

<http://ec-necotin-orleans.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/spip.php?article253>



France 3 : 10 jours sans écran

- La vie de l'école -



Date de mise en ligne : lundi 1er avril 2019

Copyright © École Élémentaire du Nécotin. Orléans - Tous droits réservés

Du 26 mars au 4 avril, 8 écoles primaires et maternelles du quartier Est d'Orléans se prêtent à un défi qui semble à rebours de la marche de temps : 10 jours sans écran. 10 jours pour sensibiliser les enfants à l'usage qu'ils font des écrans, et leur lancer le challenge de ne pas les regarder.

Les écoles Charles Péguy, Gutenberg, Nécotin, Montessori, Jean Piaget vont s'émuler grâce à un système de points, un concours pour inviter les enfants à s'impliquer dans cette initiative d'un enseignant originaire du Nord de la France.

Dans ce cadre, la psychologue Coralie Raynaud de l'association 3-6-9-12 tiendra une conférence intitulée "Apprivoiser les écrans et grandir". Pour nous, elle revient sur les risques que représentent les écrans pour les enfants, et les solutions et astuces à appliquer quand on est parent au XXIème siècle.

Notre association a réfléchi les choses au niveau du développement de l'enfant en quatre étapes : 3 ans, 6 ans, 9 ans, 12 ans. L'introduction des écrans doit être extrêmement progressive, et elle doit accompagner le développement de l'enfant. Il est essentiel de savoir quand amener les écrans auprès d'eux.

On est pour une utilisation raisonnable : proposer son téléphone à un enfant avant 2 ans n'a pas grand sens. Le téléphone, la tablette, n'est pas délétère s'il y a un parent à côté, si c'est un moment de plaisir partagé. On ne laisse jamais un enfant, avant 3 ans, seul devant un écran.

On a mis en place un certain nombre de balises. Notre association est là pour accompagner les parents, nous ne sommes pas injonctifs, ni alarmistes, nous voulons amener l'échange.

Il y a plusieurs études intéressantes. L'une, notamment, a été démarrée en 1997 par Linda Pagani, qui a montré qu'il existait un certain nombre de risques chez les enfants de 10 ans exposés aux écrans trop précocement (avant 2 ans), ou trop intensément (plus de deux heures par jour). Risque d'obésité accru, de retard de langage, diminution des capacités d'attention...

Elle a continué son étude une dizaine d'années après, en 2016, elle s'est recentrée sur les compétences sociales des adolescents de 13 ans. Sur ces enfants, elle a indiqué qu'il existait une augmentation significative du risque d'isolement social.

C'est vraiment dans un cas particulier, mais il y a ce risque-là.

Tout se fait progressivement, et en fonction de l'âge de l'enfant. Il faut d'abord lui expliquer que peut-être on va vivre les choses un peu différemment. On va avant réfléchir pour soi, adulte, pour avoir une connaissance des moments on on peut s'en passer. Ensuite, on voit ce qu'on a envie que nos enfants fassent devant les écrans. Il faut qu'on ait cette connaissance raisonnée : qu'est ce que ça peut lui apporter ? qu'est-ce qui lui fait plaisir ?

Ça peut être un jeu ensemble sur la tablette, un DVD... On préconise un film car on en connaît la durée, quand sur Youtube, les dessins animés s'enchaînent, et ça n'a pas de fin. On annonce à l'enfant : "à partir de maintenant, on pourra regarder tel programme ou tel autre, de telle heure à telle heure, qu'est-ce que tu en penses ?" C'est vraiment un échange.

A l'adolescence, on réévalue : il a souvent des devoirs, des recherches à faire. On peut éventuellement avoir un petit

contrat de temps d'écran. On n'est jamais loin, il ne s'agit pas de "fliquer", mais de s'intéresser à ce que fait l'enfant sur l'écran, c'est très important. On peut ensuite en dire quelque chose, en parler.