

Écrans, « un appel à la vigilance des parents connectés »

Explication

Les trois Académies des sciences, des technologies et de médecine, apportent des recommandations sur l'usage des écrans, dans un avis publié le 9 avril.

Le pédopsychiatre Bruno Falissard, membre du groupe de travail à l'origine de cet appel (1), invite aussi les parents à une « vigilance raisonnée »... pour eux-mêmes.

- Recueilli par France Lebreton,
- le 09/04/2019 à 10:50



Le temps que les enfants passent sur les écrans ne cesse d'augmenter.

Pourquoi les scientifiques appellent-ils les parents à faire preuve d'une « vigilance raisonnée » sur leurs propres usages numériques ?

Bruno Falissard : Au cours des cinquante dernières années, la parentalité est devenue plus bienveillante, avec moins d'inégalités de genre, moins de violence au sein du foyer, plus d'investissement des parents dans le travail scolaire de leurs enfants. On ne peut que s'en réjouir. Mais on peut aussi regretter que le temps passé avec eux ait diminué. Notamment à cause des nouveaux usages numériques.

La génération qui a grandi avec Facebook et YouTube arrive à l'âge de la parentalité. Pour ces adultes, les écrans sont naturels. Ils ont l'habitude d'envoyer des SMS ou de consulter leurs mails tout en continuant à discuter entre eux. Le problème est que beaucoup de ces parents se comportent de la même façon en présence de leur jeune enfant. Ils continuent à envoyer des SMS, certains envoient même des tweets en donnant le biberon !

[i Pourquoi lire La Croix ?](#) 

La Croix vous explique, avec lumière et clarté, le monde qui vous entoure, afin que vous puissiez bâtir votre opinion.

Quelles sont les conséquences sur le développement de l'enfant ?

B. F. : Ils ne sont pas concentrés sur leur enfant. Même si ce n'est pas encore prouvé scientifiquement, on peut craindre que la communication non verbale soit plus pauvre en présence d'un adulte lorsque ce dernier est plongé sur son écran. On ne va pas attendre la preuve pour commencer à s'en inquiéter. Pour bien se développer au plan psychologique, un jeune enfant a besoin de l'attention de ses parents, de voir leurs réactions, leurs mimiques. Pour se construire sur le plan social, il a besoin d'être porté, regardé et qu'on lui parle.

Les enfants et les écrans, un risque mal évalué

Par ailleurs, quand ces parents ont besoin de souffler un moment, ils n'hésitent pas à poser une tablette sous les yeux de leur tout-petit, ce qui peut entraîner, pour les enfants les plus exposés, des attitudes de retrait social, comme l'observent de plus en plus des médecins cliniciens de protection maternelle et infantile (PMI). Quand ces mêmes enfants sont éloignés des écrans, ils vont tout de suite mieux.

L'avis souligne aussi l'impact des inégalités sociales sur le temps d'accès aux écrans...

B. F. : Les enfants ne sont pas tous égaux devant les écrans. Plus le niveau socio-économique de la famille est précaire, plus celle-ci a du mal à gérer cette question. Les parents des milieux défavorisés ne sont pas toujours assez informés des risques liés aux écrans et à leurs contenus. Or, leurs enfants sont parmi ceux qui sont les plus exposés.

Dans tous les cas, et quelle que soit la classe sociale, il est important de ne pas laisser un tout-petit seul, et de façon prolongée, devant un écran. »

Bien utilisés, les écrans sont un outil « d'ouverture au monde »

Dans son appel, l'Académie invite à la prudence, mais aussi à la mesure. Les effets négatifs d'une surexposition aux écrans *« ne doivent pas occulter le fait que, bien utilisés, les écrans, et l'information dont ils permettent l'échange, constituent des outils de connaissance et d'ouverture sur le monde dont l'intérêt est incontestable »*, insiste l'Académie, soulignant les *« avantages potentiels des technologies numériques »* pour les éducateurs et les parents. Elle recommande :

– **Avant 3 ans**, un *« usage accompagné, récréatif, que l'on peut encourager avec modération et prudence »*.

– **Entre 3 et 10 ans**, un usage durant *« un temps ritualisé dédié aux écrans afin d'apprendre à l'enfant à attendre »*, de préférence à distance du coucher.

– **Après 10 ans**, un usage accompagné d'un *« dialogue positif sur l'utilisation des écrans »*, en restant attentif aux potentiels troubles du sommeil, signes d'isolement ou fléchissement des résultats scolaires.

(1) www.academie-sciences.fr/fr