



famille & éducation

Le magazine de l'Apel

Bimestriel n°512
mai/juin 2016 - 2€

Méthodo : des applis
pour réviser en
s'amusant P.52

Enquête : jeunes
et cannabis, attention
danger P.61

www.apel.fr



Dossier spécial

**LE NUMÉRIQUE:
indispensable ou
envahissant ?**



QUESTIONS DE PARENTS

Quel usage de la tablette pour les enfants ?



Réponse de **Serge Tisseron**, pédopsychiatre, membre de l'Académie des technologies, auteur de *3, 6, 9, 12 pour apprivoiser les écrans et grandir (Érès)* et de *Guide de survie pour accros aux écrans (Nathan)*.

La pratique de la tablette doit être rigoureusement encadrée, surtout chez le tout-petit. Jusqu'à trois ans, l'enfant doit acquérir, avant tout, des repères spatio-temporels dans le réel. D'où un usage très limité (dix minutes à chaque fois), en présence d'un adulte, et en complément du jouet traditionnel. Entre 3 et 6 ans, l'enfant commence à être plus autonome, et nombre d'entre eux ont un accès direct au smartphone du parent. Attention : encadrez toujours cette activité, en énonçant la durée à l'avance. Par exemple ? « Tu pourras jouer à la tablette/au smartphone à 18 heures, pendant trente minutes, juste avant de prendre ton bain. » Un peu plus tard, à table par exemple, n'oubliez pas de le faire parler de son jeu : une manière de développer son intelligence narrative, tout en l'habituant à prendre une distance critique avec l'écran. Enfin, continuez à stimuler sa motricité fine, essentielle pour l'apprentissage de l'écriture,

en lui proposant des activités *ad hoc* (dessin, réalisations créatives manuelles...).

À partir de 6 ans, entraînez-le à exercer une activité créative sur la tablette (photo, Photoshop, tableaux Excel). Les écrans sont de merveilleux outils de production – alors qu'on les accuse trop souvent de n'être que des supports de consommation.

À partir de 9 ans, vient l'âge du surf sur Internet. Pensez à installer un logiciel parental pour filtrer les informations, tout en lui précisant qu'il peut tomber sur une photo ou une information déplaisante (« Dans ce cas tu peux m'en parler »). Préférez les jeux connectés, qui lui permettent d'être en contact avec d'autres joueurs. Pour anticiper et éviter la frustration, n'oubliez jamais

d'énoncer à l'avance le temps autorisé : une heure d'écran (tout confondu, y compris la télévision) par jour est un maximum.

Dans tous les cas, je déconseille formellement d'offrir une tablette individuelle à l'enfant. Les outils numériques doivent rester familiaux et collectifs.

PROPOS RECUEILLIS PAR SOPHIE CARQUAIN

