

**Zeitschrift:** Générations : aînés  
**Herausgeber:** Société coopérative générations  
**Band:** 33 (2003)  
**Heft:** 1

**Rubrik:** Télévision : la télé rend fou!

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 16.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



# La télé rend fou!

■ Nous passons en moyenne 3 h 30 chaque jour devant la télévision. Une heure de plus qu'il y a 20 ans. Le petit écran est en tête des loisirs. Faut-il s'en inquiéter?

Il y en a pour tous les goûts. Les enfants avalent des feuilletons violents, les ados raffolent de l'ineffable *Star Academy*, leurs parents craquent pour des films d'horreur et leurs grand-mamans sont accros à *Top Models*. Selon un sondage publié par le magazine *Ça m'intéresse*, plus de la moitié des personnes interrogées affirmaient pourtant qu'elles ne souffraient pas d'accoutumance à la télévision.

A la question de savoir si la télé rend fou, personne n'a apporté de réponse claire. On sait cependant que la télévision engendre une forte dépendance. Selon une étude américaine, elle produirait un état de relaxation apaisant, pour ne pas dire hypnotisant.

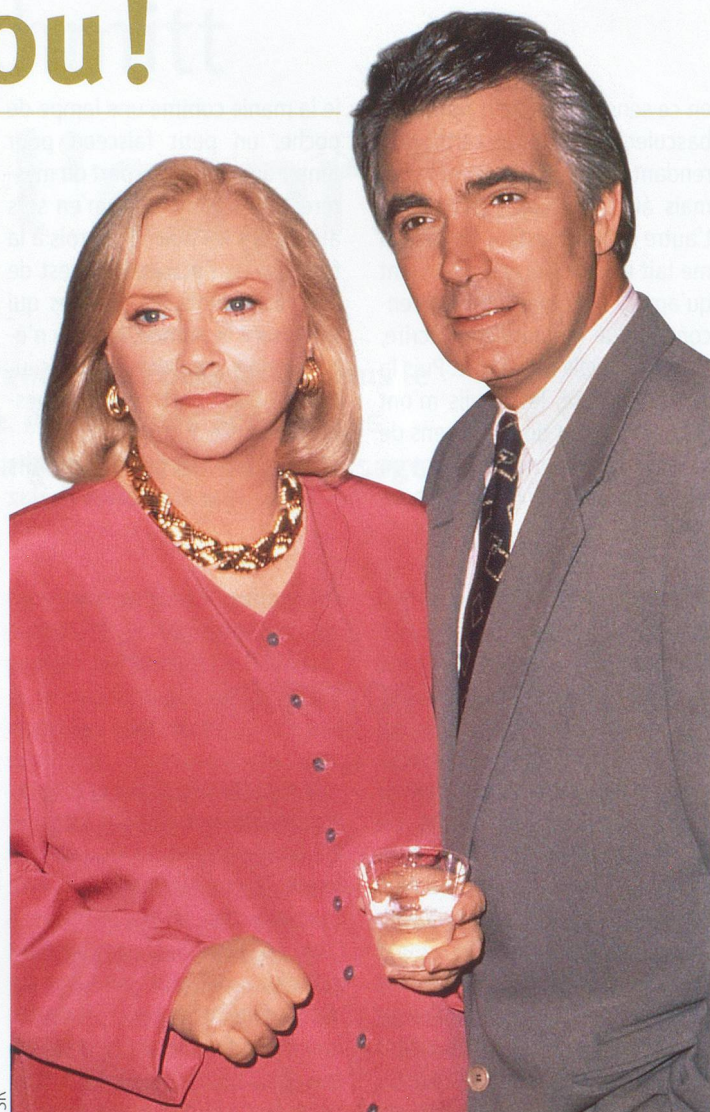
Christian Marendaz, directeur du Laboratoire de psychologie du CNRS de Grenoble, l'affirme: «La vision est le système de perception le plus automatisé du corps humain. Quand on ouvre les yeux, on ne peut s'empêcher de voir, sans effort. Devant la télévision, on a intérêt à ne pas bouger le regard, car l'image est structurée de telle façon que toute l'action se déroule au centre.»

Un cinquième des adultes interrogés développent un sentiment de culpabilité à rester scotchés devant le petit écran. «C'est une habitude que l'on juge néfaste et dont on ne peut pas se défaire», affirment-ils. Cela s'appelle de la dépendance. Comme pour les cigarettes. Comme pour les drogues. Ainsi, la télévision peut s'apparenter à une drogue douce. Pas dangereuse, mais pas innocente non plus, car certaines

émissions ont sur notre organisme des effets étranges. L'enquête d'Annie Lang, chercheuse à l'Université de l'Indiana, s'appuie sur les électrocardiogrammes d'une quarantaine de sujets et révèle que les images saccadées ont une influence sur le rythme cardiaque. La rapidité du montage produit un réel effet d'excitation sur les gens.

Pour retenir les téléspectateurs devant leur écran, les responsables des programmes font appel à des interruptions subtiles, qui entretiennent un faux suspense. On peut le constater en suivant un épisode de *Top Models*. La tension grimpe régulièrement et, au moment du dénouement de l'action, la caméra coupe sur une autre scène. Les règles du jeu sont simples: il faut à tout prix retenir les téléspectateurs jusqu'à la prochaine pause publicitaire, car l'audimat est essentiel pour faire grimper le coût des spots.

La télévision peut engendrer une douce folie. Mais il faut la



*Top Models, un feuilleton qui accroche les téléspectatrices.*

regarder au moins quatre heures par jour pour devenir une victime potentielle. Heureusement, personne ne songerait à s'infliger pareille punition!

J.-R. P.

» A lire: *Les dangers de l'écran, enfants, famille, société et violence*, René Blind, Michael Pool, Editions Jouvence.

» *Ça m'intéresse*, N° 261, novembre 2002.

## Violence

### Les dangers du petit écran

D'aucuns prétendent que la télévision peut provoquer des dépressions, des suicides ou favoriser les maladies liées à la sénilité. Sans aller aussi loin, on sait aujourd'hui que le petit écran peut avoir des répercussions négatives sur la violence.

Aux Etats-Unis, une étude a démontré que les enfants qui regardent la télé plus de trois heures par jour commettent quatre fois plus d'actes criminels que les consommateurs modérés. Les Anglais ont prouvé que la télé est respon-

sable de l'obésité, car elle prive d'exercices physiques et favorise le grignotage et les repas mal équilibrés. Enfin, un rapport canadien fait état de nombreux cas d'insomnie provoqués par la perturbation des rythmes du sommeil.