

# PETIT ÉCRAN... GRANDS MAUX, NEURONES EN DANGER

## Effets de la télévision sur le psychisme des jeunes enfants

par le docteur **Michelle LEGRAIS**

Lorsqu'on aborde le problème de la télévision, les seuls points de vue envisagés d'emblée par les familles sont celui du temps passé par les enfants devant le petit écran et celui de l'immoralité des spectacles.

Nous pensons que beaucoup ont déjà résolu ces difficultés ou du moins, qu'ils sont convaincus de la nocivité de la télévision non contrôlée pour la santé morale et physique de leurs enfants.

Nous n'envisagerons donc pas ici la sélection des programmes par les parents. Mais nous traiterons d'un aspect beaucoup plus fondamental, celui des images en elles-mêmes.

En effet, le danger de **perversion de l'esprit et de l'imagination**, bien que moins spectaculaire que la corruption du sens moral, est beaucoup **plus profond**. Il est aussi, en général, plus difficile à comprendre.

### 1 - L'imagination

La télévision s'adresse d'abord à l'imagination. Elle remplit la tête d'images. C'est là que réside son principal danger, danger inévitable puisqu'il est inhérent à la nature même de la télévision.

Un bref rappel de la fonction de l'imagination chez l'être humain nous permettra de mieux comprendre l'effet pervers de la télévision.

L'imagination est un sens interne, une faculté, dont l'organe est le cerveau cognitif<sup>1</sup>, qui conserve les sensations reçues par les organes des sens et les rappelle par les fantasmes<sup>2</sup>.

Elle fait partie de notre sensibilité intérieure comme le sens commun, l'estimative<sup>3</sup> et la mémoire auxquels elle est étroitement liée.

Elle est comme située entre les sens externes (vue, ouïe, odorat, tact et goût) et l'intelligence. Elle ne peut rien produire sans perceptions reçues de l'extérieur ; mais, par le jeu de l'intelligence, elle peut ensuite créer de nouveaux fantasmes.

Ces images intérieures sont comme l'empreinte de la vie en nous et forment, par leur accumulation, un immense patrimoine dont les éléments sont unis entre eux par une infinité de liens.

De cette sensibilité intérieure dépendent la vie affective, la vie intellectuelle, l'inspiration créatrice, la construction de notre "moi psychologique". Une grande partie de cette élaboration se fait à notre insu et c'est probablement l'imagination qui est la partie la plus puissante de notre inconscient.

En résumé, disons que l'imagination nourrit notre affectivité, meut nos passions<sup>4</sup> ; elle est pour notre intelligence la source féconde d'objets de connaissance à partir de laquelle vont se former par abstraction les idées, les concepts ; elle nous procure des fantasmes selon un ordre et une habitude dont la synthèse contribue à façonner notre personnalité, notre comportement, notre style...

Ajoutons pour finir que l'imagination conserve la sensation dans la mesure où elle est marquée par elle.

Trois facteurs vont conditionner cette mesure : la répétition de la sensation, l'émotion qui l'accompagne et la disposition du cerveau.

Le premier conditionnement de ce cerveau, c'est l'âge : plus l'imagination est jeune, plus elle est indéterminée et donc malléable.

La vue a bien sûr une grande importance pour l'imagination, elle l'enrichit constamment. L'ouïe influence l'imagination par l'intermédiaire des passions qui sont elles-mêmes sous l'influence primordiale de tout ce qui est sonore (bruits, mots ou musique).

On comprend, par tout ce qui précède, l'importance de l'imagination chez l'être humain. A fortiori chez l'enfant où elle est comme une cire vierge.

On comprend pourquoi les images sont indispensables à la formation des jeunes imaginations - les belles, bonnes et vraies images - puisque c'est grâce à ces images que va se former la réserve mentale des idées, des informations, des références...

### 2 - Saturation de l'imagination par la télévision

Les images produites par la télévision, même si elles étaient toujours belles, bonnes et vraies, ne peuvent parvenir à cette formation des jeunes imaginations pour plusieurs raisons.

Tout d'abord, il s'agit d'images artificielles caractérisées par un manque de stabilité, une variation rapide de brillance, des images sautillantes, spécialement dans les dessins animés. La structure des images lumineuses intermittentes provoque une hyperstimulation de l'œil et du cerveau qui entraîne une fascination des enfants qui les amène à regarder fixement l'écran. La T.V. ne suscite pas l'attention : elle **hypnotise**,

Cette fascination est commune à l'homme et à l'animal.

Témoignage de Sébastien, 5 ans : "mon chien, dès qu'il y a un film, il arrête de bouger. Quand c'est fini, il va autre part". (Cité par Liliane Lurçat, dans *Violence à la Télé ; l'enfant fasciné* p. 18. Ed. Syros alternatives 1989).

<sup>1</sup> Cerveau cognitif : cerveau capable de connaître. C'est le "cortex cérébral".

<sup>2</sup> Fantasme (du grec "vision") : représentation en l'absence de l'objet (à partir d'une image, d'une odeur, d'un son...).

<sup>3</sup> Estimative : sens du discernement.

<sup>4</sup> Passions : inclination de l'être vers ce qui est bon ; répulsion par rapport à ce qui est mauvais (toutes les passions de l'âme naissent dans l'imagination, mais se terminent dans le corps).

Ce qui entraîne fatigue physique, fatigue visuelle, agitation, altération du sommeil paradoxal<sup>5</sup> qui est le meilleur, le plus savoureux, celui du rêve. Ces stimulations finissent par perturber la vigilance diurne et altérer ainsi les capacités d'attention de l'enfant.

Par cette hyperstimulation, la télévision est comparable à une **drogue** et, comme elle, peut entraîner une **dépendance**. On a d'ailleurs constaté, chez certains enfants, un véritable comportement compulsif<sup>6</sup> vis-à-vis de cette stimulation lumineuse.

En second lieu, ces images se succèdent si rapidement et en telle abondance qu'elles provoquent une sorte d'indigestion ne permettant pas une véritable assimilation des connaissances. Il y a trop de choses, trop vite ; c'est le coq-à-l'âne perpétuel. Cette indigestion d'images endort l'attention trop sollicitée, si bien que l'attitude ordinaire du téléspectateur est la **passivité**. Cette passivité a une conséquence redoutable chez l'enfant : elle **amollit la volonté**.

On a constaté chez les enfants consommateurs de T.V. une diminution sévère des capacités de mémorisation et une difficulté pour associer images, idées et paroles.

### 3 - La télévision a, pour l'enfant, un effet destructeur sur la perception du réel

Rappelons que la limite entre le réel et l'imaginaire se constitue peu à peu au cours de l'enfance et qu'elle reste floue jusqu'à l'adolescence.

La T.V. efface progressivement la frontière entre le réel et l'irréel et provoque chez l'enfant un décollement par rapport au monde réel. Même sans violence, la T.V. détache l'enfant de la réalité et le rend inapte à mesurer la conséquence de ses actes. Chez l'enfant de moins de six ans en particulier, il existe une difficulté naturelle à distinguer l'actuel du passé, la fiction de la réalité. Pour l'enfant, l'image projetée est vivante et actuelle et il a beaucoup de mal à se situer à une époque passée ou fictive.

Si on interroge des enfants de maternelle (4 à 6 ans), on s'aperçoit que leurs récits sont tiraillés entre les différents types d'émission (informations, film, dessin animé...) N'arrivant pas à distinguer la nature des émissions qu'ils regardent de façon répétitive, les enfants les confondent. De sorte que le méchant qui pose une bombe pour tuer des gens (actualité aux informations) n'est, à la limite, pas très différent du géant qui détruit la ville (dessin animé).

C'était sans doute le fait des récits et des contes de notre enfance, mais qui commençaient toujours par cette phrase magique : "il était une fois..." D'autre part, il existait une relation privilégiée entre le parent conteur et l'enfant, qui n'existe plus avec la T.V.

Ce "flou" entre le réel et l'irréel entretenu par la télévision peut favoriser une instabilité émotionnelle et des difficultés relationnelles.

Fascinés par la télévision, les enfants négligent de plus en plus leur cadre de vie réel au profit du cadre imaginaire de la T.V. La vie excitante et sensationnelle proposée par la T.V. est une tentation permanente d'échapper à la réalité quotidienne.

### 4 - La télévision remplace leur propre rêve par le rêve organisé

Par la T.V., l'imaginaire enfantin, naturellement si riche, subit une invasion de sons et d'images qui le submerge et l'empêche de créer ses propres images. Quand il joue ou qu'il lit, l'enfant crée lui-même son propre "film" ce qui est indispensable à son développement psychologique. La télévision lui enlève cette possibilité.

De plus, l'ambiance émotionnelle lui est imposée, alors que dans la lecture, elle est seulement proposée par l'auteur et recréée par enfant.

L'enfant croit davantage à la réalité d'une image mobile que dans ses rêveries provoquées par le récit d'un conte. Il vit intensément le conte véhiculé par la T.V. car les messages sont transmis par un triple langage visuel, verbal, non verbal sonore.

L'enfant naturellement très impressionnable, intègre facilement le message que lui apporte le petit écran et s'identifie plus aisément au héros qu'il lui propose.

Le mal que la T.V. fait aux enfants se révèle dans les **cauchemars**. Il se manifeste aussi plus subtilement dans l'invasion du champ mental par des thèmes dérisoires et violents. L'effet sur les conduites n'est d'ailleurs pas complètement ignoré des enfants, car beaucoup de leurs jeux sont d'inspiration télévisuelle. Nous pouvons d'ailleurs tous constater que beaucoup de jouets actuels sont des reproductions de personnages de feuilletons télévisuels.

L'identification à des héros multiples peut d'ailleurs être source de perturbations. La T.V. présente le plus souvent aux enfants des modèles artificiels et inaccessibles qui produisent frustration et vieillissement psychologique. L'enfant-héros est avant tout une création d'adultes dont l'imaginaire diffère totalement de celui de l'enfant à qui il s'adresse,

Le modèle mythique n'aide pas l'enfant, sinon à projeter ses propres frustrations : il forme alors une image dévalorisée de lui-même, de son milieu familial, de sa condition sociale et culturelle.

Les véritables joies de l'enfance innocente sont ainsi étouffées par la télévision.

### 5. La télévision contribue au modelage de l'enfant

Nous l'avons rappelé en préambule, l'imagination a un rôle essentiel dans la formation de la personnalité. Or, par sa puissance de suggestion, la télévision va modeler l'enfant selon les stéréotypes qu'elle véhicule.

Dès son plus jeune âge, l'enfant cherche naturellement à **imiter** (l'imitation reste une grande loi de la psychologie humaine tout au long de l'existence). En adaptant ce qu'il perçoit à sa propre psychologie et à ses conditions physiques

<sup>5</sup> Sommeil paradoxal : phase du sommeil qui correspond aux périodes de rêve. Selon certains chercheurs, le sommeil paradoxal a une importance considérable dans les phénomènes de mémorisation.

<sup>6</sup> Compulsif : irrésistible.

en voie d'épanouissement, il reproduit tout : façons d'être, habitudes, vocabulaire, gestes et mêmes expressions de physionomie.

- Les modèles sont d'abord ses parents, puis le reste de son entourage selon le degré de proximité et d'affinité naturelle.

- Au fur et mesure qu'il grandit, l'enfant découvre de nouveaux modèles dans son voisinage, à l'école et dans la société en général.

- A l'âge de raison, il sera à même de juger ce qu'il y a de bon et de mauvais dans ces modèles.

Mais l'influence reçue pendant ses toutes premières années pèsera d'une manière décisive. C'est ainsi que le rejet ou l'acceptation de tel ou tel modèle marque profondément les rapports de l'enfant avec la société.

Le rôle primordial dans ce processus, revient bien sûr aux parents. Or **la T.V. se substitue aux parents**. C'est un véritable bouleversement des rôles.

Bien avant l'école, les enfants disposent d'une autre source qui leur permet d'assimiler des ambiances et des conceptions, de se familiariser avec des adultes différents, d'éprouver des émotions nouvelles. Ils sont pris dans de puissants faisceaux d'influences aux âges sensibles de la formation de la personne.

Au cours de ce processus de formation se constitue un champ de représentations sociales qui vont permettre à l'enfant de comprendre son environnement, de l'interpréter, de communiquer avec ses semblables et de situer lui-même dans la société.

La constitution de ce champ est un mécanisme évolutif dans lequel les premières représentations résultant de l'identification aux parents et la formation de l'image de soi sont des structurations fondamentales.

Dans l'intimité du foyer, la télévision influence considérablement cette structuration en imposant une vision du monde et un mode de vie qui façonnent uniformément adultes et enfants.

Autrefois, lorsqu'il n'y avait ni radio ni T.V., les originaux étaient très nombreux. Chaque homme se formait par son expérience personnelle.

Aujourd'hui, où les nouveaux médias véhiculent une expression des modes de vie et de valeurs (en majorité américains), la standardisation de l'homme est évidente et l'humanité y perd beaucoup.

Cet imaginaire mondialisé nivelle les cultures et installe dans une étrange anonymie la foule humaine ; mais, en même temps, elle la **soumet** à ses règles, ses normes, sa normalité que lui impose la mode médiatique.

## 6 - Influence de la télévision sur l'intelligence

Parce qu'elles saturent, qu'elles gavent l'imagination, les images fournies par la télévision **perturbent** le travail naturel de l'intelligence.

Il est incontestable que la télévision a provoqué un élargissement des connaissances des enfants à un âge plus précoce qu'avant ce moyen d'information, mais il y a eu en même temps uniformisation des connaissances et des thèmes supports de leurs fantasmes.

Des enquêtes ont montré que dans un premier temps, il y a enrichissement, mais qui devient stagnation par la suite.

La passivité qui consiste à recevoir une information déjà façonnée ne permet pas le développement ultérieur d'un esprit critique et de recherche personnelle de la connaissance que donne la lecture des livres.

La T.V. peut donc être excellente pour susciter des intérêts et éveiller des passions, mais ce qui est moteur au début devient un frein dans un second stade.

La T.V. peut-elle donc être un bon outil d'apprentissage ?

L'expérience montre que non. Ceci pour plusieurs raisons :

a) Parce qu'elle va vite, qu'à l'image succède l'image, elle ne laisse pas le temps de **réfléchir** ; les idées ne s'impriment pas durablement car elle ne permet pas de revenir longuement sur un sujet comme on le fait sur les phrases d'un livre. La conséquence de cette vitesse est qu'il faut qu'elle soit rapidement comprise : elle fonctionne donc à l'aide de **stéréotypes** qui donnent du monde une **vision simplificatrice** ; l'enfant va ensuite considérer le monde à travers ces stéréotypes. Il risque de s'y conformer et on peut craindre que la vraisemblance ne lui apparaisse qu'en fonction de la conformité à ces stéréotypes.

b) Les réponses viennent sans que l'enfant n'ait eu le loisir de se poser les questions ; or l'émergence d'une question est le fruit d'une maturation qui est plus utile que la connaissance de la réponse.

La T.V. ne peut pas enseigner à un enfant en particulier, mais à la moyenne des enfants. L'émission ne tient compte ni du degré de connaissance, ni de la maturité, ni du langage, ni de l'expérience individuelle. Elle s'adresse donc soit à la moyenne présumée, soit au niveau le plus bas de l'audience ciblée.

c) La T.V. spectacularise les événements et les idées : c'est le côté spectaculaire ou sympathique qui frappe, plus que la profondeur des idées. Elle s'adresse plus aux sentiments qu'à l'esprit. Elle donne plus des sensibilisations<sup>7</sup> que des notions<sup>8</sup>.

A ce sujet, voici ce qu'écrit le professeur RUFO dans la revue *Vie et santé* de mars 1991 :

"L'obstacle le plus important est la **rupture** qui existe entre deux mondes :

- d'une part, celui de l'étude, de la réflexion de la recherche, de la concentration ;
- d'autre part celui de la T.V.

Tout est **opposé**, d'une manière remarquable. Et l'étudiant connaît, consciemment ou pas, un mal fou à s'adapter au passage d'un univers à l'autre. Pire, la télé exerçant sur lui le pouvoir que l'on sait va le conduire à attendre une vie "télévisuelle" partout où il vivra son quotidien. La télévision est capable de créer de nouveaux réflexes chez un individu, notamment chez un jeune (...)

<sup>7</sup> Sensibilisation : le fait de rendre sensible, d'émouvoir la sensibilité. Le fait de rester dans le domaine du sensible empêche de parvenir à l'abstraction, à l'idée générale d'une chose.

<sup>8</sup> Notion : connaissance élémentaire d'une chose ; abstraction, idée de cette chose.

Le système télévisuel s'articule autour du show, du spectacle (...) L'enfant va attendre qu'autour de lui tout lui soit présenté en terme de **spectacle**, faute de quoi rien ne l'accrochera, même s'il s'agit de l'essentiel dans sa vie (...)

Le travail de l'examen scolaire se vit sur la base d'un tout autre système, celui de la **répétition**, celui de la **concentration**, de l'attention sur un même sujet.

C'est d'ailleurs un fait très actuel, les gens d'aujourd'hui changent de conversation d'une manière étonnante, incapables qu'ils sont devenus de discuter en profondeur sur un sujet, ce qui reste le privilège - pourtant accessible à tous - de peu de personnes. La pensée part dans tous les sens, se ballade, n'arrive pas à se fixer..." (fin de citation).

La mentalité contemporaine est ainsi devenue une mentalité **inversée** : les concepts<sup>9</sup> sont devenus contingents<sup>10</sup> et accessoires. La voie est ainsi ouverte pour toutes les séductions que le filtre familial aura bien du mal à assumer.

d) La télévision n'aide pas non plus à l'acquisition du langage ;

- tout d'abord puisqu'il est inutile de nommer ce que l'on voit,

- ensuite parce que le langage demande le passage du concret à l'abstrait, de l'objet au concept. Les images données toutes faites par la télévision risquent de "fossiliser" les possibilités d'abstraction de l'enfant.

- de plus le langage télévisuel est un langage direct. Il n'y a jamais de phrases en style indirect ; les temps sont simples, on n'emploie presque jamais le subjonctif : l'enfant se bloque dans un langage très simple, signifiant, qui lui permet tout juste de dire à peu près ce qu'il a à dire.

Si nous prêtons l'oreille aux conversations de cours de récréation, nous retrouvons tous les "tics" de langage répandus par les médias : «c'est "vachement bon", c'est "cool", c'est "sympa", c'est "génial", et les abréviations "foot", "ados", "sécu"... »

Le problème est **GRAVE** car il semble bien que l'enfant doive acquérir les formes complexes, la structure de son expression future avant l'âge de six ans. On rencontre en effet fréquemment des adultes dont le vocabulaire est extrêmement limité, réduit à environ deux cents mots et quelques onomatopées. De plus, leur langage est hésitant, abrégé, maladroit.

La mémoire, bourrée de représentations devient **inapte** à retenir les articulations des plus simples raisonnements. Les enfants ont de très grandes difficultés à écrire quelques lignes de leur composition, à comprendre un texte même court, à passer du concret à l'abstrait, de l'objet au concept. On aboutit donc à un analphabétisme fonctionnel : les enfants savent lire et écrire, mais ne savent pas utiliser leurs facultés.

"La télévision entrave tant qu'elle peut le jeu normal de la conceptualisation et du jugement, qui empêche "l'homo sapiens" de se former dans l'enfant et qui ne fait succéder à l'enfance que **l'infantilisme**. Nos contemporains n'ont pas le sens du vrai, parce que, au fond, ils ne sont jamais devenus des hommes. Ce sont des **avortons intellectuels**".

(Abbé Berto *Notre-Dame de Joie* N.E.L p 246).

C'est peut-être là que réside l'effet le plus pervers de la télévision : les images qu'elle accumule, avec force dans l'inconscient mental paralysent l'exercice normal de l'intelligence et **empêche de trouver - ou même de chercher - la lumière de la vérité**.

Cette analyse très succincte peut paraître sévère et susciter doute ou même refus. Elle s'appuie sur des données sérieuses dont les sources sont indiquées en fin d'article. Mais notre expérience personnelle ne vient-elle pas encore étayer ce qui a été dit ? Que chacun fasse le bilan des centaines d'heures passées devant un récepteur et réfléchisse à ce qu'il a acquis dans tel ou tel domaine... Il y a loin de la coupe aux lèvres !

Alors, que faire ? Considérer la télévision comme un spectacle.

Or, l'être humain n'est pas fait pour aller au spectacle tous les jours. On peut donc, si on ne veut pas tout simplement l'éliminer de la maison familiale, la regarder très occasionnellement. Et, pour le jeune enfant, cela doit rester exceptionnel. Il faut alors toujours lui préciser s'il s'agit de fiction ou de réalité.

Si l'on craint un décalage par rapport aux autres enfants, rappelons-nous que **plus de 1 200 000 foyers en France n'ont pas la T.V. : 12% des cadres supérieurs et des professions libérales sont dans ce cas**.

"Ce que je redouterais le plus pour notre civilisation, de plus en plus fragile ?

- Que cette machine folle ne verse sous la pression des barbares.

- Où sont-ils, ces **BARBARES** ?

- Non pas à l'extérieur, mais à l'intérieur, car c'est nous qui les fabriquons. Ils grandissent sous nos yeux. Il s'agit des petits enfants hypnotisés par la télévision (...) les petits enfants qui n'auront pas appris à maîtriser leurs sens.

Les barbares sont déjà là puisque nos sociétés développées, qui sont des sociétés de vieux, ont peur de leur jeunesse et rejettent le trop plein dans les rues,

**"Une société qui ne sait plus éduquer ses propres enfants et les change en barbares est promise à une MORT CERTAINE (...)"**

Documentation

+ Neuropsychiatrie de l'enfance. 1981 - 29 n° 3

+ Regards sur l'audiovisuel, in *Éducation, culture et télévision* Jean Cluzel, de l'Institut.

+ Luce Quenette - *Itinéraires* n° 160 - 1972.

+ Abbé Berto. *Notre Dame de Joie* N.E.L.

+ Professeur Rufo. *Vie et Santé* mars 1991.

<sup>9</sup> Concept : représentation mentale générale et abstraite d'un objet.

Conceptualisation : abstraction ; passage du concret à l'abstrait. Capacité de se faire une idée générale à partir de la connaissance concrète d'un objet.

<sup>10</sup> Contingent : qui peut-être ou ne pas être. Qui n'est pas nécessaire.