

L'ADO MITRAILLEUR¹



Ce document
médical est
pratique, il peut
vous aider à
résoudre un
problème familial.

Il n'aime pas qu'on lui fasse remarquer que cela fait trois heures d'horloge qu'il est crispé sur sa console, fasciné par ces images « d'ailleurs », qui peuvent être violentes, et qui défilent inlassablement sur l'écran, à mitrailler sans cesse des silhouettes qui apparaissent au coin des murs, au détour d'un couloir ou derrière des blocs d'un château en ruines. Si ce n'est pas cette poursuite aérienne

et sans fatigue, c'est aux commandes d'un avion de chasse qu'on mitraille « *tout ce qui bouge* », de la tourelle d'un char qu'on pulvérise « *les adversaires* », dans les caves que l'on égorge les méchants, lorsqu'on ne fait pas sauter à la dynamite des forteresses imprenables...! Et c'est tous les jours depuis l'achat de ces logiciels que l'ado va prendre ses trois heures de drogue. Dès qu'il rentre du collège, il s'y précipite pour s'y enfermer avec la même passion. Et les week-ends il faut crier pour le faire sortir de la maison, prendre l'air et marcher en famille dans la campagne environnante.

LES ADULTES SONT-ILS DEVENUS FOUS ? Comment peut-on imaginer que le temps passé à jouer le rôle de mitrailleur justicier, de planeur héroïque, d'égorgeur « *pour la bonne cause* », restera sans conséquences dans l'esprit de nos enfants ? L'adolescence est pour nous tous une période difficile ; nous y sommes tous passés, mais dans d'autres conditions d'encadrement social ! Nous vivons en ce moment un XXI^e Siècle sous la pression impérieuse d'une société marchande, omniprésente dans les foyers d'Europe, du continent Américain, du Japon et même de Chine, avec ses nécessités de rentabilité à tout prix, sa concurrence sauvage, ses licenciements et son chômage. Partout les rapports humains sont américanisés, tendus et gouvernés par l'intérêt personnel, l'acquisition de richesses et l'éblouissement du luxe et du confort ; les « *valeurs humaines* » traditionnelles disparaissent dans le tourbillon des nouveautés technologiques et des nécessités de « *croissance* » ! La publicité omniprésente nous habitue à la « *langue de bois* » et nos politiciens se comportent comme des individus « *aux ordres* », dénués de bienveillance et de tout pouvoir de décision. - Les hommes font leur vie sur les empreintes reçues à l'adolescence, faut-il le répéter ?

DANS LA PEAU D'UN « TERMINATOR ». On peut penser que le jeune qui enfile les habits du héros, « *enrichit son imaginaire* », et se contentera de laisser les schémas de son expérience dans une virtualité bienveillante ; que le caractère outrancier de la transgression fera un barrage suffisant à son intelligence, et qu'il ne sera pas gêné par tout cela lorsqu'il construira sa vision du monde une fois devenu adulte. Oui... ! Voire... ! Ne manquons-nous pas de recul pour donner créance à ce point de vue ? On peut aussi penser qu'il existe en chacun de nous un fond de violence contenu par l'éducation et les nécessités de la vie en société, et que, en quelque sorte, ce « passage à l'acte virtuel » va servir de « *paratonnerre* » à tous ces phénomènes d'explosions de violence que l'on voit tout au long de l'histoire humaine à l'occasion de conflits armés, d'invasions, d'« *épurations* » en tous genres, de troubles sociaux... etc. « *On* » espère peut-être qu'en insérant ces jeunes dans ces pratiques irréelles, oniriques, virtuelles et parfois violentes, « *on* » va créer une génération de « *blasés* », à la sensibilité émoussée, qui feront des citoyens calmes, soumis et responsables ? Voire encore... !

UN SIMULATEUR ÉDUCATIF ? Oui, comme les jeunes pilotes apprennent leur métier sur un simulateur de vol ou de conduite, l'ado mitrailleur apprend à tuer et à détruire. Comme on dit « *ça peut servir* » ! Mais à quoi ? Papa-maman ne connaissent pas le prix qu'ils vont payer pour ces heures de tranquillité pendant lesquelles leur ado court, vole sans fatigue et mitraille tout ce qui bouge sur son écran.

Le but de ce travail est d'aider toute personne de bonne volonté à
retrouver les compétences des
Médecins d'avant le Boom des Maladies Chroniques.

Oscar Glutenberger-2019-2024 - 2025.

UN JEU DE RÔLES INNOCENT ? Il nous semble opportun de demander à nos psychiatres et psychothérapeutes, ce qu'ils attendent pour leurs patients, de ces méthodes de soins. C'est pour libérer une violence contenue qu'ils organisent des séances de « *cris* » (*On connaît le « cri primal » !*), ou de casse d'objets, ou de coups dans des peluches... etc. **et ce n'est pas un jeu de rôles.** Et pour notre ado, il ne s'agit pas non plus de vrais jeux de rôles, de rôles de théâtre joués par des patients-acteurs mis en situation à visée thérapeutique. Les thérapies comportementales font appel à l'interactivité, pour plonger le patient dans le rôle qu'il devrait assumer sans angoisse ni stress. Or l'ado mitrailleur d'aujourd'hui se réfugie encore et encore, avec délices, dans sa situation de voyeur-intervenant-extérieur, derrière les quatre boutons de commande de sa console ; il répète inlassablement les mêmes gestes parfois violents ; il connaît par cœur les moindres recoins de son logiciel. C'est son monde d'évasion, le monde dans lequel il est important car c'est lui qui commande et mitraille. Jamais de toute sa vie, il n'oubliera ces situations virtuelles tellement répétées.

L'INTELLIGENCE SE CONSTRUIT. Pour construire son intelligence, chacun a besoin d'informations vraies et d'expériences vécues, bien sûr ! Il faut intervenir, découvrir, interagir avec les objets du réel, et aussi jongler avec des concepts, s'essayer, fabriquer, s'exercer, se déplacer, lire beaucoup... etc. Le facteur que l'on oublie le plus souvent dans ce domaine, c'est le sommeil, le repos, la rêverie, le silence et l'énergie. Le temps passé sans bouger devant les écrans ruine la santé du corps, perturbe et raccourcit le sommeil, occupe l'imaginaire et dévore l'énergie en pure perte, car « *le bénéfice* » d'apprentissage est très mince.

LE PLAISIR SOLITAIRE. Commander et mitriller l'écran donne goût à la solitude, à l'enfermement récompensé par la dopamine. Conscients de cela les parents peuvent intervenir. - Expliquer longuement à cet enfant charmant qu'il doit limiter l'usage de la console ou y renoncer pour son avenir semble une entreprise utile, certes, mais peu rentable car vouée à l'échec ; pourquoi renoncerait-il à son jardin secret qui lui donne tant de plaisir à l'écart de la famille ? Et si papa-maman lui ont offert le logiciel, c'est que « *c'est bon pour lui* », et qu'il « *a le droit de l'utiliser* » ! Logique !

ALORS QUE FAIRE POUR LUI ? Si papa-maman coupe l'accès au logiciel si imprudemment offert à l'enfant, l'ado ressentira une injustice incompréhensible, et n'aura de cesse d'aller chez un copain s'enfermer pour ses trois heures de drogue.

- Considérer que tout drogué (*Ah, le mot terrible !*) est d'abord quelqu'un dont la santé est touchée et l'énergie amoindrie, nous semble un meilleur point de vue. Remplacer les céréales+chocolat au lait+jus de fruits du matin (*Tellement américain, tellement vite fait et tellement catastrophique pour la santé !*) par un verre d'eau, puis des fruits de saison et de tradition, puis du fromage et/ou un peu de poulet de la veille et/ou du saucisson et/ou de la soupe de légumes avant d'aborder le sucré serait déjà un bon début. On rajoute à cela des cures de vitamine C et d'huile de foie de morue, et on tient le bon chemin contre l'addiction.

- Charger son programme d'activités sportives en groupe, l'inscrire aux Scouts comme font beaucoup de parents d'ados, les accompagner à des spectacles éducatifs, leur mettre de bons livres dans les mains, des auteurs bienveillants et « *classiques* », choisir pour lui de « *bons copains* », prévoir des voyages, dialoguer si vous pouvez lui accorder ce temps, l'ouvrir à sa culture française, très menacée aujourd'hui et lui faire visiter des parcs d'attractions dans la mesure du possible complète le tableau. Donnez-lui des raisons d'être simplement fier de ce qu'il fait, de ce qu'il est, de sa famille et de son pays ; parlez lui de ce que votre vie vous a appris ; transmettez vos savoirs sur le monde et vos valeurs.

- Avez-vous pensé à la musique classique, piano, violon, ...(*écoutez-en chez vous...!*), à la peinture, au dessin, à l'architecture, à l'histoire, à la littérature, au chant ? C'est l'âge des passions et de la formation du goût ! Et les chansons de tradition française ? Et l'instruction religieuse ? (*S'occuper de religion c'est s'occuper de l'ancrage de la vie !*)

Parents d'ados modernes, notre compassion vous est acquise.