

Conférence 9 mai 2023

L'omniprésence des écrans dans l'environnement de l'enfant altère ses possibilités d'explorer le monde mais également dégrade ses conditions de communication avec une tierce personne. Il est observé depuis l'apparition des écrans dits nomades (smartphones, tablettes numériques...), soit depuis une vingtaine d'années, une augmentation des troubles du développement du langage oral. Comment expliquer cet impact ? Quelles en sont les raisons ? Comment pouvons-nous agir pour éviter ces conséquences ?

Comment se déroule la vie d'un jeune enfant, de quoi a-t-il besoin pour développer ses compétences tranquillement ?

Ce matin, l'exposé va donc avoir pour objectif de mettre en évidence comment les écrans viennent interférer dans la construction des liens entre parents et enfants, comment les écrans viennent empêcher l'enfant dans son exploration du monde, comment ils viennent troubler le développement du langage oral et de la communication.

Un temps sera également consacré à réfléchir sur ce qui peut être mis en place afin d'agir pour préserver les enfants des écrans, de toute nature qu'il soit.

Rappelons les chiffres issus du dernier rapport datant de 2021, commandé par l'union nationale des associations familiales auquel ont contribué plus de 2000 familles françaises représentatives du tissu social français. En moyenne, chaque jour, un enfant âgé de moins de 3 ans passe 1h20 devant une télévision ou bien encore 44minutes devant un smartphone. Fréquemment, ces deux temps peuvent s'additionner. Dans la tranche 3-5 ans, la moyenne est de près de 2 heures de visionnage par jour seulement pour la télévision.

Sachant qu'un enfant de 3 ans dort en moyenne 12h par jour, il lui reste donc 12 heures de temps éveillé. Si de ces 12 heures, on enlève les 2 heures passées devant un écran, une télévision et que l'on rapporte cette durée sur une année, soit 365×2 c'est-à-dire 730h de visionnage par an, l'enfant aura passé pas moins de 60 jours soit 2 mois sur les 12 que compte une année à visionner un écran. Un temps précieux, perdu, gâché où il n'aura ni exploré ni interagi... Pourquoi pouvons-nous parler de temps gâché, de perte de temps devant ou au contact de ces écrans pour les enfants, c'est ce que je vais tenter de vous expliquer maintenant.

I ATTACHEMENT – REGULATION DES EMOTIONS – CREATION DE LIENS

Dès les premières minutes de vie, au-delà d'avoir le besoin de manger ou d'être en situation de confort, un bébé a un besoin fondamental d'établir les premiers liens avec une tierce personne. La notion d'attachement permettant notamment la régulation des émotions est primordiale pour le bébé puis l'enfant tout au long de son développement jusqu'à devenir adulte. Quand l'enfant se sent en situation insécure, il est en quête de sa figure d'attachement pour être réassuré.. Le contact visuel est primordial dans la rencontre, il est l'un des précurseurs à la communication.

Boris Cyrulnick a parlé de manière très précise de l'attachement. La reconnaissance du visage de la maman par le bébé, indispensable à la notion d'attachement, demande à ce que l'enfant soit environ 12h en contact visuel à la naissance avec sa maman. La présence d'un écran dans l'environnement d'un tout-petit va générer une mise à distance de l'enfant vis-à-vis de sa maman, de ses parents. Lorsque la maman vient à employer son téléphone ou visionner des séries dans sa chambre de maternité, c'est un temps où elle ne peut commencer de construire des liens avec son bébé, cela rend donc plus complexe la construction de cet attachement. En présence d'écran, le parent ne pourra plus être aussi attentif au moindre faits et gestes du bébé, de sa posture, de ses mimiques. Ces interruptions à répétitions peuvent instaurer un malaise dans la relation entre la mère ou le père et son enfant,

l'enfant ressentant alors une rupture dans le lien à chaque fois que son parent va être sur son smartphone. C'est la multiplication de ces ruptures, au fur et à mesure des jours, des semaines, qui peut entraîner progressivement un sentiment d'abandon et des difficultés émotionnelles.

Une expérience relativement connue, le still face ou autrement dit visage impassible, montre une mère et son bébé de 10-12 mois dans un premier temps en train d'interagir. On peut observer de nombreuses mimiques sur les visages des interlocuteurs, des sourires, un contact visuel quasi-permanent, les mains du bébé qui viennent au contact du visage de la maman. Puis la maman, après s'être tournée pendant quelques secondes, se remet face à son enfant en prenant un visage impassible, visage qui est adopté la plupart du temps lorsqu'un adulte visionne son smartphone. Tout d'abord, l'enfant va regarder sa maman de manière étonnée, va tenter de rentrer en communication avec elle de différentes manières en lui pointant un objet, en faisant de drôles de mimiques, en poussant un petit cri. Pendant moins de 2 minutes, l'enfant, en situation de stress, cherche par toutes les manières à attirer le regard de sa mère et une réaction. Sans aucune réactivité de la part de la mère le bébé s'effondre en larmes. On voit enfin comment, en l'espace de quelques secondes, l'enfant va récupérer de cette situation de stress, à condition que la réponse de la mère soit pleinement adaptée.

Au travers de cette brève expérience est mis en évidence comment une rupture de communication s'établit entre l'adulte et l'enfant lorsque l'adulte n'est plus disponible pour son enfant. Il n'est plus présent pour l'enfant car attentif à ce qu'il visionne. L'enfant est tout simplement démuni, désemparé. Au fur et à mesure de ces ruptures, l'enfant va malheureusement s'en habituer. Là, où comme il est observé dans l'expérience, l'enfant interpelle son entourage, crie pour manifester sa détresse. Comme des psychologues peuvent le dire, telle Sabine Duflot, l'enfant réclame à être relié avec sa mère et non à être séparé par un objet numérique. Le bébé est un être social qui est en recherche permanente d'interactions sociales.

II PERIODE SENSORI-MOTRICE

Les sens de l'enfant sont en éveil, autrement dit les sens, personnifions-les, sont curieux, intrigués de ce qui se passe dans l'environnement. En vient la découverte des premiers objets attrapés par inadvertance puis pris en main, portés à la bouche avec des ressentis de textures diverses et variés. Le bébé puis le jeune enfant explore, découvre, expérimente son environnement au gré de ses envies. Il est un véritable chercheur qui l'amène à se poser des questions : tiens, pourquoi quand je fais tomber ma cuillère, papa me la ramasse à chaque fois ? Va-t-il la ramasser à nouveau si je la refais tomber ? Tiens pourquoi cette boule ne veut pas tenir sur ce cube ? L'enfant est confronté aux contraintes de la réalité qui le questionnent, l'obligent à réitérer ses expériences pour ainsi être sûr d'obtenir le même résultat à chaque répétition et ainsi par la suite pouvoir anticiper le phénomène et complexifier la situation. Progressivement, les mots vont venir se greffer à ses expériences dans l'objectif de verbaliser sa pensée comme le mot « encore, l'un des premiers mots exprimés par les enfants qui vient objectiver une situation. Derrière le mot « encore », il y a un véritable concept qui est développé par l'enfant.

Des propositions sont faites par l'entourage de l'enfant qui se veut attentif aux faits et gestes du chérubin, à la fois pour se prémunir de sa sécurité mais aussi pour lui apporter une présence, un éveil et des temps d'interaction. L'enfant aime à partager ce qu'il réalise ou ce qu'il a obtenu en venant pointer du doigt son ouvrage tout en l'accompagnement d'un petit bruit, d'un petit mot ou de jolies phrases. Il partage du regard son travail avec une tierce personne qui se veut d'apprécier l'effort fourni par l'enfant pour aboutir à la réalisation de cette belle tour ! L'enfant se sent soutenu, rassuré, renforcé dans sa confiance de pouvoir à la fois attirer l'attention d'une personne mais également susciter de l'intérêt en fonction du jeu accompli. Cela lui donne envie de poursuivre son activité et si vraiment il est bloqué dans son expérimentation, il sait qu'une personne, pas très loin de lui, sera disponible pour venir l'aider. L'enfant va au fur et à mesure du temps complexifier son jeu ce qui l'obligera à être de plus en plus précis dans son langage pour être en capacité d'exprimer sa pensée.

Dans tout ce qui est exposé ici, l'enfant a besoin de temps, ce temps si précieux. Or, comme dit en introduction, ce temps peut rapidement et facilement être réduit par la présence d'un écran dans la pièce où évolue l'enfant. Que va-t-il se passer alors ?

1/ En direct devant un écran ou sur une application :

a) Visionnage dessins animés

L'enfant va à la fois être **scotché** par le défilé des images qui généreront une sorte de **fascination/sidération** l'empêchant à la fois de pouvoir s'en extraire mais entraînant également des émotions impossibles à exprimer du fait de son jeune âge. L'enfant est alors juste en position de recevoir un **continuum sonore** et visuel auquel il va être **happé** bien malgré lui.

b) Applications dites éducatives

Certains parents pensent que de proposer à leur enfant de jouer sur une application numérique dite éducative va permettre à l'enfant de développer ses apprentissages. Or il n'en est rien, de nombreuses études ont pu mettre en évidence que l'enfant ne développait aucune compétence devant un écran que celui-ci soit une télévision, tablette ou autres et que l'enfant soit en communication par le biais d'un écran ou en train de regarder une vidéo ou d'effectuer un jeu. On parle alors **de déficit de transfert vidéo**.

Proposition de **répétitions** de mots : l'enfant en répétant les mots ne construit pas le concept associé à ce mot, il se trouve en posture de perroquet mais en acteur de développement d'un outil langagier, de comptines numériques, de couleurs.

2/ Jouer à côté d'une télévision :

L'enfant pourra jouer à côté de la télévision. Fréquemment, les parents me rapportent que l'enfant ne regarde pas la télévision mais il joue à côté. Seulement, le simple fait d'avoir un écran allumé dans la

même pièce que là où un enfant joue va venir parasiter la qualité de son jeu. Pourquoi ? Un bruit plus fort dans l'émission télévisée ou une lumière plus intense va détourner l'attention de l'enfant, l'amenant à regarder brièvement l'écran et ainsi le détourner de son jeu. Mais ne doutons pas de la ténacité de l'enfant qui se remettra à jouer, seulement il aura de remobiliser son attention, de réenvisager là où il en était dans son jeu pour le poursuivre mais malheureusement un nouveau bruit issu de la télévision viendra l'interpeller donc une nouvelle interruption dans son jeu. Au fur et à mesure de ses interruptions, l'enfant se fatigue de se remobiliser et laisse tomber son jeu n'ayant pu l'approfondir.

3 / Pas d'écran direct mais le parent ayant à proximité son smartphone

Que se passe-t-il si, non pas une télévision, mais un parent est sur son smartphone pendant que l'enfant joue à côté de lui ? Cette fois l'enfant pourra mener son jeu mais lorsqu'il souhaitera interpeller son parent, celui-ci manquant de disponibilité, d'attention pour son enfant, sera très évasif et laconique quant aux prouesses de son chérubin.

Tous ces temps d'interruption causés par l'intrusion du téléphone dans la relation que ce soit lorsque l'enfant est tout bébé mais aussi à l'adolescence voire même à l'âge adulte notamment dans les relations de couple est nommé **technoférence**. Ce terme relate vraiment toutes les interférences ayant pour origine un appareil numérique. Observez une personne avec qui vous êtes en train de discuter et qui porte une montre connectée. Tous les p'tits coups d'œil portés en direction de la montre seront des coupures de communication qui ne permettront pas à ladite personne de s'investir, de s'intéresser de s'impliquer pleinement dans la conversation.

De toutes ces situations exposées, en découle un **appauvrissement dans l'utilisation du langage oral avec une baisse de la variété du lexique employé, des phrases syntaxiquement plus simples. Une diminution des échanges et beaucoup plus de difficultés à développer les aptitudes nécessaires à**

entrer en communication : mise en place du contact visuel, posture adaptée pour entrer en interaction...

Pour conclure, il me semble important de dire que l'enfant aura le temps d'être en contact avec les nouvelles technologies mais laissons lui le temps de grandir afin qu'il devienne progressivement prêt à traiter une foule d'images et d'informations. Avant 6-7 ans, Il n'est pas en capacité de s'extraire de ces images, il les vit pleinement pensant en faire partie. Laissons le temps aux jeunes enfants de grandir dans la vraie vie pour se construire avant d'être confronté aux écrans.

Le souhait n'est pas de rendre tout individu hyper performant mais seulement de donner la chance à chacun de pouvoir garder sa liberté de réfléchir, sa capacité de libre arbitre et enfin la possibilité d'exprimer sa pensée.