



LE FAIT DU JOUR

«Apprendre à l'enfant à se servir des écrans et à s'en passer»





■ Serge Tisseron, psychiatre et membre de l'Académie des technologies, est aujourd'hui à Angoulême pour parler des dangers des écrans pour les enfants ■ Il donne un certain nombre de conseils aux parents face à un vrai problème de santé publique.

Anne KERJEAN
a.kerjean@charentelibre.fr

Prise de poids, retard de langage, déficit d'attention, problèmes de motricité fine ou globale, de notion de temps, difficultés scolaires, troubles du comportement, de la mémoire. Non maîtrisée, l'utilisation des écrans peut s'avérer dangereuse pour les enfants nés avec internet et une tablette entre les mains. Serge Tisseron, psychiatre et auteur notamment de «3-6-9-12, ap-

privoiser les écrans et grandir» (aux éditions Erès), sera au Cinéma de la Cité ce soir à partir de 18h30 pour évoquer ces écrans devenus de vrais problèmes de santé publique. Également chercheur et membre de l'Académie des technologies, Serge Tisseron a été le premier à tirer le signal d'alarme, dès 1995, à une époque où «*la question n'intéressait personne*». Aujourd'hui, les écrans de toutes sortes ont envahi les maisons et «*de plus en plus de pédagogues et de parents s'inquiètent*».

Vous avez été l'un des premiers à pointer du doigt le numérique et les écrans pour les enfants. Comment en êtes-vous arrivé à penser qu'ils représentaient des dangers pour eux ?

Serge Tisseron. Le bébé a d'abord besoin de construire ses repères spatialisés et temporels. Or les écrans ne peuvent pas y contribuer: le bébé est immobile devant eux, il ne fait qu'écouter et regarder, et aucun de ses autres sens n'est sollicité. Il est ainsi invité à construire une représentation de lui-même comme un spectateur du monde auquel il arrive des choses, et pas comme un acteur qui fait arriver des choses. Des travaux nord-américains ont en outre montré que la consommation de télévision à l'âge de 2 ans affecte durablement les capacités d'attention et de concentration, y compris plusieurs années plus tard, avec des conséquences évidentes sur les performances scolaires.

Aucun parent n'installerait un saladier de crème au chocolat sur



”

Il faut choisir leurs programmes avec les plus jeunes, introduire des temps d'écran partagés en famille et parler avec eux de ce qu'ils voient et font avec les écrans.

la table du salon en laissant la possibilité à son bébé de se servir quand il en a envie. Et pourtant c'est exactement cela qui se passe aujourd'hui avec les écrans, notamment quand ils sont installés dans la chambre de l'enfant!

La situation est-elle aujourd'hui inquiétante en France?

Elle l'est dans tous les pays dans lesquels les outils technologiques envahissent le marché sans que les parents ne soient informés des précautions à respecter. C'est pourquoi j'ai proposé les balises 3/6/9/12, calés sur 3 ans, 6 ans, 9 ans et 12 ans.

Elles donnent à chaque fois des conseils précis en lien avec les connaissances scientifiques actuelles, de façon à permettre à l'enfant d'apprendre en même temps à se servir des écrans et à s'en passer.

Est-ce une addiction au même titre qu'une drogue? Comment s'en sortir?

Le mot d'addiction n'est plus retenu aujourd'hui pour les écrans. Bien sûr, ils constituent un problème de santé publique, mais il n'existe pas de syndrome de sevrage comme dans une addiction

à une substance toxique. Il est donc possible aux parents de supprimer à un enfant ses outils numériques sans provoquer chez lui de troubles physiologiques. Et il n'existe pas non plus de risque de rechute. Cela signifie qu'il est possible de réintroduire ces outils de façon raisonnable. Interdisons toujours leur usage à table, le matin avant l'école, et le soir avant le coucher.

Faut-il interdire totalement les écrans aux enfants? Est-ce souhaitable?

Réduire le temps d'écran est important pour que l'enfant prenne le temps pour d'autres activités. Mais ce qu'il y fait compte tout autant. C'est pourquoi il est important de choisir leurs programmes avec les plus jeunes, d'introduire des temps d'écran partagés en famille et de parler avec eux, à tout âge, de ce qu'ils voient et font avec les écrans. Cela leur permet de passer de l'intelligence visuo-spatiale mobilisée devant les écrans à l'intelligence narrative mobilisée lorsqu'on en parle.

Les écrans peuvent aussi être utiles ou permettre le développement de la créativité des enfants?

Oui, si l'enfant est accompagné et encouragé. Sinon, il tourne vite en rond. À partir de 6 ans, un appareil photographique est un formidable outil créatif, et permet de lui expliquer le droit à l'intimité et le droit à l'image.

Un dernier conseil aux parents?

Prendre le repas du soir ensemble, sans télévision, sans téléphone mobile ni tablette tactile, constitue le meilleur indicateur de la réussite scolaire et de l'intégration sociale future d'un enfant.

«Les enfants et les écrans», ce soir de 18h30 à 20h30 au Cinéma de la Cité à Angoulême.

5 conférences au programme

GrandAngoulême et le Pôle image Magelis organisent un cycle de conférences intitulé «Le besoin de créativité chez l'enfant», en partenariat avec la Cité internationale de la bande dessinée et le Centre européen des produits de l'enfant.

La première conférence a lieu ce mardi soir de 18h30 à 20h au Cinéma de la Cité avec Serge Tisseron (Repro CL), psychiatre, membre de l'Académie des technologies, auteur de nombreux ouvrages dont «3-6-9-12, apprivoiser les écrans et grandir» (Ed. Éres).

La librairie MCL sera présente à l'issue de la conférence et proposera à la vente un choix de livres de Serge Tisseron.

Quatre autres conférences, organisées par l'École d'art du GrandAngoulême et le théâtre d'Angoulême, sont au programme: «Une démarche d'artiste à la rencontre de l'école» le 18 octobre, «Quand l'imprévu donne sens à la rencontre artistique» en novembre, «Peut-on enseigner la créativité?» le 9 décembre et «Quelle est la double autorité de l'auteur qui s'adresse au jeune public?» le 13 mars.





L'utilisation raisonnée du numérique dans les écoles charentaises

Depuis quelques années, les tablettes et ordinateurs ont fait leur entrée dans de nombreuses écoles primaires de Charente. Quelques maternelles sont aussi équipées de logiciels éducatifs. *«Il y a aussi un gros boulot au collège. Mais on est très loin du tout numérique à l'école, tempère Eric Deveyneix, le conseiller pédagogique pour le numérique dans les écoles primaires. Selon les écoles, ça va d'aucune utilisation, la plupart du temps faute de moyens, à une utilisation raisonnée.»* Eric Deveyneix est chargé de favoriser l'utilisation du numérique, à travers des applications pédagogiques de mathématiques, français ou d'autres matières.

«L'utilisation des écrans est différente dans les écoles de celle de la maison. Les maîtres intègrent le numérique dans leur pédagogie. C'est un vrai apprentissage qui correspond plus à la vie actuelle et qui peut aider certains élèves à mieux progresser, explique-t-il. Les élèves travaillent aussi la citoyenneté, l'éducation aux médias, le respect de la vie privée.» *«Aujourd'hui, les enfants savent chercher de l'information et même porter un regard critique sur ce qu'ils trouvent»,* apprécie-t-il. Avec la réforme de l'école proposée par Najat Vallaud-Belkacem, ils auront également rapidement des notions de codage et de programmation. La société change. L'école aussi.