

« L'adulte doit être exemplaire »

Spécialisé dans les rapports aux nouvelles technologies, le psychiatre Serge Tisseron interviendra au forum consacré à la petite enfance samedi prochain au Palais des congrès.

Propos recueillis par Sophie TOUGERON
sophie.tougeron@maire-libre.com

« **Le Maine Libre** » : Les parents ont-ils raison d'être inquiets du temps passé par leurs enfants sur les écrans ?

Serge Tisseron : « Oui et non. Beaucoup d'enfants passent trop de temps sur les écrans mais pour beaucoup, le problème est tout autant ce qu'ils y font. Certains écrans sont socialisants, d'autres pas. Les parents doivent se préoccuper de l'activité numérique de leurs enfants. Je fais souvent un parallèle avec la nourriture. Le problème n'est pas de trop manger mais de mal manger. Il y a dix ans, on n'insistait pas comme aujourd'hui sur l'importance de manger mieux. Il faut opérer la même révolution en termes d'écrans, privilégier la qualité à la quantité. »

Il y a dix ans justement, vous mettiez en place des balises d'âges (3-6-9-12) auxquels se référer. L'usage des écrans a évolué depuis ?

« Il y a beaucoup plus de tentations ! À l'époque, on parlait seulement de télévision et de console de jeux. Aujourd'hui il faut aussi compter sur les tablettes et les smartphones. Pourtant, davantage de parents sont conscients de la nécessité de limiter leur usage. Mais un problème préoccupant concerne les parents en précarité psychique et/ou sociale qui trouvent eux-mêmes refuge dans les écrans. »



On voit encore beaucoup de tout-petits un portable à la main. On s'inquiète du manque de dextérité de certains enfants, qui manipulent de moins en moins...

« En étant sur une tablette ou un smartphone, l'enfant utilise seulement son pouce et son index, ce qui réduit sa motricité fine. Celle-ci s'obtient en utilisant un crayon, en entassant des cubes, des gestes qui exigent une grande précision et font appel à l'ensemble des doigts et aux poignets. »

Quelles sont les autres conséquences liées à l'usage des écrans ?

« Les écrans ne sont à aucun âge des produits toxiques. Le seul problème est le temps qu'on y passe. Un usage trop long aura chez l'adolescent des



Pour Serge Tisseron, les écrans ne sont toxiques à aucun âge. Le seul problème est le temps qu'on y passe.

Photo ML

répercussions sur ses résultats scolaires, pour un adulte, ce sera préjudiciable à sa vie amoureuse, professionnelle ou sociale.

Chez les tout-petits, la surutilisation est du temps perdu sur des apprentissages essentiels qui impliquent la motricité, le langage, l'interrelation avec un partenaire humain. Lorsqu'il est devant l'écran, l'enfant en est privé. »

Mais dans notre société, un enfant peut-il vivre sans écran ?

« Même si les écrans ne sont pas présents chez lui, il en verra toujours chez un camarade, ses grands-pa-

rents... plus aucun enfant ne grandit sans écran. Si vous interdisez l'écran à votre enfant, il ne se sentira pas libre de vous parler de ce qu'il fait chez ses camarades. Or, c'est essentiel de communiquer sur ce sujet.

Mais les parents se sentent vite dépassés par les nouvelles technologies...

« Certains parents sont prisonniers de cette idée consistant à penser que ce qu'ils n'ont pas connu est forcément quelque chose de dangereux. Le débat doit avoir lieu dans les familles. Il faut s'intéresser à l'usage que les enfants ont du numérique,

leur intérêt pour les jeux, les réseaux sociaux... »

L'éducation aux écrans passe-t-elle aussi par celle des parents ?

« Beaucoup pensent qu'on pose les règles des usages quand l'enfant possède son propre smartphone. Or, c'est dès qu'ils sont bébés que les règles doivent être définies. Le parent doit montrer l'exemple. Tout petit, l'enfant dispose d'une attention conjointe et d'une imitation motrice : il regarde ce qui intéresse l'adulte et reproduit ses gestes.

Chez un tout-petit, le smartphone n'a pas d'autre intérêt que celui que le parent y porte. Pour éviter qu'un bébé développe cette attirance, il ne faut pas utiliser son smartphone quand on est avec lui. Et si le téléphone se met à sonner, on ne décroche pas et on termine la discussion ou le jeu en cours. C'est une bonne leçon pour l'enfant qui devenu adolescent, reproduira les mêmes règles d'utilisation familiales : pas de portable à table, ni dans la chambre la nuit, etc. »

On a beaucoup parlé de l'interdiction du portable au collège. Y êtes-vous favorable ?

« Je suis surtout rassuré qu'il y ait une exception pédagogique à son

utilisation. Comme la mise en place de la conduite accompagnée, je suis pour le smartphone accompagné. Il ne faut pas interdire, mais prévenir les mauvais usages, apprendre à préserver sa vie privée sur internet... Interdire en revanche le portable dans la cour de récréation est une très bonne chose. Cela oblige à communiquer autrement, les enfants profitent de ce moment pour se parler de vive voix. Je serais allé plus loin en interdisant l'usage également aux enseignants dans la cour, comme il en avait été un temps question, toujours au titre de l'exemplarité. »

Bio express

► **8 mars 1948.** Naissance de Serge Tisseron à Valence.

1975. Lauréat de la faculté de médecine de Lyon

2007. Serge Tisseron met en place les balises d'âge « 3 - 6 - 9 - 12 ».

2013. Award décerné à Washington par la Family Online Safety Institute (FOSI) « for outstanding achievement » en reconnaissance de ses travaux sur les jeunes, les familles et Internet, et notamment pour la règle « 3-6-9-12 ».

PROGRAMME

Un après-midi consacré à la petite enfance

La ville du Mans organise pour la première fois un forum consacré à la petite enfance. Il se tiendra tous les deux ans, en alternance avec le forum jeunes.

« La thématique des écrans s'est imposée à nous », explique Catherine Garcia-Salin, du service enfance jeunesse et sports et co-organisatrice de l'événement. « Beaucoup de professionnels s'inquiètent de voir les enfants attirés par les écrans.

Dans les salles d'attente, les tout-petits préfèrent jouer avec les tablettes ou les téléphones de leurs parents plutôt qu'avec les jeux mis à leur disposition ».

« Les parents s'inquiètent également du temps passé par leurs enfants sur les écrans. L'objectif de ce forum, c'est de les aider à trouver des solutions. En soi, aucun écran n'est mauvais, c'est l'utilisation que l'on en fait qui peut le devenir ».

Outre la conférence animée par Serge Tisseron, de nombreux ateliers parents-enfants sont programmés : comptine, manipulation, construction, espace motricité, coloriage d'une fresque géante, découverte de nouveaux livres.

Samedi 22 septembre, de 14 heures à 18 h 30.

Palais des congrès. Tout public. Gratuit