

Auteurs: Gravel, Pauline.

Titre: La violence à la télévision peut avoir des effets tangibles sur le cerveau/La vigilance des parents s'impose.

Source: <http://www.ledevoir.com/2002/08/05/6566> [03.02.2004]

La publication est faite avec l'aimable autorisation de l'auteur.

Pauline Gravel

La violence à la télévision peut avoir des effets tangibles sur le cerveau

La violence à la télévision peut induire des comportements agressifs chez certains enfants. C'est un fait désormais indiscutable. Mais quels mécanismes cérébraux participent à l'émergence de ces effets? Une équipe de chercheurs américains nous apprend que l'écoute de scènes de violence sur le petit ou le grand écran active la zone du cerveau qui est responsable de ces flashbacks qui resurgissent à la conscience des personnes ayant vécu une expérience particulièrement traumatisante. En ramenant spontanément à l'avant-plan les actes de violence vus à la télé, cette aire cérébrale favoriserait le recours à ces comportements indésirables lorsque l'enfant se retrouve en situation de conflit.

Une multitude d'études effectuées au cours des cinquante dernières années ont montré les divers effets de la violence à la télévision et au cinéma sur le comportement des enfants. «Les enfants qui regardent beaucoup de violence peuvent devenir plus agressifs, plus enclins à utiliser l'agression pour résoudre leurs conflits», a résumé John P. Murray, psychologue du développement mental à la Kansas State University lors de la rencontre de l'International society for research on aggression qui avait lieu la semaine dernière à

l'Université McGill. «Ils deviennent de moins en moins sensibles à la violence et davantage capables de la tolérer. Ils en viennent à penser que le monde fonctionne de cette façon. D'autres personnes, par contre, commencent à croire que le monde est aussi dangereux que le tableau que nous en brossent les fictions diffusées à la télé.»

Cerveau actif

Afin de mettre en lumière les processus cérébraux par lesquels s'effectuent ces modifications de notre perception, John Murray a mesuré à l'aide de la technique d'imagerie par résonance magnétique fonctionnelle l'activité du cerveau d'enfants âgés de huit à treize ans pendant qu'ils regardaient des scènes de boxe particulièrement intenses tirées du film Rocky IV. «Les séquences choisies relatent une simple histoire de vengeance et, de ce fait, elles représentent le genre de violence le plus dangereux puisque cette dernière apparaît justifiée, et même glorifiée», précise le chercheur.

Les mesures relevées durant ce visionnement ont ensuite été comparées à celles recueillies alors qu'on présentait aux enfants des séquences exemptes de violence et extraites de deux émissions pour enfants, Ghostwriter et National Geographic, diffusées sur la chaîne publique PBS.

Outre les régions cérébrales associées à la perception des informations visuelles et auditives qui étaient activées autant par les séquences de violence que de non-violence, plusieurs autres zones du cerveau étaient en revanche stimulées uniquement lors de la projection des images de brutalité. L'une de ces zones est l'amygdale, une structure qui s'anime lorsqu'apparaît une situation de danger.

«Quand vous voyez apparaître un serpent à vos pieds par exemple, la surprise vous coupe le souffle, explique John Murray. L'amygdale reconnaît la présence du danger et induit instantanément une série de modifications physiologiques. Elle arrête la respiration

ce qui permet de mieux entendre les moindres mouvements de l'ennemi. Elle provoque également une constriction des vaisseaux sanguins périphériques et concentre du coup la circulation sanguine vers les organes vitaux de l'organisme. C'est une réponse innée devant le danger.»

Une fois que l'amygdale a détecté le danger, elle communique avec les autres régions du cerveau, notamment avec le cortex préfrontal qui évalue l'ampleur de la menace, souligne le psychologue tout en spécifiant que cette dernière structure s'allumait également durant l'écoute de scènes de violence.

Le chercheur n'avait toutefois pas prévu l'activation du cortex prémoteur, qui contrôle non pas les mouvements eux-mêmes, mais la planification du geste avant même de l'esquisser.

«Les enfants étaient immobilisés par l'appareil d'enregistrement et ne pouvaient pas bouger alors qu'ils regardaient le combat de boxe, pourtant ils pensaient à imiter les boxeurs, précise John Murray. C'est un réflexe chez les jeunes enfants de 4-5 ans. Lorsqu'ils regardent la télévision, ils imitent souvent les mouvements des personnages qu'ils voient.»

Vaste répertoire de gestes violents

Mais ce qui a littéralement stupéfait le psychologue est l'intervention de la circonvolution cingulaire postérieure, une zone du cerveau qui s'active lorsqu'une victime de viol, un militaire ou un secouriste est appelé à se remémorer les expériences extrêmement traumatisantes qu'il a vécues.

«Les bouleversants souvenirs emmagasinés dans la circonvolution cingulaire postérieure sont facilement ramenés à la conscience, précise le chercheur. Les flashbacks qui hantent les personnes souffrant du syndrome de stress post-traumatique émergent justement de cette aire cérébrale.»

Le fait que cette région du cerveau s'active lorsque les enfants regardent des scènes de violence à la télévision peut expliquer l'agressivité de certains enfants, avance John Murray.

«Les enfants disposent d'un vaste répertoire de gestes violents qu'ils ont vus maintes et maintes fois et qu'ils ont rangés dans une filière -- circonvolution cingulaire postérieure -- à portée de main. Alors, s'ils sont bousculés par quelqu'un, l'amygdale est mise en éveil et alerte la circonvolution cingulaire postérieure, qui rappelle instantanément l'action de frapper. Et bang !»

Le chercheur espère maintenant poursuivre son analyse auprès de jeunes ayant été victimes ou protagonistes de violence.

La vigilance des parents s'impose

Les parents doivent garder en tête que les jeunes enfants ne distinguent pas bien la réalité de la fiction et que, de ce fait, les scènes de violence qui émaillent bon nombre de nos émissions de télévision peuvent nourrir leur agressivité. D'autant que la violence qui nous est présentée à l'écran demeure souvent impunie et laisse les victimes étonnamment indemnes!

Lors de la rencontre de l'International Society for research on aggression qui se tenait à Montréal la semaine dernière, le psychologue Ed Donnerstein, professeur au département des communications et doyen de la faculté des sciences sociales de l'université de Californie, Santa Barbara, a insisté sur le pernicieux message que véhiculent les médias. Message qui laisse croire aux enfants que notre société tolère, voire approuve, la violence.

Plusieurs des personnages qui usent de violence dans une émission de télé ou au cinéma sont attrayants, précise le chercheur.

«Ils sont de véritables héros auxquels les enfants ont tendance à s'identifier. Dans plus de 50 % des cas, la violence qu'ils commettent demeure impunie. Le coupable n'est pas arrêté, ni critiqué pour ce qu'il a fait. Il s'agit souvent d'une violence qui est justifiée puisqu'elle fait partie d'une revanche. Mais, finalement, le message qu'en tirent les enfants est celui que la violence est acceptée dans notre société.»

Dans la majorité des films, les victimes de cette brutalité ne subissent pas de mal ou très peu, fait également remarquer le psychologue. Si blessure il y a, elle est souvent irréaliste, et ce, particulièrement dans les émissions pour enfants.

«L'héroïne lance des briques sur la tête d'une personne qui tombe sur le dos. Dans la scène qui suit, on ne voit pas une seule égratignure sur le corps de la victime. La souffrance ne semble pas réelle contrairement à celle traduite dans le film *Saving Private Ryan* de Spielberg, par exemple.»

Ed Donnerstein rappelle aussi que les enfants de moins de six ans ne distinguent pas bien la frontière qui sépare la réalité de la fiction.

«Alors que les adultes comprennent bien qu'une scène à la télévision n'est pas réelle, les jeunes enfants ont du mal à faire cette distinction. Et les parents doivent s'en souvenir», dit-il avant d'ajouter que les jeunes enfants ont également certaines difficultés à lier les événements d'un film. «Un enfant de trois à quatre ans ne fera pas le lien entre une scène de violence présentée au début du film et celle décrivant l'arrestation et la condamnation de la personne responsable de ces actes de violence qui survient à la toute fin du scénario. Les adultes savent que la violence ne paie pas. Mais les enfants de trois ou quatre ans ne font pas ces connexions.»

À cela s'ajoute le phénomène de désensibilisation qui a été montré par de nombreuses études. Plus on regarde des scènes de violence, moins on y est sensible, moins elles nous dérangent, résume le chercheur. Conséquence : «Nous tolérerons davantage la

violence dans le monde réel. Quant aux enfants, ils surmontent leur crainte.»

Cela veut-il dire que tous les enfants deviendront délinquants en regardant la télé ? «Non, mais si un enfant est déjà agressif, il y puisera beaucoup de renforcements», affirme le spécialiste.

Pour d'autres très jeunes enfants, l'écoute des bulletins de nouvelles dans lesquelles on annonce qu'un enfant a été kidnappé, agressé sexuellement et abandonné dans un champ ou qu'une mère a noyé ses enfants est terrifiante. «Des recherches ont montré que lorsque ce type d'images est revu à répétition, elles finissent par terroriser les enfants et provoquent chez eux de l'anxiété et des cauchemars. Ces enfants finissent par considérer le monde comme très dangereux», souligne le psychologue.

Doit-on empêcher nos enfants de regarder la télévision ? Doit-on débrancher le téléviseur et l'ordinateur ?

Il sera difficile d'interdire aux enfants de regarder certaines émissions, prévient Ed Donnerstein. Si on censure une émission, l'enfant voudra regarder plus que jamais le fruit défendu. Les parents peuvent émettre des règles, mais les copains et les voisins que l'enfant fréquente ne sont peut-être pas soumis aux mêmes contraintes. Il est alors facile de sauter la clôture. «Il vaut beaucoup mieux s'asseoir avec son enfant et discuter du contenu de l'émission ou du film que de restreindre l'accès à la télévision», recommande le chercheur. «Il est important de faire comprendre à l'enfant que, dans la vie réelle, la violence entraîne de la douleur, de la souffrance et même la mort. À l'école, les professeurs peuvent aussi participer à transformer les enfants en spectateurs critiques. L'enfant sera alors mieux armé lorsqu'il se retrouvera seul ou ailleurs devant des images qu'on ne voudrait pas qu'il voie.»

On ne doit pas croire que les médias représentent le seul facteur qui contribue à la violence chez les jeunes, insiste finalement Ed Donnerstein. De nombreux autres, tels que l'influence des camarades, des parents et des déterminants biologiques, jouent aussi

un rôle important. À ses yeux, les médias maintiennent et renforcent les attitudes agressives que les enfants ont déjà acquises.

Tous les droits, en particulier le droit à la reproduction et à la diffusion de même qu'à la traduction, sont réservés. Aucune partie de l'ouvrage ne doit être ni reproduite et sous aucune forme (photocopie, microfilm ou autres procédés) ni modifiée, diffusée ou propagée par l'emploi d'un système électronique, sans l'autorisation écrite du détenteur des droits.