

# Formation 3-6-9-12 / Institutions



proposée par les Petits Laboratoires d'Empathie et l'association 3-6-9-12,  
créés par Serge Tisseron,



dans le cadre de l'organisme de formation DEPJ3F

(OF n° 11755607875 / référencé Datadock / Qualiopi en cours)



**Vous souhaitez former les professionnels de votre institution à toutes les questions relatives aux écrans :** connaissance du paysage médiatique et technologique, pratiques et usages d'écrans en fonction de l'âge, effets des différentes pratiques d'écran, conséquences sur la relation aux savoirs et aux apprentissages, conséquences sur la sociabilité, revue des études connues dans la littérature scientifique, éléments de prévention et recommandations...

**Nous vous proposons trois formats au choix :**

- ✓ demi-journée
- ✓ journée complète
- ✓ deux journées + une demi-journée de supervision trois à six mois plus tard.

## Format : demi-journée (3h30)

### OBJECTIFS DE LA FORMATION :

1. Faire découvrir les usages des technologies numériques
2. Faire découvrir les dangers des technologies numériques
3. Présentation des modes de prévention des usages pathologiques et des balises 3-6-9-12

### PROGRAMME DE LA FORMATION

1. Présentation des travaux scientifiques disponibles sur la relation aux écrans (troubles du sommeil, troubles de l'attention et de la concentration, troubles du comportement, développement du langage, développement de l'empathie...)
2. Comprendre le phénomène d'addiction lié aux écrans : addictivité, caractère addictogène des produits numériques disponibles, processus addictif, addiction, conséquences médicales
3. Présentation des balises « 3-6-9-12 » élaborées en fonction de ces connaissances

## MODALITES PEDAGOGIQUES

1. Présentation d'un Power Point
2. Réponses aux questions diverses : demandes de précisions sur le PPT, réponses aux questions non abordées dans le PPT
3. Partage d'expériences entre les participants

**EVALUATION** : Questionnaire d'évaluation des connaissances en début et en fin de formation

**TARIF pour le groupe (jusqu'à 15 personnes) : 1000€ + frais annexes (transport et hébergement si besoin)**

## Format : une journée (6 heures)

### OBJECTIFS DE LA FORMATION :

1. Faire découvrir les usages des technologies numériques
2. Faire découvrir les dangers des technologies numériques
3. Présentation des modes de prévention des usages pathologiques et des balises 3-6-9-12

### PROGRAMME DE LA FORMATION

#### *1ère demi-journée :*

1. Présentation des jeux vidéo les plus utilisés
2. Présentation des réseaux sociaux les plus utilisés
3. Comprendre pourquoi les jeunes sont attirés par les jeux vidéo et les réseaux sociaux
4. Les quatre jungles d'Internet à apprendre à gérer en développant l'esprit critique : jungle des modèles économiques, jungle des réseaux sociaux, jungle de la pornographie et des modèles sexuels contraignants, jungle de l'information
5. Quel discours tenir aux enfants et adolescents pour les sensibiliser aux risques ?
6. Le phénomène Hikikomori

#### *2ème demi-journée :*

1. Les quatre grandes révolutions introduites par les écrans : relation aux savoirs, relation aux apprentissages, fonctionnement psychique, modalités de création des liens et de la sociabilité
2. Complémentarité de la culture du livre et de la culture des écrans : dangers et avantages de chacune d'entre elles
3. Présentation des travaux scientifiques disponibles sur la relation aux écrans (troubles du sommeil, troubles de l'attention et de la concentration, troubles du comportement, développement du langage, développement de l'empathie...)
4. Comprendre le phénomène d'addiction lié aux écrans : addictivité, caractère addictogène des produits numériques disponibles, processus addictif, addiction, conséquences médicales
5. Présentation des balises « 3-6-9-12 » élaborées en fonction de ces connaissances
6. Comment gérer les écrans, seul(e), et en famille ?

## MODALITES PEDAGOGIQUES

4. Présentation d'un Power Point
5. Réponses aux questions diverses : demandes de précisions sur le PPT, réponses aux questions non abordées dans le PPT
6. Partage d'expériences entre les participants

**EVALUATION** : Questionnaire d'évaluation des connaissances en début et en fin de formation

**TARIF pour le groupe (jusqu'à 15 personnes) : 1800€ + frais annexes (transport et hébergement si besoin)**

**Format : deux journées de 6 heures (en présentiel)**

**+ une demi-journée de supervision 3 à 6 mois plus tard (3h, possible en distanciel)**

### OBJECTIFS DE LA FORMATION :

1. Faire découvrir les usages des technologies numériques
2. Faire découvrir les dangers des technologies numériques
3. Présentation des modes de prévention des usages pathologiques et des balises 3-6-9-12

### PROGRAMME DE LA FORMATION

*1ère demi-journée : présentation des espaces numériques les plus utilisés par les enfants, adolescents et jeunes adultes, leurs intérêts et leurs dangers*

1. Présentation des jeux vidéo les plus utilisés
2. Présentation des réseaux sociaux les plus utilisés
3. Comprendre pourquoi les jeunes sont attirés par les jeux vidéo et les réseaux sociaux
4. Quel discours tenir aux enfants et adolescents pour les sensibiliser aux risques ?
5. Le phénomène Hikikomori
6. Les quatre jungles d'internet, apprendre à les gérer et développer l'esprit critique : La jungle des modèles économiques, la jungle des réseaux sociaux, la jungle de la pornographie et des modèles sexuels contraignants, la jungle de l'information

*2ème demi-journée : les quatre grandes révolutions introduites par les écrans*

1. Complémentarité de la culture du livre et de la culture des écrans : dangers et avantages de chacune d'entre elle
2. Révolution dans la relation aux savoirs
3. Révolution dans la relation aux apprentissages
4. Révolution dans le fonctionnement psychique
5. Révolution dans les modalités de création des liens et de la sociabilité

### *3ème demi-journée : Comment gérer les écrans, seul(e) et en famille*

1. Présentation des travaux scientifiques disponibles sur la relation aux écrans (troubles du sommeil, troubles de l'attention et de la concentration, troubles du comportement, développement du langage, développement de l'empathie...)
2. Comprendre le phénomène d'addiction lié aux écrans : addictivité, caractère addictogène des produits numériques disponibles, processus addictif, addiction, conséquences médicales
3. Présentation des balises « 3-6-9-12 » élaborées en fonction de ces connaissances :
  - Avant 3 ans : Jouons, parlons, arrêtons la télé.
  - De 3 à 6 ans : limitons les écrans, partageons-les, parlons en famille.
  - De 6 à 9 ans : créons avec les écrans, expliquons-lui Internet.
  - De 9 à 12 ans : apprenons-lui à se protéger et à protéger ses échanges.
  - Après 12 ans : Restons disponibles.

### *4ème demi-journée : Les écrans en institution*

1. Quelle charte d'utilisation ?
2. Les écrans comme supports de médiation : publications, exemples, accompagnement de projet

### *5ème demi-journée : Supervision (possible en distanciel)*

Echanges sur les pratiques cliniques, les actions mises en place ou projetées, partage d'expériences, accompagnement

## **MODALITES PEDAGOGIQUES**

1. Présentation d'un Power Point
2. Réponses aux questions diverses : demandes de précisions sur le PPT, réponses aux questions non abordées dans le PPT
3. Partage d'expériences entre les participants

**EVALUATION** : Questionnaire d'évaluation des connaissances en début et en fin de formation

**TARIF pour le groupe (jusqu'à 15 personnes) : 4000€** + frais annexes (transport et hébergement si besoin)