

“On retrouve des lésions en avant du cerveau des enfants”

Michel Desmurget est docteur en neurosciences cognitives et directeur de recherche au CNRS. Selon lui, l'exposition des plus jeunes à des images violentes perturbe profondément leur développement. Et les parents n'en ont pas tous conscience. **PROPOS RECUEILLIS PAR ÉMILIEN HERTEMENT**

Marianne : Les dernières données scientifiques sur l'exposition des enfants aux images violentes démontrent-elles des effets négatifs ?

Michel Desmurget : C'est comme si vous me demandiez si la consommation de tabac donne des cancers du poumon. Des centaines d'études bien documentées convergent depuis trente ans. On sait que la violence omniprésente dans des jeux vidéo, séries, films, a des effets sur le développement cognitif de nos enfants. Ils sont multiples. On remarque d'abord une augmentation du niveau d'agressivité physique et verbale, mais aussi une baisse des résultats scolaires et une hausse des troubles de l'attention. La désensibilisation à la violence est aussi une conséquence importante de l'exposition à ce même type d'images. Des services de psychiatrie ont fait face à un afflux massif d'enfants exposés aux images des attentats du 11 septembre 2001. Tous souffraient de graves troubles d'anxiété. Mais les effets les plus importants et durables sur la croissance de l'enfant et sa santé cognitive sont ceux qui concernent la qualité dégradée du sommeil. Ce moment de repos représente

la colonne vertébrale du développement humain. Durant la nuit, le cerveau et le corps ont besoin de se réparer. C'est durant cette période que l'enfant sécrète l'hormone de croissance et stabilise la mémoire.

Une seule exposition à des images violentes peut-elle perturber durablement un enfant ?

Elle peut suffire à générer des troubles à long terme. Mais plus les expositions sont répétées, plus les effets seront importants. Cela dépend des contenus, mais dans la série « Squid Game », par exemple, tous les épisodes sont susceptibles de choquer un enfant. Penser que ça ne va pas avoir d'effet ou que les enfants peuvent rationaliser ces images est faux. Je trouve fascinant le nombre de parents qui me disent : « Mon enfant est mature, donc il peut comprendre et avoir de la distance. » Non, ça ne change rien. Les études du neuroscientifique Jordan Grafman montrent que les enfants et ados exposés à des images violentes présentent des anomalies dans certaines zones cérébrales. On retrouve des lésions en avant du cerveau qui vont inhiber des zones réactives à la violence. Ces lésions vont en partie empêcher ces zones de se développer et de se structurer.

Des signalétiques relatives à l'âge sont précisées lors de la diffusion de programmes violents. Servent-elles à quelque chose ?

La plupart des gens n'en ont que faire, elles sont facilement

contournables, c'est comme les chartes de bons usages ou d'exposition sur l'alcoolisme. Des études montrent qu'aux États-Unis quelques parents font respecter ces interdictions, mais ça reste minoritaire. La plupart des parents se disent tout simplement : ça n'a pas d'effet sur moi, donc ça n'en a sûrement pas sur mon enfant. Mais les structures des cerveaux ne sont pas les mêmes. La plupart des mineurs ne regardent pas la signalétique, et, en France, elle est bien plus permissive que dans les autres pays. Des productions classées « tous publics » ici seraient classées « déconseillé aux moins de 12 ans » dans d'autres pays. Les plates-formes de streaming définissent souvent elles-mêmes leur signalétique, qui sont ensuite validées par un organisme de classification national. Mais la signalétique se borne bien souvent à déconseiller et non à interdire, par exemple.

Comment les parents, mais aussi les autorités, peuvent-ils intervenir ?

Il faut expliquer à l'enfant à quoi servent les mesures de restriction indiquées dans les signalétiques. Les règles sont mieux intériorisées lorsqu'elles sont expliquées que lorsqu'elles sont imposées. Des outils de contrôle parental peuvent être mis en place. Ensuite, le gouvernement doit s'en mêler. Par exemple, en matière de pornographie, les autorités ont complètement abdiqué. C'est lunaire, les filtres d'accès sont totalement inefficaces. ■

La violence des écrans

à suivre sur
MARIANNE.net

Lire cet entretien
dans son
intégralité.

ON REMARQUE UNE HAUSSE DE L'AGRESSIVITÉ VERBALE ET PHYSIQUE, MAIS AUSSI UNE BAISSÉ DES RÉSULTATS SCOLAIRES.