

# Serge TISSERON

## Psychiatrist, University of Paris at Nanterre

---

### Apprendre la distance face aux medias

Les dangers d'une confrontation quotidienne et importante aux images violentes sont aujourd'hui connus. Elles augmentent de façon significative le recours à des comportements agressifs, elles banalisent les représentations de la violence et font courir le risque de considérer celle-ci comme ordinaire, et enfin elles provoquent l'inquiétude d'être soi-même victime de violences semblables, même si le risque réel est minime. En outre, nous savons aussi que ces effets ne concernent pas seulement les enfants et qu'ils menacent toutes les catégories de la population en contribuant notamment à l'accroissement du sentiment d'insécurité chez les personnes âgées ou en situation précaire.

La conscience de ces dangers s'accompagne malheureusement d'une conscience beaucoup moins nette des moyens d'y remédier. On ne peut pas en effet considérer comme un moyen efficace la proposition de limiter le nombre d'images violentes sur les écrans. D'ailleurs, aucune des innombrables préconisations dans ce sens n'a jamais pu être suivie de mesures concrètes. Quant à la signalétique, elle est une excellente chose, mais ne résout pas tout, d'autant que les images les plus difficiles à surmonter psychologiquement par les enfants ne sont pas celles de fiction, mais celles qui sont présentées en contexte documentaire. A tel point qu'on peut se demander si l'engouement actuel des jeunes pour les jeux vidéo violents qui miment les images d'actualités ne viendrait pas du désir de retrouver des images semblables à celles qui les ont très tôt malmenés, mais avec deux différences essentielles : cette fois, ils savent que ce sont des images " pour de faux ", et ils peuvent à tout moment interagir avec elles et les diriger alors que les actualités les condamnaient à un sentiment atroce d'impuissance et de passivité.

Sommes-nous alors condamnés à ne rien pouvoir faire ? Non, car à défaut de pouvoir agir en amont, sur les images elles-mêmes, il nous reste la possibilité d'agir en aval, sur leurs usagers, et cet aspect concerne à la fois les parents, les éducateurs et les responsables de l'audiovisuel. Les mêmes recherches sur la nocivité des images violentes ont en effet également montré que leurs conséquences sont statistiques et qu'aucune d'entre elles n'est jamais systématique. Ce qui nous manque aujourd'hui, c'est donc de mieux comprendre comment et pourquoi certains jeunes - et certains adultes - surmontent la violence de l'environnement médiatique et en sont peu influencés alors que d'autres semblent littéralement " sous influence ". Si nous y parvenons, nous pourrions, à défaut de pouvoir protéger les jeunes d'une exposition aux images violentes, les faire au moins bénéficier d'une sorte de " vaccination " contre les conséquences de celles-ci.

C'est dans ce but que j'ai conçu et mené une recherche pendant trois ans avec l'aide des Ministères français de la Culture, de la Famille et de l'Education Nationale. Les résultats ont montré que les enfants et les adolescents sont très malmenés par les images violentes, même s'ils le nient souvent quand on leur pose la question. Mais les jeunes utilisent spontanément plusieurs moyens individuels pour prendre de la distance par rapport à ce qu'ils ont vu et éprouvé : ils en parlent - plus les images sont violentes, plus ils échangent entre eux autour d'elles ; ils fabriquent eux-mêmes des images qui les évoquent ; et enfin ils jouent entre eux à " imiter " pour de faux ce qu'ils ont vu. Et, dans tous les cas, l'utilisation de ces moyens est considérablement facilitée quand les jeunes savent comment les images ont été fabriquées. Leur intérêt pour les " making of " est d'ailleurs bien connu, même si ceux-ci sont malheureusement souvent conçus comme des supports publicitaires et non comme des outils pédagogiques.

Mais en même temps - et c'est essentiel -, ces moyens sont beaucoup plus efficaces quand ils sont validés, accompagnés et soutenus par des adultes.

C'est pourquoi, tout d'abord, il est capital que les pédagogues et les parents réapprennent à manifester leurs émotions face aux images qui les entourent, afin d'introduire leurs enfants à une culture du questionnement et de l'échange autour des médias. Trop d'enfants ont en effet aujourd'hui grandi en ayant l'impression " qu'être grand ", c'est ne rien éprouver face aux images horribles, ou tout au moins ne rien montrer de ce qu'on éprouve. Bien sûr, les parents n'ont pas l'intention de communiquer ce message à leurs enfants, mais c'est pourtant ce qu'ils font en regardant de nombreux programmes violents, et notamment ceux des actualités télévisées, sans rien manifester de leurs émotions. Les chaînes de télévision ont également plusieurs responsabilités majeures.

1. Les enfants ont besoin d'être protégés de certaines images d'actualité et il serait utile pour cela de créer deux journaux télévisés différents : un à 20 heures destiné à l'ensemble de la famille, et un autre plus complet à 22 heures. Non seulement la liberté de l'information n'y perdrait pas, mais elle y gagnerait sans doute.

---

2. Les jeunes ont besoin d'images qui leur expliquent comment tout ce qu'ils regardent a été fabriqué, et toutes les chaînes de télévision devraient créer des émissions dans ce sens, aussi bien pour les images d'actualités que de publicité et de fictions : le droit à l'information est aussi celui de savoir comment l'information est fabriquée.

3. De même, toutes les images devraient être " sourcées ", c'est-à-dire que leur provenance et leur date de fabrication devraient être indiquées par un indice visuel clair. Nous sommes aujourd'hui dans une société du zapping et il est essentiel que les spectateurs puissent se repérer visuellement à tout moment dans ce qui leur est montré.

Enfin, les gouvernements ont aussi un rôle à jouer: imposer à toutes les chaînes publiques un cahier des charges prévoyant la création d'émissions d'éducation aux médias à destination des enfants et des familles. Sinon, il est malheureusement à craindre que rien ne se fasse dans ce sens, et ce serait bien dommage. La démocratie passe aujourd'hui par l'apprentissage de la distance face aux médias, et c'est même un test pour tous les régimes qui s'en réclament.