

Tablette, smartphone, console, télé, ordi...

Faut-il les interdire aux enfants ?

À l'heure du tout-numérique, difficile d'échapper aux écrans, que ce soit au travail, à l'école, à la maison ou même dans l'espace public. Or la question de la toxicité de cette technologie ressurgit régulièrement - troubles de l'attention, du sommeil, du développement ou du comportement, risque d'obésité... -, sans que les études apportent des réponses fiables et tranchées en la matière. La dangerosité supposée de certains contenus accessibles aux mineurs est quant à elle souvent mise en cause. En tant que parent, il n'est donc pas simple de savoir quelle attitude adopter face aux usages qu'enfants et adolescents développent autour de ces outils pratiques. Le 9 avril dernier, l'Académie des sciences, l'Académie nationale de médecine et l'Académie des technologies publiaient un Appel à une vigilance raisonnée sur les technologies numériques, assorti de nombreuses recommandations. Un texte qui fait suite à l'avis publié en 2013 par la seule Académie des sciences. Mais ces lignes directrices sont-elles utiles ? suffisantes ? irréalistes ? Ne faudrait-il pas plutôt interdire complètement ces nouvelles technologies aux enfants ? Un débat éclairé par l'épidémiologiste Jonathan Bernard, l'anthropologue des usages numériques Pascal Plantard et la spécialiste des sciences de l'information et de la communication Sophie Jehel.

Propos recueillis par Annie Metais

Académie des sciences, Académie nationale de médecine, Académie des technologies, *L'enfant, l'adolescent, la famille et les écrans. Appel à une vigilance raisonnée sur les technologies numériques*. Paris, 9 avril 2019

Académie des sciences, *L'enfant et les écrans*. Paris, Le Pommier, janvier 2013

Jonathan Bernard

épidémiologiste au Centre de recherche en épidémiologie et statistiques (CRESS, unité 1153 Inserm) à Paris



© Moira Khaw

NON, MAIS...

Interdire les écrans n'est pas réaliste tant ils sont omniprésents, et ils donnent accès à des programmes ludiques ou culturels. Il faut cependant rester vigilants sur

la durée d'exposition et les contenus visionnés. Avant 2-3 ans, les interactions sociales avec les parents sont nécessaires pour apprendre à déchiffrer les émotions sur un visage et découvrir le monde en 3D. Les outils numériques ne sont alors pas plus profitables qu'un roman pour qui ne sait lire. Cela dit, une étude menée sur la cohorte Elfe¹ montre qu'en France seuls 10% des moins de 2 ans sont très exposés aux écrans (souvent la télé). Un chiffre qui repose sur le temps déclaré par les parents car il est difficile de mettre en place des outils de mesure sur une population de cette ampleur. Il n'y a par ailleurs pas de consensus sur la durée au-delà de laquelle l'exposition serait problématique. En revanche, il en existe un sur les conséquences néfastes après l'âge d'entrée à l'école : **les écrans augmentent le surpoids en raison de la sédentarité qu'ils occasionnent et diminuent la durée et la qualité du sommeil du fait d'un coucher plus tardif et peut-être de la lumière bleue qu'ils émettent, même si les mécanismes ne sont pas complètement élucidés.** Les effets sur la cognition et le langage sont en revanche plus incertains : difficile, pour des raisons méthodologiques, de savoir si les troubles préexistent à, ou résultent de, l'exposition aux écrans. Une chose est sûre cependant, le temps passé devant ces interfaces est pris sur d'autres activités, qui pourraient être plus bénéfiques. La question des contenus, enfin, est la plus délicate à maîtriser. Le danger réside en effet dans la passivité face aux images qui défilent sans arrêt et que l'enfant, captivé, intègre sans se poser de questions. Le rôle des parents est ici primordial : ils doivent pouvoir expliquer ce qui se joue devant leurs enfants, comme ils le feraient en leur lisant une histoire.

¹ **Elfe**. Cette cohorte rassemble plus de 18 000 enfants nés entre avril et décembre 2011 dans 344 maternités tirées au sort en France métropolitaine.

Pascal Plantard

anthropologue au Centre de recherche sur l'éducation, les apprentissages et la didactique (CREAD, EA 3875, Université de Rennes 2) à Rennes et co-directeur du GIS M@rsouin



© P. Plantard

Sophie Jehel

chercheuse au Centre d'étude sur les médias, les technologies et l'internationalisation (CEMTI, EA 3388, Université Paris 8, associée au CARISM) à Saint-Denis



© Alain Saey

NON

L'usage des technologies numériques ne va pas de soi chez les jeunes, dont les pratiques sont tout à fait inégalitaires selon les groupes sociaux. D'après une

enquête de 2012, les lycéens du centre de Rennes utilisaient ainsi Facebook pour toutes leurs activités (loisirs, études...), plusieurs heures par jour, tandis que ceux inscrits en bac pro dans des établissements de la périphérie avaient des usages restreints aux sorties du week-end. Autre fait intéressant : **les résultats scolaires souffrent d'une très forte consommation d'écrans, mais aussi, à l'inverse, d'une connexion quotidienne à internet nulle ou faible.** Plus surprenant, ils s'améliorent avec les usages récréatifs (jeux en réseau). Malgré ces constats, l'irruption massive de jeux de type *battle royale* (jeux de survie et de tirs) en ligne dans les familles et les cours de récréation inquiète parfois. Ciblés sur les enfants et pré-adolescents, ils s'appuient sur les recettes à succès de jeux similaires, des réseaux sociaux numériques et des plateformes de vidéos à la demande. Des études auprès de joueurs d'âge mineur révèlent ainsi deux processus : la puissance addictive de ces jeux, qui pousse à les pratiquer plusieurs heures par jour, et l'envahissement de leur univers dans les conversations, avec un usage intensif d'attitudes mais aussi d'un vocabulaire spécifique incompréhensible pour les adultes. Difficile à ce stade de savoir si ce phénomène aura des aspects positifs sur l'éducation et les apprentissages des jeunes. Il capte toutefois indéniablement une partie très importante de l'attention, du temps et des imaginaires des joueurs. Interdire n'est cependant ni prévenir, ni guérir : c'est par l'éducation que tous – enfants, parents, éducateurs en particulier – s'approprient les technologies numériques et découvriront des usages autonomes et émancipateurs.

↳ P. Plantard. *L'imaginaire numérique dans l'éducation*. Paris, Manucius, 2015

↳ A. Grimault-Leprince. *Terminal*, 2017, 121 ; <https://journals.openedition.org/terminal/1700>

NON, MAIS...

La question se pose très différemment selon les âges. Pour les tout-petits, l'utilisation intense des écrans répond souvent à des difficultés sociales : mère

isolée, famille nombreuse, faible accès à des jardins surveillés... Les parents des milieux populaires se méfient également moins de ces usages, qu'ils associent au progrès et à un horizon de mobilité sociale. Pour les adolescents, la connexion aux plateformes numériques entraîne une surexposition aux images violentes, sexuelles et haineuses, qui provoquent chez eux d'intenses émotions, auxquelles s'ajoutent celles qu'ils expriment (ou non) en réaction sur lesdites plateformes. Face à ces images, qui donnent une piètre vision des filles, certains adhèrent aux messages véhiculés, de façon plus ou moins profonde, mais d'autres développent parfois des discours intégristes. **La régulation des contenus véhiculés par les plateformes est donc une urgence, ainsi que l'éducation aux médias et à l'information pour favoriser des postures autonomes face aux images.**

Une autonomie facilitée, quel que soit le milieu social, par la mise à distance des écrans dans l'enfance, l'aisance dans la verbalisation, le dialogue confiant avec un parent ou dans la fratrie, la compréhension du fonctionnement des plateformes et la propension à l'empathie. L'appel récent des trois académies renvoie l'essentiel de la responsabilité des pratiques numériques sur les parents et les jeunes eux-mêmes. Les chercheurs doivent au contraire rappeler que l'infiltration des plateformes dans nos vies renforce la responsabilité sociale des acteurs économiques et des pouvoirs publics : dans l'imposition de normes pour permettre un choix effectif des contenus reçus sur les réseaux sociaux, la protection des données personnelles et le contrôle parental des plus jeunes, mais aussi l'éducation à une sexualité respectueuse de l'égalité femmes-hommes.

↳ S. Jehel. *Les cultures médiatiques de l'enfance et de la petite enfance*, septembre 2018, 59-78 ; <http://jeunesetmedia.wixsite.com/jeunesetmedias>

↳ S. Jehel. *Terminal*, 2018, 123 ; <http://journals.openedition.org/terminal/3226>