

Octobre 2023



Center for  
Prevention Programs  
and Partnerships

# **Atténuer les effets néfastes des contenus visuels violents : Ressource de**



## Atténuer les effets néfastes des contenus visuels violents: Ressources de prévention CP3

À la suite d'un acte de violence ciblée ou de terrorisme, les individus et les communautés peuvent être exposés à des images violentes, à des vidéos et à d'autres contenus perturbants. Ce matériel peut apparaître dans les médias ou être partagé en ligne. Des individus ou des groupes extrémistes violents peuvent partager ce contenu à diverses fins, notamment pour promouvoir ou glorifier la violence.

Des décennies de recherche en psychologie montrent que l'exposition à des médias et à des contenus violents - que ce soit par des enfants ou des adultes - peut avoir des conséquences néfastes.<sup>i</sup> Bien que les individus réagissent différemment au matériel visuel, certaines personnes peuvent ressentir une augmentation du stress, de l'anxiété, de l'inquiétude ou de la peur lorsqu'elles sont exposées à des contenus violents. Par exemple, des études portant sur des personnes ayant regardé les attaques terroristes du 11 septembre en direct à la télévision ont révélé une augmentation des troubles psychologiques et physiques chez ces personnes plusieurs années après l'événement.<sup>ii</sup>

La recherche universitaire suggère que, dans de rares cas, le visionnage de contenus violents peut inciter les individus à tenter de commettre leurs propres attaques violentes. Des études de cas portant sur des délinquants extrémistes violents aux États-Unis montrent que ces personnes ont souvent visionné de grandes quantités de contenus perturbants en ligne, ce qui peut avoir contribué à accélérer leur comportement violent.<sup>iii</sup> Le visionnage du contenu d'attaques violentes réussies peut également encourager les individus à imiter ces actions, comme les personnes qui ont regardé à la télévision des détournements d'avions dans les années 1970 et 1980 et qui ont tenté par la suite de mener des attaques similaires.<sup>iv</sup>

En reconnaissant les conséquences des contenus violents dans les médias et en ligne, les communautés peuvent prendre des mesures proactives pour réduire les dommages potentiels et renforcer la résilience. Cette ressource de prévention fournit des conseils pratiques, fondés sur des preuves, pour aider à protéger les communautés, les familles et les individus, tout en réduisant la probabilité de violence. La violence ciblée et le terrorisme sont souvent évitables - chacun a un rôle à jouer dans la prévention de la violence - et le gouvernement fédéral dispose de [nombreuses ressources](#) pour soutenir les partenaires dans tout le pays.

Il est normal de ressentir toute une gamme d'émotions après un acte de violence ciblée ou de terrorisme. Pour aider les individus à faire face à ces incidents, ainsi qu'aux images et contenus graphiques partagés publiquement par la suite, la Substance Abuse and Mental Health Services Administration propose les [conseils](#) suivants [pour faire face](#) aux événements traumatisants et aux catastrophes:



Tendez la main à vos amis et à votre famille



Faites de l'exercice physique à l'extérieur



Limiter la consommation d'informations et de médias sociaux



Mangez sainement



S'engager dans un service communautaire



Maintenir les routines



Priorité au sommeil



Demandez de l'aide

*EN CAS D'URGENCE, APPELEZ LE 911. Si vous vous inquiétez pour un ami ou un proche, n'attendez pas. Demandez de l'aide à un professionnel.*



## Meilleures pratiques pour atténuer les dommages causés par les contenus violents après un acte de violence et de terrorisme ciblé

Pour les particuliers :	Pour les parents et les personnes qui travaillent avec les jeunes :	For community leaders and mental health professionals, social service providers, local government officials, and law enforcement:
<p>Avant de regarder le journal télévisé ou d'utiliser l'internet, préparez-vous à la possibilité de voir un contenu graphique. L'élément de surprise peut accroître les dommages causés par ce contenu, et une exposition prolongée peut <a href="#">augmenter la probabilité de stress</a> et de traumatisme.</p>	<p><a href="#">Offrez aux</a> jeunes un espace sûr pour parler de ce qui s'est passé d'une manière adaptée à leur âge. Répondez à leurs questions de manière simple, directe et honnête. Rassurez-les et soutenez-les de manière appropriée.</p>	<p>Planifier et se préparer à relever les défis en matière de sécurité publique à la suite d'un acte de violence ciblée ou de terrorisme, y compris une augmentation de la circulation de contenus extrémistes violents et graphiques. Identifier les <a href="#">ressources communautaires</a> qui favorisent la résilience avant qu'un événement violent ne se produise.</p>
<p>La propagande violente peut comprendre des textes ou des images manipulés pour encourager la violence haineuse.</p> <p>Recherchez les faits en vérifiant les sources d'information, en particulier au lendemain d'un incident violent, lorsque les circonstances ne sont pas claires.</p> <p><a href="#">Pour vérifier les faits</a>, enquêtez sur le matériel source et vérifiez les affirmations auprès de sources crédibles telles que les principaux organes d'information.</p>	<p>Les médias peuvent être <a href="#">difficiles à appréhender par les jeunes seuls</a>.</p> <p>Limitez l'exposition de votre enfant à la couverture médiatique et aux discussions dans les médias sociaux, utilisez des mesures de sécurité en ligne adaptées à son âge, limitez l'exposition aux contenus graphiques et développez des compétences saines dans le domaine des médias et en ligne. <sup>v</sup></p>	<p><a href="#">Offrez un soutien supplémentaire</a> aux communautés ou groupes marginalisés qui pourraient être victimes de l'événement.</p> <p>Il peut s'agir d'un renforcement des mesures de sécurité, d'une sensibilisation directe des responsables locaux et d'un accès aux services de santé mentale, aux prestataires de services sociaux et aux ressources éducatives.</p>



<p>Pour <a href="#">faire face aux périodes difficiles</a>, maintenez des habitudes physiques saines, en mangeant bien et en faisant de l'exercice. Investissez dans des activités de bien-être mental, comme la méditation, et dans un soutien en matière de santé mentale, si nécessaire.</p>	<p><a href="#">Prenez le temps de vous éloigner</a> des médias. Éteignez les télévisions, les ordinateurs et les téléphones et passez du temps à vous connecter en tant que famille et communauté.</p>	<p>Reconnaissez que les professionnels peuvent subir un stress élevé ou un traumatisme si leur travail exige une exposition prolongée à des médias violents ou à du matériel graphique en ligne. <a href="#">Prenez des mesures</a> pour préserver votre santé mentale et physique. Tendez la main à vos collègues en cas d'événements stressants pour leur apporter votre soutien.</p>
---	--	---

## Ressources CP3 :

Le Centre pour les programmes de prévention et les collaborations (CP3) du ministère de la sécurité intérieure (DHS) soutient une approche globale de la prévention ciblée de la violence et du terrorisme.

- Engagez-vous avec les [coordinateurs régionaux de prévention \(RPC\)](#) du DHS CP3, qui couvrent les 50 États et territoires, pour aider à établir et à soutenir les efforts de prévention au niveau local. Les RPC aident à dispenser les formations du CP3, à mettre en relation les praticiens de la prévention et à créer des réseaux susceptibles de soutenir les cadres de prévention locaux.
- Trouvez des ressources fédérales pour prévenir la violence ciblée et le terrorisme grâce à l'[outil de recherche de ressources de prévention](#), y compris des ressources communautaires, des possibilités de financement par subvention, des plateformes de partage d'informations et bien plus encore. Entrez en contact avec le [réseau des praticiens de la prévention](#), un réseau national de professionnels interdisciplinaires qui se consacrent à la prévention de la violence ciblée, du terrorisme et de leur impact.
- [Screen Hate](#), une initiative financée par CP3, offre des outils, des informations et des ressources aux parents et aux adultes concernés pour les aider à guider les activités médiatiques et en ligne des adolescents et des jeunes adultes susceptibles d'être exposés à des idéologies haineuses et violentes.

<sup>i</sup> Bender PK, Plante C, Gentile DA. The effects of violent media content on aggression. *Curr Opin Psychol.* 2018 Feb;19:104-108. doi : 10.1016/j.copsyc.2017.04.003. Epub 2017 Apr 12. PMID : 29279205.

<sup>ii</sup> Entretien avec Roxanne Cohen Silver, Ph.D., *Vingt ans après le 11 septembre, qu'avons-nous appris sur le traumatisme collectif ? Avec Roxane Cohen Silver, PhD (apa.org)*

<sup>iii</sup> *L'utilisation des médias sociaux par les extrémistes américains | START.umd.edu*

<sup>iv</sup> *Le terrorisme et les médias | Royal United Services Institute (rusi.org)*

<sup>v</sup> [Healthychildren.org](#)