

# Une utilisation abusive ?



En tant que conseiller en prévention de la violence, il me fait plaisir de vous présenter ce texte, rédigé à partir d'une entrevue que j'accordais, un mois avant la fusillade du collègue Dawson, à Mme Michèle Lemieux du magazine *Dernière Heure*. Voici les questions qui me furent posées :

## Les jeunes regardent-ils autant la télé qu'on le prétend ?

Dans la vie des enfants, le nombre moyen d'heures consacrées au petit écran dépasse les 25 heures par semaine. La Fondation Kayser, qui produit des bulletins de recherches sur l'influence des médias sur les enfants, considère que cette moyenne tournerait plus autour de 35 à 40 heures par semaine. Quand on parle de télé, on englobe les émissions de télé, les jeux vidéo, les films et l'ordinateur (Internet et clavardage).

## Existe-t-il réellement un lien entre l'augmentation de la violence chez les enfants et la télé ?

Un Avis du Conseil supérieur de l'éducation du Québec publié en février 2001 confirme que le nombre d'enfants qui souffrent de troubles graves de comportement a augmenté de 300% entre 1985 et 2000. Trois facteurs combinés sont responsables de cette hausse : la structure familiale plus fragile qui engendre beaucoup d'anxiété chez l'enfant, l'encadrement parental déficient qui génère aussi une angoisse chez l'enfant et l'exposition massive à des divertissements violents (EMDV). La quantité de violence qui entre dans le cerveau d'un enfant aujourd'hui est énorme ! Celle qui est diffusée à la télé a augmenté de 432% entre 1994 et 2003. Ce n'est pas seulement la violence physique qui a augmenté, mais aussi la violence psychologique. La corrélation entre le temps passé devant la télé et le risque de comportement violent est plus élevée que celles entre :

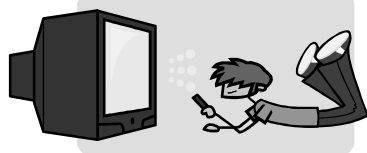
- l'exposition au plomb et l'activité cérébrale,
- la consommation de calcium et la masse osseuse,
- les devoirs et le succès scolaire,
- l'exposition à l'amiante et le cancer,
- l'exposition à la fumée secondaire et le cancer du poumon.

Ces données proviennent du professeur Craig Anderson, qui témoignait aux audiences du Sénat des États-Unis en 2001 au nom de l'Association des pédiatres. Ses recherches lui permettent de formuler trois conclusions :

- Effets à court terme: l'agressivité augmente immédiatement après l'exposition à une émission ou à un film violent, et dure au moins 20 minutes.
- Effets à long terme: les enfants qui regardent beaucoup de téléviolence deviennent, à l'âge adulte, plus violents qu'ils ne l'auraient été sans exposition à la téléviolence.
- Les effets à court et à long terme affectent les garçons et les filles.

## La télé peut-elle être utile si elle est regardée sous surveillance parentale ?

Bien entendu, mais n'oublions pas que les parents qui exercent un encadrement sur la façon dont leurs enfants regardent la télé représentent à peine 5% de la population. Un coroner a étudié le cas d'un garçon de 11 ans qui s'est suicidé en regardant la télé avec son père. Son père est



allé répondre à la porte et au retour, il a trouvé son garçon pendu. Ce papa faisait de l'encadrement, mais un moment d'inattention a suffi... La surveillance parentale ne peut pas remplacer la responsabilité du télédiffuseur.

### **Les écrans incitent à la violence. Les études démontrent-elles un âge précis où la violence atteint un apogée ?**

Oui, c'est chez les enfants de maternelle et première année que la violence a augmenté le plus rapidement ces dernières années. Combinez les trois facteurs cités précédemment et vous avez des enfants qui, à l'école, font mal aux autres par plaisir ou sans regrets. En vieillissant, le nombre d'enfants avec des troubles graves de comportement diminue parce que le personnel de l'école parvient à socialiser plusieurs de ces enfants mais jamais assez pour compenser le nombre croissant de nouveaux enfants perturbés qui arrivent à l'école chaque année. L'école n'est pas responsable des problèmes de violence, mais le lieu où elle se manifeste. De plus en plus d'enfants arrivent dépourvus d'habiletés sociales. Leur imaginaire regorge de fantasmes horribles. Vous seriez surpris de constater combien d'enfants de 7-8-9 ans ont vu le film *Massacre à la tronçonneuse* ! L'exposition massive à la téléviolence a désensibilisé plusieurs enfants.

### **Au lendemain du meurtre d'une jeune fille de 17 ans dans un dépanneur, vous avez déclaré en entrevue que certains jeunes, suite à l'utilisation abusive des jeux vidéo, pouvaient connaître une atrophie d'une partie du cerveau et une incapacité à gérer leurs pulsions.**

Plusieurs enfants consacrent de plus en plus de temps aux jeux vidéo. Dans 85% des cas, les jeux vidéo utilisés sont de la catégorie FPS -First Person Shooter- : il faut tirer plus vite que le méchant, que le monstre (parfois un policier) à l'écran. En répondant au stimulus de plus en plus vite, le système nerveux cesse de réfléchir avant de donner l'ordre de tirer. Il faut accélérer la réponse pour gagner des points. Le cerveau transmet alors au système nerveux périphérique la responsabilité (automatique) de réagir toujours plus rapidement, «sans réfléchir». La partie du cerveau qui ne «réfléchit» plus, c'est le lobe frontal, là où on va prendre des décisions morales toute notre vie.



### **Les conséquences sont sûrement très graves...**

Un chercheur japonais a placé des électrodes sur la tête d'enfants et d'adultes pour vérifier la circulation des ondes électriques dans leur cerveau. Il a découvert qu'il n'y a pas d'activité dans le lobe frontal lorsqu'une personne joue à des jeux vidéo FPS, contrairement à celle enregistrée lorsque la personne fait des problèmes de mathématiques ou qu'elle lit à haute voix. Selon le chercheur, il faut s'inquiéter du fait que, dans une société de plus en plus violente, le cerveau humain soit confronté à des jeux vidéo FPS très jeune, de plus en plus fréquemment et de plus en plus longtemps. En privant le lobe frontal de stimulations à l'âge où il se développe, les synapses ne se prolongent pas d'une cellule à l'autre. Une fois passé le moment de sa vie où les cellules font des contacts, on a tout à fait raison de prédire l'atrophie du lobe frontal.



### **Comme c'est le siège du sens moral, peut-on conclure à l'atrophie de ce sens ?**

Oui, c'est comme si on exerçait une lobotomie sur les enfants et qu'on leur enlevait la capacité de porter un jugement sur les actes qu'ils poseront ou de se sentir responsables des conséquences. C'est ce qui explique qu'ils se sentent irresponsables et ne ressentent pas de remords. Lorsqu'on reprend un enfant, il nous répond souvent qu'il a posé ce geste répréhensible «juste pour rire». Ne nous surprenons pas car lorsqu'il a été témoin du même geste à la télé, toute sa famille a pouffé de rire. Il en est de même du pouvoir d'empathie, c'est-à-dire la capacité de se mettre dans la peau de sa victime. Des études ont démontré que l'exposition à la téléviolence réduisait la capacité de porter secours aux victimes. Cela ne nous rappelle-t-il pas le cas de ces cinq jeunes filles qui jubilaient après avoir mis le feu à un cabanon où elles avaient

enfermé un élève trisomique ? Si l'enfant ne peut pas imaginer la souffrance qu'il provoque, pourquoi changerait-il de comportement ? Et puis, en laissant des enfants tirer plaisir d'avoir posé un geste criminel de plus en plus rapidement, on laisse son cerveau tisser un lien inquiétant entre plaisir et violence. N'oublions pas que le pouvoir de distinguer la fiction de la réalité ne se développe qu'à partir de 7 ans et n'est pas complété avant 13 ans. Et nous rencontrons fréquemment des gens qui ne font pas encore cette distinction à 35 et 40 ans.

## **Au chapitre des solutions**

### **Face à une situation aussi alarmante, que faire ?**

Il y a des ingrédients connus qui devront faire partie du remède.

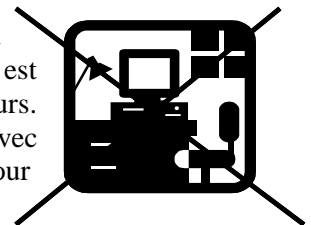
- \* Il faut d'abord sonner l'alarme auprès des parents et valoriser chez eux le Gouvernement familial. Je m'explique. Pour des parents, il est normal et sain d'avoir des exigences envers les enfants et il est tout aussi normal et sain d'exercer un encadrement auprès des enfants. Cet encadrement, les enfants savent (ou l'apprendront bientôt) que les parents l'exercent par amour, même lorsqu'ils rechignent. Si un parent n'encadre pas ses enfants, d'autres vont le faire : d'autres enfants, des chefs de gang ou la télé.
- \* Ensuite, il faut développer trois compétences que le monde des médias a fait disparaître chez nos enfants :
  - 1) la capacité d'exprimer ses émotions et de construire des opinions, ce qui est bien différent de la «liberté» que s'arrogent certains animateurs de radio ou certains chanteurs spécialistes de l'insulte et du dénigrement ;
  - 2) le sens critique, la capacité de différencier la fiction de la réalité, l'humour de l'insignifiance, le bien du mal;
  - 3) le pouvoir d'empathie, la capacité de se mettre dans la peau d'une autre personne.

Ces trois compétences se développent par l'exercice, par la pratique.

- \* Nous rencontrons des enfants qui ont d'excellents parents, une structure familiale impeccable, un bon encadrement parental, pas de télévision à la maison et on se rend compte que ces enfants sont quand même négativement influencés. Pourquoi ? Parce qu'il y a un quatrième facteur : l'influence des pairs. Quand un enfant entend ses amis se raconter le meurtre vu la veille, ou répéter les grossièretés entendues le matin même, l'enfant est influencé. Plus il en voit, plus il en entend parler, plus il risque de les répéter.
- \* Enfin, les parents et l'école doivent se donner un plan de match concerté. Les sportifs le font, les musiciens le font. On ne peut pas élever un enfant sans la collaboration de tout le village. Ce plan d'action, les milieux qui s'en sont donné un obtiennent des résultats impressionnants.

### **Que pensez-vous du téléviseur et de l'ordinateur dans la chambre à coucher des enfants ?**

Le Gouvernement familial ne devrait pas tolérer de télé dans la chambre de l'enfant, ni jeu vidéo, ni ordinateur. La plupart du temps, le clavardage (chat) sert à salir des réputations. Il sert à véhiculer des mensonges contre notre enfant s'il est victime ou à faire participer notre enfant au dénigrement s'il fait partie des agresseurs. Pendant le repas, la télé devrait être fermée. Les parents d'aujourd'hui parlent avec leur enfant un maigre 38 minutes par semaine et le repas est le moment idéal pour communiquer avec son enfant.



Dans toute situation d'agression ou de violence, il y a trois personnages : victime, agresseur et témoin. Il faut renforcer le pouvoir du témoin dans toute situation au lieu de laisser notre enfant s'associer à

l'agresseur par sa passivité, par son rire ou par son silence. Il faut entraîner notre enfant à s'associer à la victime et à s'opposer aux abus commis par les agresseurs. Il faut enfin développer la complicité entre l'école et la famille. On n'envoie pas notre enfant se faire élever à la place des parents. Parents et enseignants sont des partenaires. Où est leur plan de match commun ?

**Le plan de match que vous proposez, à quoi ressemble-t-il ?**

Au cours du dernier quart de siècle, plusieurs solutions ont été expérimentées. Policiers à l'école, suspensions, tolérance zéro, vouvoiement, etc. L'une de ces solutions a réussi le tour de force de rapprocher les parents de l'école, d'impliquer la communauté, d'éveiller le sens critique des enfants, de soustraire les enfants à l'emprise de la télé, et a obtenu des évaluations positives des enfants, des parents et du personnel. Cette solution s'appelle le DÉFI de la Dizaine sans télé ni jeux vidéo. Elle s'inspire d'un programme californien connu sous le nom de SMART, Student Media Awareness to Reduce Television. Son créateur, le Dr Thomas Robinson, a démontré qu'il pouvait entraîner une réduction de la violence verbale et physique de 50 et 40%. Étonnant, non ? Chaque année, le nombre croissant d'écoles qui expérimentent le DÉFI chez nous et le Programme SMART aux États-Unis sont à même de constater leurs bénéfices. Les renseignements sur ce programme sont affichés sur le site EDUPAX <[www.EDUPAX.org](http://www.EDUPAX.org)> .

*Jacques Brodeur*

Conseiller en prévention de la violence