentant les professionnels de la santé déposaient un mémoire commun devant le Congrès des États-Unis. « Plus de 1 000 études indiquent une relation causale entre la violence télévisuelle et le comportement agressifs des enfants. Nous appuyant sur plus de 30 ans de recherches, nous affirmons que la consommation de divertissements violents conduit à l'augmentation des attitudes, des valeurs et des comportements agressifs, particulièrement chez les enfants. Les effets sont mesurables et durables. De plus, l'exposition prolongée entraîne la désensibilisation à la violence dans la vie réelle. La durée, l'intensité et l'étendue de l'impact peuvent varier et les effets négatifs sont mesurables. (4)

Tous les parents d'ados savent qu'un nombre croissant d'émissions, de films et de jeux vidéo alimentent leur imaginaire. Hélas, la plupart ne savent pas à quel point la consommation de ces divertissements nuit au développement mental et physique de leur enfant. Cela est pourtant démontré. On y utilise des héros fascinants qui règlent les conflits par la violence. On y glorifie la vengeance et la cruauté. La télédiffusion d'émissions et films violents augmente à une vitesse effarante. En 1994, Virginie Larivière présentait au Premier Ministre du Canada 1½ millions de signatures demandant un loi pour interdire la violence dans les émissions de télé pour enfants. Les télédiffuseurs ont répondu en promettant de s'autoréglementer. Huit ans plus tard, deux chercheurs de l'Université Laval ont démontré que les réseaux privés qui diffusent au Québec ont augmenté les doses de violence de 432%.

Le Nouvel Observateur rapporte la présentation récente des résultats d'une étude étalée sur 20 ans. « Les ados s'adonnant aux jeux vidéo deviennent plus agressifs, moins respectueux de

l'ordre et se retrouvent à la traîne au niveau scolaire. Ceux qui jouent à de tels jeux sont plus enclins à être agressifs avec leurs professeurs et avec leurs camarades. » (5)

La télé et les jeux vidéo nuencent à nos enfants en remplaçant l'activité physique dans leur vie tout en faisant la promotion d'une alimentation malsaine, responsable de l'augmentation des cas d'obésité. L'influence néfaste de la télé est énorme, elle est connue, vérifiée scientifiquement et abondamment documentée. Pour des personnes soucieuses de rigueur scientifique, ignorer la contribution de la télé à la violence juvénile est devenu impossible.

Tendance réversible

Conscient des milliers d'études sur l'influence nocive de la télé, curieux de savoir si cette influence était réversible, Tom Robinson, professeur de médecine à l'Université Stanford, a tenté une expérience audacieuse avec des enfants de San José, en Californie. Il a créé des outils pédagogiques et les a fournis au personnel pour préparer les enfants à se priver de télé et de jeux vidéo durant 10 jours (6). Pour mesurer l'impact, il a pris soin de quantifier la violence physique et verbale avant et après le jeûne. Il a également évalué 20 semaines plus tard. Il a constaté une réduction de la violence verbale (50 %) et de la violence physique (40 %). Il a aussi noté que les enfants les plus agressifs ont accompli les progrès les plus importants (7). En plus, il a aussi noté une réduction significative de l'obésité. (8)

Application au Québec

Curieux de savoir si un régime similaire aurait les mêmes vertus dans leur milieu, le personnel et les parents d'une vingtaine d'écoles primaires du Québec et de l'Ontario ont décidé de lancer le « DÉFI de la Dizaine » aux élèves. L'expérience a été évaluée en 2004 dans 9 de ces écoles, grâce à une subvention du Ministère de la sécurité publique du Québec. En 2005, trois écoles du Québec et de l'Ontario ont lancé le DÉFI à 1159 enfants. (9) Le personnel enseignant et la plupart des parents ont accompagné les enfants dans cette aventure où ils ont appris à briser leur dépendance en vivant « un jour à la fois ».

Le DÉFI proposé à des ados

En avril 2004, une première école secondaire proposait une grève de télé à ses 950 élèves. Les élèves de l'école Louis-Jacques-Casault, à Montmagny, ont eu l'occasion de relever le Défi, en avril 2004. Une grève de télé et de jeux vidéo de 10 jours constituait pour eux un véritable exploit olympique. Branchés au petit écran entre 15 et 35 heures par semaine, l'ado nord-américain est la cible d'agences de marketing pour lesquelles les vulnérabilités de l'âme humaine n'ont plus de secrets. Des ados pourraient-ils avoir envie de se mesurer à une telle industrie ? Le DÉFI pourrait-il susciter leur intérêt ?

Le conseil étudiant a appuyé le DÉFI avec vigueur, le Conseil d'établissement aussi. Un comité de mobilisation formé de parents a recruté plus de 150 bénévoles et représentants d'organismes du milieu pour élaborer une programmation susceptible d'éloigner les jeunes du petit écran. Les parents se posaient constamment la question suivante : les ados allaient-ils considérer ce DÉFI comme une entrave à leur liberté ou une remise en question de leur dépendance à la société de consommation ? L'évaluation a permis de constater que les ados ont réussi une moyenne de 4,8 jours de jeûne. Quatre sur 5 ont jugé le Défi très ou assez utile. Les deux tiers des parents l'ont jugé très ou assez utile. Les membres du personnel l'ont jugé très utile (40,6%) ou assez utile (59,4%). Plus de 4 membres du personnel sur 5 (86,2%) ont considéré ce profit « très » ou « assez » important.

Un bilan étonnant

Le temps accaparé par les divertissements électroniques prive les jeunes du temps qu'ils pourraient autrement utiliser pour développer diverses habiletés sociales. La privation volontaire de tels divertissements durant une période de 10 jours a produit un impact sur la qualité de vie des élèves. Le Défi a permis d'augmenter ou améliorer,

- * la pratique d'activités physiques par un jeune sur 2,
- * le temps passé avec des amis pour 45%,
- * le temps passé avec les parents pour plus du quart,
- * l'aide fournie à la maison pour près du quart d'entre eux.

Il faut donc conclure à une amélioration sensible des rapports sociaux et à un resserrement des liens familiaux et communautaires.

Qu'en conservent les ados

L'évaluation a permis de mesurer les bénéfices du Défi sous divers aspects.

- Violence à l'école. Le DÉFI a entraîné une diminution de la violence physique (selon 32% des répondants) et de la violence verbale (27%).
- Violence à la maison. Le DÉFI a entraîné une diminution de la violence verbale (39% des répondants) et de la violence physique (38%). C'est une amélioration sensible pour plus du tiers des ados.
- Le sens critique s'est aiguisé pour 65% des ados, surtout chez les filles. Cet élément est celui qui s'est le plus amélioré au secondaire. 59% des parents constatent la même amélioration, de même que 9 membres du personnel sur 10.
- La conscience de l'influence de la télé sur les jeunes pour 76% des parents d'ados.
- Une nouvelle dynamique dans l'école grâce au DÉFI ? « Oui » disent 63% des ados, majoritairement des filles. Cette nouvelle dynamique vient au 2^e rang des réponses positives au secondaire.
- Une nouvelle dynamique dans la communauté ? « Oui » disent 58% des ados, majoritairement des filles. Cette dynamique vient au 3^e rang des réponses positives au secondaire.

Répéter le Défi ?

Certains jeunes ont certainement perçu le DÉFI comme une intrusion dans leur vie privée. Mais près des trois quarts des élèves du secondaire (72%) se disent prêts à le répéter. La reprise du Défi est même souhaitée plus vivement au secondaire qu'au primaire. Les ados prêts à répéter sont majoritairement féminins (222/371) tandis que les « non » sont majoritairement masculins (73/141). Les divertissements électroniques exercent manifestement un attrait plus important chez les garçons que chez les filles, d'où l'importance d'insister sur l'impact de la télé sur la masculinité.

4 parents sur 5 (79%) recommandent aux autres écoles secondaires de vivre le Défi. La réponse des élèves, des parents et du personnel indique un intérêt certain à répéter l'expérience. Malgré les dérangements qu'un tel DÉFI a pu représenter pour la vie scolaire, 9 membres du personnel de l'école sur 10 sont favorables à reprendre l'aventure (89,7%).

Implication des parents et de la communauté

Plusieurs parents, avec l'aide de bénévoles de la communauté, se sont impliqués avec enthousiasme et ont organisé diverses activités alternatives susceptibles de rivaliser avec le petit écran. L'organisme Kino-Québec a contribué à cette programmation. Tous les jeunes et plusieurs parents ont entendu la sonnette d'alarme concernant l'importance de réduire la consommation télévisuelle. L'expérience a aussi été bénéfique pour plusieurs familles où les jeunes ont refusé de relever le DÉFI. On a noté un rapprochement entre parents et enfants et on a augmenté le rayonnement de l'école dans la communauté. Avantage non prévu, les élèves et leurs parents se sont retrouvés au centre d'une couverture médiatique exceptionnelle. Plusieurs médias écrits et électroniques ont couvert l'exploit avec éloges. En plus d'améliorer leur estime de soi en tenant tête au petit écran, les ados ont attiré l'attention sur leur grève et suscité l'admiration.

Conclusion

La présentation du DÉFI aux élèves du secondaire permet de leur fournir une initiation aux médias, une compréhension des stratégies de marketing utilisées pour accrocher les enfants ; les rencontres préparatoires à relever le DÉFI leur servent à se motiver à tenir tête à une industrie médiatique dont la puissance ne cesse de croître. (10) Chez plusieurs jeunes, la consommation de télé et de jeux vidéo constitue une forme de dépendance, le monde virtuel devenant plus intéressant que la réalité des devoirs et leçons : sans le savoir, plusieurs jeunes utilisent la consommation de télé, films et jeux vidéo comme forme d'évasion pour se préparer à abandonner l'école. L'expérience du DÉFI permet une prise de conscience à cet égard chez ces ados.

Le DÉFI permet de revigorer le pouvoir d'empathie des ados, elle les rapproche les uns des autres, elle permet de briser la loi du silence entourant les multiples formes de violence physique et verbale dont ils sont témoins quotidiennement. La fermeture du robinet médiatique favorise la responsabilisation en rapprochant les ados du personnel enseignants et des parents.

Le DÉFI requiert la convocation des parents à l'école et la transmission de documentation à leur intention. Les parents qui ont des enfants au secondaire apprécient recevoir des conseils sur l'encadrement à fournir à leurs enfants. Le DÉFI leur fournit une belle occasion de se rapprocher de l'école et d'échanger sur les difficultés qu'ils rencontrent avec leur adolescent : langage abusif avec frères et sœurs, avec les parents, avec leurs amis.

À plusieurs égards, le DÉFI permet de prévenir la violence physique et verbale de façon ingénieuse. Facteur non négligeable, le DÉFI permet de toucher quatre des cinq domaines de formation proposés dans les nouveaux programmes : santé et bien-être, vivre ensemble et citoyenneté, environnement et consommation, Éducation aux médias.

Jacques Brodeur, consultant,
Prévention de la violence,
Éducation à la Paix,
Éducation aux médias
JBrodeur@edupax.org

(1) Le taux de crimes violents est deux fois plus élevé chez les jeunes que chez les adultes, selon le ministère de la Sécurité publique du Québec. Statistiques 2001, p.24. Des données et références sur l'influence de la téléviolence sont disponibles sur le site de la Fédération des commissions scolaires du Québec à l'adresse suivante :
www.fcsq.qc.ca/Dossiers/ViolenceTV/_doc/argumentaire.doc

(2) Dans une enquête réalisée par l'Unesco en 1997, on a découvert que le héros des petits garçons dans 83 pays du monde était Le Terminator.

(3) L'article du Monde diplomatique, novembre 2001.
www.monde-diplomatique.fr/2001/11/DUFOUR/15871?var_recherche=t%E9I%E9+violence

(4) Déclaration commune de 4 organisations professionnelles de la santé (pédiatres, psychiatres, psychologues, médecins) devant le Congrès des États-Unis.
<http://www.aap.org/advocacy/releases/jstmtevc.htm>

(5) Le Nouvel Observateur, 1^{er} septembre 2005. « Les joueurs ont "tendance à imiter dans la réalité les gestes qu'ils viennent de faire accomplir à leurs personnages sur l'écran", souligne le Dr Kevin Kieffer, de Saint Leo University en Floride, coauteur d'une étude sur 20 ans. Cette étude présentée le samedi 20 août 2005 lors d'un colloque à Washington confirme la nocivité de ces jeux sur la personnalité de leurs usagers. Celui qui joue à un jeu vidéo pendant à **peine 10 minutes** aura tendance à développer des comportements agressifs dès qu'il arrête. »
» http://permanent.nouvelobs.com/cgi/edition/qobs_imprime?cle=20050823.OBS7126

(6) La trousse fournie au personnel est connue sous le nom de SMART, pour « Student Media Awareness for Reducing Television ». <http://hprc.stanford.edu/pages/store/itemDetail.asp?169>

(7) Dr Tom Robinson, Journal de l'American Medical Association, Réduction de l'agressivité :
http://www.edupax.org/Assets/divers/documentation/4_defi/SMARTAggressivity.pdf
L'article est aussi disponible en français à l'adresse suivante :

(8) Impact de la réduction de télé sur l'obésité :
http://www.edupax.org/Assets/divers/documentation/4_defi/SMARTObesity.pdf

(9) Communiqué des 3 écoles participant au DÉFI 2005 :

http://www.edupax.org/Assets/divers/documentation/4_defi/Communique_2005.html

(10) Tous les renseignements sur le Défi sont affichés sur internet. L'évaluation par des élèves, des parents et le personnel enseignant est accessible en ligne. Le DÉFI peut se tenir en tout temps au cours de l'année scolaire. Généralement, il connaît plus de succès au cours de la 2^e partie du mois d'avril. Pour en savoir plus : <http://www.edupax.org/defi.html> . On peut s'abonner au Bulletin EDUPAX (mensuel gratuit) en envoyant un message courriel vide à Abonnezmoi@edupax.org

Addendum : Quelques données

Nos enfants consacrent en moyenne 25 heures par semaine au petit écran. Les émissions de télé pour enfants contiennent de 3 à 6 fois plus de violence que les émissions pour adultes. Les doses de téléviolence ont été augmentées de 432% par les télédiffuseurs privés en 8 ans. On l'utilise sciemment pour « accrocher » les enfants.

Dix heures de télé par semaine affectent les résultats scolaires négativement, c'est prouvé.

Un enfant voit en moyenne 30 000 annonces publicitaires par année. À l'âge de 65 ans, nos enfants auront été la cible de 2 millions d'annonces à la télé.

Chaque jour, on loue 2 fois plus de vidéocassettes qu'on emprunte de livres dans les bibliothèques.

Pourquoi aider nos ados à réduire leur consommation de télé et de jeux vidéo ?

Des centaines d'études scientifiques ont démontré que les élèves qui consacrent moins de temps au petit écran ont de meilleures notes. Ils apprennent mieux à lire et à écrire lorsqu'ils consomment moins de télé.

Les annonces publicitaires font désirer plus de jouets et d'aliments. Les enfants finissent par croire qu'il leur manque toujours quelque chose. Ils n'en ont jamais assez. La publicité est conçue pour leur faire désirer toujours plus.

L'exposition à des émissions, films et jeux vidéo violents rend les enfants plus agressifs et leur enseigne que la violence est une façon acceptable de régler des conflits.

Les enfants qui regardent beaucoup de télé consacrent moins de temps à développer leurs habiletés sociales.

Le monde présenté à la télé est irréal. Les gros consommateurs de télé ne découvrent pas par eux-mêmes le monde tel qu'il est.

Plus on regarde la télé, moins on est en forme, plus on risque de se retrouver en excès de poids.

En leur montrant des personnages faussement attrayants, riches et heureux, la télé réduit l'estime de soi des enfants, elle leur inculque un sentiment d'impuissance.

Pourquoi les jeunes regardent-ils autant de télé ?

Tout le monde le fait. Les amis de nos enfants passent 25 heures devant le petit écran. C'est le sujet de conversation le plus commun. Certains jeunes craignent de se sentir marginalisés en ignorant la télé. Et nos enfants conversent avec leurs parents ...38 minutes par semaine.

L'ennui. Souvent, les enfants utilisent la télé pour se désennuyer. Comparativement à d'autres activités, telles que jouer avec des amis, jouer dehors, parler avec ses parents, lire, la télé est passablement ennuyante. Des études ont démontré que les enfants qui s'ennuient le plus sont ceux qui regardent le plus de télé.

La télé est partout. Il est difficile de s'en éloigner. 99% des foyers possèdent un téléviseur, 66% en ont 3 ou plus. Et nous n'avons pas de données sur les appareils de jeux vidéo, les ordinateurs et les petits gameboy.

L'habitude. Regarder la télé semble facile quand un enfant ne sait que faire d'autre. Après un certain temps, après avoir regardé beaucoup de télé, on se sent accroché, dépendant. Même chose pour les films et les jeux vidéo.

L'exemple parental. Comme certains parents regardent beaucoup de télé, les enfants qui veulent passer du temps avec eux doivent la regarder. Certains l'utilisent comme gardienne pendant qu'ils font autre chose. Dans certaines familles, on regarde la télé durant les repas.