

Et si les écrans
nous soignaient ?

DU MÊME AUTEUR

Les écrans, ça rend accro...

Hachette Littérature, 2007

L'enfant au risque du virtuel

(avec Serge Tisseron et Sylvain Missonnier)

Dunod, 2006

Michael Stora

Et si les écrans nous soignaient ?

Psychanalyse des jeux vidéo
et autres plaisirs numériques

érès
éditions

Conception de la couverture :
Anne Hébert

Première édition :
Guérir par le virtuel. Une nouvelle approche thérapeutique,
Presses de la Renaissance, 2005

Version PDF © Éditions érès 2018
CF - ISBN PDF : 978-2-7492-5840-9
Première édition © Éditions érès 2018
33, avenue Marcel-Dassault, 31500 Toulouse, France
www.editions-eres.com

Aux termes du Code de la propriété intellectuelle, toute reproduction ou représentation, intégrale ou partielle de la présente publication, faite par quelque procédé que ce soit (reprographie, microfilmage, scannérisation, numérisation...) sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles L. 335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle. L'autorisation d'effectuer des reproductions par reprographie doit être obtenue auprès du Centre français d'exploitation du droit de copie (CFC), 20, rue des Grands-Augustins, 75006 Paris, tél. : 01 44 07 47 70 / Fax : 01 46 34 67 19

Table des matières

Introduction.....	7
1. Des illusions nécessaires, ou comment je suis devenu analyste d'images... ..	11
2. Héros en salle d'attente... ou comment nous sommes pris au piège des images !.....	27
3. Une société du « tout montrer et tout dire ».....	47
4. Des premières interactions au geste ludo-interactif.....	65
5. Le bal masqué du <i>chat</i> et du blog.....	81
6. L'addiction aux jeux vidéo ou comment tenir le monde dans son poing fermé.....	101
7. Comment transformer le monstre en outil thérapeutique ?.....	121

8. Violence, sexe et mort.....	145
9. Visions futuristes.....	163
Conclusion.....	175
Index des jeux vidéo.....	191

Introduction

Ce livre a pour vocation de questionner notre rapport aux images. En tant qu'enfant biberonné aux images télévisées, je souhaitais vous faire part de mes réflexions sur le bouleversement lié à l'apparition des images interactives et plus globalement des nouveaux lieux et liens que nous propose Internet.

Aimant les images d'un amour passionnel et exigeant, je crois qu'il est important de contribuer à une politique de légitimation des images numériques dans le domaine de la culture. Ma motivation est simple. D'après François-Xavier Hussherr, directeur du département Internet et nouveaux médias de Médiamétrie, « la France bascule dans l'ère du numérique ; une page d'histoire se tourne ». Cette culture ne pouvant plus être ignorée, mieux vaut se familiariser avec ses codes, ses habitudes et son langage, plutôt que de s'installer dans un comportement de mauvais

joueur qui ne cherche pas à en comprendre les règles ou qui refuse de participer.

Depuis que chaque foyer français possède un téléviseur, les images sont devenues un repère incontournable. Parce que le monde des images est un monde de mise en scène, souvent idéalisé, y occuper une position active de sujet libre dans ses choix me semble donc nécessaire. Les nouvelles images peuvent aussi nous aider à retrouver le sens du « comme si », du « faire semblant », qui caractérisent les jeux de l'enfance. Armés de bâtons, nous pourchassions des dragons pour faire quelque chose de nos frustrations, de nos incomplétudes. Par les jeux en images, nous devenons ces enfants en quête de victoire, nous trouvons le moyen d'être un peu moins des « héros en salle d'attente », tout en sachant, bien sûr, que la récréation ne dure pas.

J'évoque en premier lieu ma relation aux images, de la nurse cathodique au doudou numérique, car, comme bon nombre de chercheurs, je suis mon premier cobaye. Cela me conduit à réfléchir sur les incidences des images dans la vie personnelle et sociale de chacun. Ensuite, de ma place de psychanalyste, je montre que le virtuel, en particulier à travers les jeux vidéo, permet une nouvelle approche thérapeutique.

Ce livre n'a donc pas pour vocation d'aider le lecteur à trouver des réponses toutes faites sur les dangers et les bienfaits des nouvelles technologies de l'image. Son objectif est de conduire le

lecteur à se poser avec nous de bonnes questions sur les fantasmes sous-jacents que révèlent toutes ces images que l'on peut en quelque sorte toucher du bout des doigts grâce aux souris d'ordinateur et autres manettes de consoles de jeu vidéo. Les informaticiens qui les ont inventées ignoraient qu'ils révolutionneraient notre rapport intime à nous-même et aux autres.

1

Des illusions nécessaires, ou comment je suis devenu analyste d'images...

Durant toute mon enfance, j'ai été biberonné aux images par une mère téléphage. Mes parents avaient émigré aux États-Unis quand j'avais 11 mois. Mon père travaillait beaucoup et ma mère, qui était une intellectuelle, n'avait pas trouvé d'emploi dans la banlieue de Seattle où nous vivions. Amoureuse des images, elle regardait beaucoup la télévision pour échapper à son désœuvrement, à sa dépression. Comme tout bébé, je regardais ma mère, et je me demandais sûrement quelle était cette surface lumineuse qui retenait son regard, qui la rendait heureuse et la sortait de son marasme.

Très vite, l'image télévisée est devenue pour moi un objet d'amour, un objet tiers, qui m'a permis de sortir de cette relation dépourvue de regard sur moi. Nous regardions dans la même direction l'image qui nous animait, qui nous réanimait. Le bébé que j'étais faisait des allers-retours entre l'image et le regard de sa mère, cette mère qui ne me regardait pas, mais qui regardait l'image. Quand j'ai voulu, beaucoup plus tard, faire du cinéma, j'ai certainement eu le souci de réaliser des images pour les offrir en cadeau à ma mère, afin qu'elle se sente bien et qu'elle porte son regard sur moi, à travers elles.

À l'époque, ma mère regardait donc la télévision américaine. Quand je revois aujourd'hui les émissions américaines des années 1966-1967, elles me font l'effet de la madeleine de Proust. Je me replonge dans des sensations très fortes. D'ailleurs, le premier mot que j'ai prononcé est « Batman », à cause de la série qui passait alors à la télévision. Je n'ai pas dit d'abord « papa » ou « maman », mais « Batman ». Il paraît que je le répétais sans arrêt.

Nous sommes revenus en France quand j'avais un peu plus de 3 ans et j'ai continué à regarder la télévision. Vers l'âge de 8 ou 9 ans, j'accompagnais ma mère au ciné-club. Le jeudi, nous allions à l'Olympic-Entrepôt voir de vieux films. Nous choissions systématiquement des films américains qui « faisaient pleurer ». Rituellement, ma mère sortait un paquet de mouchoirs pour essuyer nos larmes. *La vie est belle* de Capra, qui a été réalisé en pleine

crise économique, dans une période noire, était le type même des films qui nous plaisaient. Encore maintenant, lorsque je discute avec ma mère au téléphone, nous parlons « images », comme si c'était toujours le seul moyen que nous ayons à notre disposition pour nous dire « je t'aime ».

En plus de la télévision que je regardais beaucoup, je me suis créé, pendant mon enfance et ma jeunesse, un monde imaginaire pour ne pas m'ennuyer. Comme je suis enfant unique, c'était une véritable nécessité pour moi. Pour mes 13 ans, on m'a offert une caméra et j'ai commencé à réaliser de petits films. Je ne filmais jamais des personnages vivants, mais des jouets que j'animais. Je racontais des histoires avec eux. J'avais ainsi inventé un capitaine Grant à qui il arrivait plein d'aventures. J'utilisais le système « image par image » pour réaliser mes animations. Je me suis donc trouvé très vite du côté actif de l'image. Montrer mes images à ma mère était devenu un moyen pour qu'elle me voie enfin !

Ma mère était rescapée de la Shoah, la seule survivante de toute sa famille. Les images avaient pour elle une fonction thérapeutique, tout comme l'humour. Je raconte d'ailleurs volontiers que j'ai été élevé par une spécialiste de l'humour, ma mère, et un spécialiste du stress, mon père¹. Ma mère

1. J. Stora-Sandor est l'auteur du livre *L'humour juif dans la littérature de Job à Woody Allen*, Paris, Puf, 1984. J.-B. Stora est l'auteur du « Que sais-je ? », *Le stress*, Paris, Puf, 2010.

ne parlait jamais de sa famille, ni de ce qu'elle avait vécu. C'est devant son refus de regarder la série *Holocauste* que j'ai ressenti l'horreur de cette histoire qu'elle ne voulait pas raconter. Encore une fois, les images ont servi de révélateur entre nous.

Je n'avais pas inventé le capitaine Grant par hasard. Ce personnage représentait certainement plus qu'un héros américain ; c'était un véritable sauveur. Comme beaucoup, mes parents étaient d'ailleurs partis pour les États-Unis avec cette idée que ce pays constituait une forme de paradis. Ils y avaient cru très fort. Malheureusement, le décalage s'est avéré énorme entre le rêve américain de mes parents émigrés et la réalité. C'est sans doute pour cette raison que je n'ai pas supporté le film de Jarmusch, *Stranger Than Paradise*. Tourné en noir et blanc, il montrait les États-Unis tels qu'ils étaient : un lieu vide, mort, de déprime. J'ai d'autant plus rejeté ce film qu'il mettait en scène une Hongroise. Ce sont ces États-Unis que ma mère, hongroise comme l'héroïne de Jarmusch, avait connus. L'envers du décor montré par Jarmusch était trop semblable à la réalité sordide. Mon père, qui avait vécu sa jeunesse en Algérie, était lui aussi imprégné d'une culture cinématographique de l'*entertainment*, à travers les figures héroïques des grandes comédies musicales arabes et des films américains. Nous ne demandions que cela aux images : distraction et évasion.

Face à ces illusions nécessaires dans lesquelles j'ai constamment baigné pour échapper à la

réalité, l'école de cinéma dans laquelle je me suis inscrit plus tard a été une école de désillusion nécessaire ! J'ai été très marqué par un professeur, Ignacio Ramonet, qui nous avait dit : « Maintenant que vous suivez mon cours, vous ne verrez plus un seul film comme avant ! » Il avait profondément raison.

En apprenant à analyser des films, à comprendre par exemple comment l'image fait d'une femme une star, je suis passé du « j'aime » ou « j'aime pas » propre à l'adolescence, à un regard plus distancié sur le cinéma. Excepté Truffaut, je n'aimais pas du tout le cinéma de la « nouvelle vague ». Tous les films qui montraient ce que nous étions vraiment, ceux de Doillon comme ceux de Godard, ne me plaisaient guère. Pour moi, le cinéma, cela devait être l'évasion ! Je pense que j'ai été recalé à la Fémis² parce que j'avais encensé le film de Spielberg, *Rencontres du troisième type*. À l'époque, *Les cahiers du cinéma* ne s'intéressaient pas du tout aux films américains. La désillusion apportée par le travail d'analyse de films ne m'avait pas enlevé le plaisir des illusions nécessaires. J'étais convaincu que le cinéma était un lieu d'idéalisation et je ne méprisais pas la dimension spectacle d'un film comme *Autant en emporte le vent*.

2. Cette école remplace l'IDHEC, Institut des hautes études cinématographiques, en 1984.

Un critique de cinéma a dit : « Le cinéma français, c'est le cul et la tête. Il lui manque un organe entre les deux : le cœur. » Je me retrouve bien dans cette approche. J'ai toujours été frappé de constater ce mépris si français du sentiment. Faut-il culpabiliser d'éprouver du plaisir dans l'évasion et l'émotion ? Comme je m'intéressais à la mise en scène de l'implicite, mon cinéaste préféré était Fellini. Son incroyable capacité à représenter nos fantasmes, particulièrement dans *Amarcord*, me plaisait beaucoup.

Cependant, j'ai mûri dans mon école de cinéma en apprenant que je n'étais pas que spectateur. Je devais réfléchir à ce que je faisais, apprendre à écrire un scénario, m'intéresser à l'histoire du cinéma pour situer les images dans un contexte... Ce fut une épreuve bénéfique, mais aussi difficile. Je suis devenu assistant-régie sur des films publicitaires : je faisais donc tout, sauf du cinéma ! Régulièrement, j'envoyais un scénario au Centre national du cinéma pour obtenir une aide au court-métrage. Sans jamais aucun succès ! C'est pourquoi je dis en plaisantant que, pour réussir dans le cinéma, il faut venir de province, être un jeune sans le sou qui a vraiment très faim, et donc être prêt à tout. Mes parents me soutenant financièrement, je manquais donc de l'autonomie et de la volonté nécessaires, et je n'étais pas prêt à tout pour percer.

Le premier scénario de court-métrage met en scène un enfant qui ne peut pas parler à ses

parents autrement que par télévision interposée. Mon personnage devenait autiste après être allé, pour la première fois, seul au cinéma. Bien que je ne sois pas devenu autiste, c'est exactement ce que j'ai vécu avec mes parents, et je me souviens comme si c'était hier du premier film que j'ai vu seul au cinéma, *Le magicien d'Oz*, mon conte de fées personnel.

Même si je gagnais très bien ma vie à cette époque, j'ai accumulé des échecs professionnels et sentimentaux. À 23 ans, j'ai entamé une psychothérapie analytique pour m'en sortir. C'est dans la psychanalyse que j'ai retrouvé les jouissances de l'enfant qui fait des liens, le plaisir très narcissique de la toute-puissance de ma propre pensée. Quel changement avec ma vie professionnelle remplie de frustrations ! En découvrant certains aspects de mon histoire, je me suis mis à remporter des victoires sur le divan.

Quelque temps plus tard, j'ai pris la décision de quitter mon emploi d'assistant-régie et d'abandonner mes projets de films. Une expérience douloureuse m'y a conduit sans hésitation. J'avais envoyé au CNC un court-métrage auquel je tenais beaucoup. Il était tiré d'une nouvelle hongroise, *Sept heures du matin*, de Karinty, que ma mère me racontait quand j'étais enfant. J'étais parvenu à en dénicher le texte et à le faire traduire en français ; j'avais même trouvé un producteur enthousiaste. Mais le CNC m'a accusé de plagier la bande dessinée *Little Nemo*. J'ai eu un sentiment terrible d'injustice, car

la nouvelle en question était antérieure de quelques années à *Little Nemo* et, bien sûr, mettre en scène un enfant qui rêve, comme je l'avais fait, a quelque chose de complètement intemporel.

J'ai quitté le cinéma à ce moment-là, tout en restant dans l'incapacité d'en faire véritablement le deuil. Après la première guerre du Golfe, la situation économique y poussait : sur les quatre maisons de production pour lesquelles je travaillais, trois ont fait faillite. J'ai quitté le cinéma, mais les images, elles, ne m'ont pas quitté. Je me suis alors lancé dans des études de psychologie et j'ai réalisé un documentaire en guise de mémoire de maîtrise. Je prenais ainsi un nouveau risque : celui de ne pas être un artiste des images, mais un analyste des images. On peut difficilement faire les deux à la fois. En devenant un théoricien du cinéma, Godard s'y est essayé, au risque de réaliser des films ennuyeux !

Un stage dans un centre d'accueil thérapeutique à temps partiel (CATTP) a été déterminant pour moi. J'y animais un atelier de cinéma pour des adultes psychotiques. J'ai été très marqué par cette expérience. Je n'avais pas peur des fous. Ne les connaissant pas personnellement, j'étais continuellement surpris par leur richesse humaine : ils exprimaient tout haut ce que nous ne voulions surtout pas dire. Et ils avaient souvent raison ! J'ai tenu cet atelier avec passion pendant sept années. Sept années qui m'ont permis de découvrir l'aspect thérapeutique de l'image, aussi bien pour

eux que pour moi, d'ailleurs ! Ensemble, nous avons écrit un long-métrage, *Le bal des yoyos*. Le film racontait comment un jeune homme naïf se retrouvait, de manière hasardeuse, interné en psychiatrie et comment il découvrait la complexité humaine grâce aux fous : l'autre semblable est plus un semblable qu'un autre !

S'inscrire dans un projet est difficile pour un psychotique. Une bonne partie du travail consistait donc à leur faire acquérir de la suite dans les idées, dans le respect d'un cadre imparti. L'expérience partagée pendant ce temps d'élaboration du film a été passionnante. Mais regarder le film une fois réalisé ne les intéressait pas. Très peu sont venus à la projection : ils ne voulaient pas « voir » la fin de ce projet, car les psychotiques ont une problématique de séparation très forte.

Le projet d'un nouvel hôpital dans le 18^e arrondissement de Paris, dont nous étions certains qu'il s'agirait d'un hôpital psychiatrique, m'avait conduit à sortir dans la rue, muni d'une caméra, avec les patients psychotiques. Ils interviewaient les commerçants en se faisant passer pour une équipe de télévision : « Madame, un hôpital psychiatrique à côté de chez vous, vous en penseriez quoi ? » Les réponses pleuvaient, parfois d'une violence inouïe. Elles traduisaient le plus souvent l'image des fous telle qu'on la véhiculait au XIX^e siècle, alors que, de nos jours, les traitements psychotropes ont modifié leurs comportements. Du coup, celui qui interviewait répliquait :

« Cela fait trente ans que je suis en psychiatrie. Est-ce que je vous fais peur ? » La caméra permet ce travail de désillusion nécessaire, mais constitutif pour les personnes qui souffrent tant de l'image qu'elles renvoient aux autres.

Malheureusement ou heureusement pour moi, je n'ai pas pu poursuivre mon activité dans ce centre thérapeutique. Je m'étais penché sur un sujet complètement tabou que les patients souhaitaient vraiment aborder : celui de la sexualité en psychiatrie. Cela n'a pas plu au directeur du centre, et j'ai dû quitter mon emploi.

Cette expérience a été fondamentale pour ce que j'ai entrepris ultérieurement. Cette double immersion dans la psychanalyse et dans les images ne m'a plus quitté. Et je porte en moi la même question que celle qui m'habitait à l'époque : comment changer l'image des fous en faisant des images ?

Comme les psychanalystes cinéastes étaient alors peu nombreux, j'ai reçu pour un documentaire, *Visite à domicile : entre non-assistance à personne en danger et violation de domicile ?*, le prix spécial du jury au Festival des films en santé mentale de Lorquin, en 1990. La plupart de ces films étaient alors réalisés par des infirmiers ou des éducateurs qui ne maîtrisaient pas pleinement la technique. On a donc continué par la suite à me passer des commandes. Il avait fallu que je quitte le milieu du cinéma pour pouvoir enfin réaliser des films.

Table des matières

Introduction.....	7
1. Des illusions nécessaires, ou comment je suis devenu analyste d'images... ..	11
2. Héros en salle d'attente... ou comment nous sommes pris au piège des images !.....	27
3. Une société du « tout montrer et tout dire ».....	47
4. Des premières interactions au geste ludo-interactif.....	65
5. Le bal masqué du <i>chat</i> et du blog.....	81
6. L'addiction aux jeux vidéo ou comment tenir le monde dans son poing fermé.....	101
7. Comment transformer le monstre en outil thérapeutique ?.....	121

8. Violence, sexe et mort.....	145
9. Visions futuristes.....	163
Conclusion.....	175
Index des jeux vidéo.....	191