

Les bébés face aux médias

Laurence Berdot-Talmier

▶ **To cite this version:**

Laurence Berdot-Talmier. Les bébés face aux médias. Bébé, petite enfance en contextes, May 2019, Toulouse, France. , 2019. hal-02150256

HAL Id: hal-02150256
https://univ-tlse2.hal.science/hal-02150256

Submitted on 7 Jun 2019

HAL is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.



Distributed under a Creative Commons Attribution - NonCommercial - ShareAlike 4.0 International License

Les bébés face aux supports numériques

Laurence BERDOT-TALMIER,
Docteure en psychologie du développement, psychologue, chercheure associée
Laboratoire Interdisciplinaire Solidarités Sociétés Territoires (LISST-UMR 5193)
Centre d'Etudes des Rationalités et des Savoirs (Cers)
Université Toulouse Jean Jaurès
laurence.berdot-talmier@univ-tlse2.fr

Objectifs

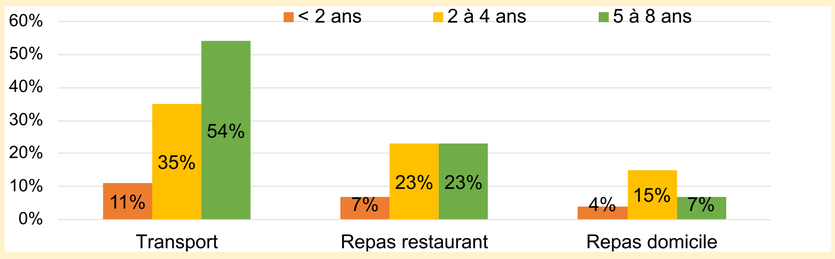
Les enfants d'aujourd'hui grandissent dans un monde gorgé de médias. Quels en sont les effets sur leur développement ?
En nous appuyant sur le rapport de l'American Academy of Pediatrics (2016), faisons le bilan des recherches évaluant l'impact des écrans sur les jeunes enfants et voyons en quoi elles peuvent aider les familles à équilibrer la vie numérique des tout-petits.

Contexte

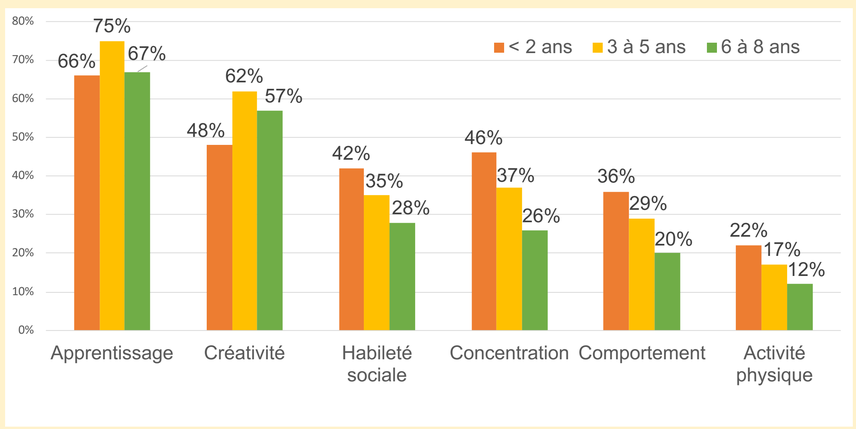
Temps moyen/jour d'exposition des bébés/tout-petits aux écrans (Rideout, 2017).
Échantillon de 1 454 parents américains ayant des enfants âgés de 0 à 8 ans.

	TV	DVD	Mobile	Ordinateur	Jeux vidéo	Total tps écrans
< 2 ans	0h29	0h06	0h07	-	-	0h42
2 à 4 ans	1h09	0h23	0h58	0h05	0h04	2h39
5 à 8 ans	1h04	0h18	1h02	0h20	0h12	2h56

Utilisation des écrans mobiles chez les tout-petits (Rideout, 2017)



Croyances des parents sur l'impact des écrans sur les enfants (Rideout, 2017)



Etat de la question

Les effets de l'exposition aux médias relèvent de processus complexes, multifactoriels et interdépendants.
Trois mécanismes principaux :
- Temps pris sur les autres apprentissages (jeux libres, manipulations d'objets, explorations sensorielles)
- Diminution des interactions enfants/parents
- Interruption/perturbation des phases de jeux spontanés de l'enfant

La façon dont les jeunes enfants consomment les médias affecte profondément leur développement social, émotionnel et physique.
- **Sommeil** : les plus exposés ou ceux qui disposent d'un téléviseur/ordinateur/appareil mobile dans leur chambre dorment moins et s'endorment plus tard.
- **Développement cognitif et social** : une trop forte exposition à la TV durant la petite enfance/préscolaire peut entraîner des retards de langage, un déficit de l'attention et de moindres compétences sociales.
- **Développement physique** : l'utilisation intensive des médias durant la période préscolaire est liée à la prise de poids et au risque d'obésité. Les enfants auront moins tendance à être actifs avec des jeux physiques.
- **Comportement** : les contenus violents à la TV et sur les écrans peuvent contribuer aux problèmes de comportement des enfants, soit parce qu'ils ont peur et sont déconcertés par ce qu'ils voient, soit parce qu'ils essaient d'imiter les personnages à l'écran.

Au-delà des aspects négatifs, quels sont les points à soulever sur cette « alphabétisation » aux médias ?

	La sagesse numérique
0-2 ans	Un intérêt précoce : les bébés sont captivés par le flux d'images bidirectionnelles et le son provenant de la TV. Ne sont pas encore capables de comprendre le lien entre ce qu'ils voient à l'écran et le monde réel. N'apprennent probablement pas grand-chose de la TV, puisqu'ils apprennent et grandissent en explorant le monde (pyshique et social) qui les entoure. Les écrans tactiles sont attrayants et faciles à utiliser à cet âge. La motricité fine peut être développée précocement avec les écrans tactiles interactifs. ➔ Si et seulement si il y a une médiation active de l'adulte = dans un contexte relationnel (dans le cadre d'activités sociales riches en échange verbal) qui permet de donner du sens à ces expériences précoces. Le chat vidéo (Skype, Facetime) peut être utilisé mais toujours avec le soutien actif des parents.
2-4 ans	Savent appuyer sur les boutons pour allumer la TV, insérer un DVD Aiment smartphones/tablettes et peuvent effectuer des fonctions de base. Sont encore en difficulté pour transférer de nouveaux apprentissages d'une représentation bidimensionnelle à un milieu tridimensionnel, c'est-à-dire de l'écran à la réalité (Société canadienne de pédiatrie, 2017). À 3 ans, commencent à utiliser souris/clavier, comprennent comment pointer, cliquer et naviguer dans les images, ont suffisamment de contrôle du doigt pour utiliser la plupart des applications sur écran tactile conçues pour les enfants d'âge préscolaire. Plus susceptibles que les tout-petits de comprendre le lien qui existe entre ce qu'ils voient dans les images/vidéo et ce qu'ils voient dans la vie réelle.
5 -7 ans	Dès qu'ils commencent à lire et écrire, toute l'expérience en ligne change. À 5 ans, peuvent facilement utiliser clavier/souris, peuvent dessiner avec habileté sur un écran tactile. À mesure que leurs compétences littéraires se développent, ils peuvent passer plus de temps en ligne, mais ils n'ont pas les compétences de recherche en toute sécurité. ➔ Important qu'un adulte supervise l'activité en ligne de l'enfant.

Recommandations

À quel âge devrait-on laisser les bébés devant les écrans ? Recommandation : écrans à proscrire < 3 ans en France (Bach & al., 2013) ; < 2 ans aux USA (AAP, 2016).
Primordial de considérer :
- Temps d'exposition aux écrans
- Contexte d'exposition aux écrans (seul/accompagné ; passif/actif…)
- Contenu

Recommandations de l'AAP (2016) en fonction de l'âge des enfants

Âge	Directives d'utilisation des médias
< 2 ans	L'utilisation des médias devrait être très limitée et se faire en présence d'un adulte qui co-visionne, parle et enseigne. Une discussion par webcam avec la famille semble positive.
	Pour les enfants de 18 à 24 mois : • Choisir un programme de bonne qualité • Accompagner l'enfant dans l'utilisation des médias (jamais en solitaire) Au temps passé devant un écran, on pourra substituer un jeu non structuré et une interaction humaine. Penser de manière créative, résoudre des problèmes, développer le raisonnement et la motricité est plus utile au développement du cerveau que la consommation passive de médias.
De 2 à 5 ans	• Limiter l'utilisation de l'écran = pas plus d'1h/jour • Trouver d'autres activités pour l'enfant • Choisir un média interactif et pro social • Co-visionner et jouer avec l'enfant.

Autres recommandations pour les parents, les familles (Canadian Paediatrics Society, 2017)
Toutefois, en vue d'optimiser et de soutenir les pratiques des jeunes enfants à l'égard des médias, les experts se sont attardés sur la santé développementale, psychosociale et physique des jeunes enfants afin de fournir des recommandations qui reposent sur quatre principes

Principes	Recommandations
Le temps d'écran	Limiter le temps d'écran quotidien ou réguler à moins d'1h/jour. Maintenir des périodes sans écrans : lors des repas, pour faire la lecture. Eviter les écrans au moins 1h avant le coucher (suppression de la mélatonine).
En atténuer les effets négatifs	Être présent et investi lors de l'utilisation des écrans. Connaître le contenu et accorder la priorité aux émissions éducatives, interactives et adaptées à l'âge. Combiner l'utilisation des écrans tactiles avec les jeux créatifs ou actifs (Marsh & al., 2015).
Être attentif à l'utilisation des écrans	Se doter d'un plan médiatique familial qui prévoit les moments, la manière et les lieux où les écrans peuvent être ou non utilisés. Aider les enfants à reconnaître et remettre en question les messages publicitaires, les stéréotypes et autres contenus problématiques. Se rappeler que trop de temps consacré aux écrans se traduit par des occasions ratées d'enseignement et d'apprentissage.
Donner l'exemple d'habitudes positives	Remplacer le temps d'écran par d'autres activités, comme la lecture, les jeux à l'extérieur et les activités créatives. Eteindre les appareils à la maison pendant les périodes passées en famille. Eteindre les écrans qui ne sont pas utilisés et éviter de laisser la TV allumée en arrière-plan.

➔ Les médias perceptibles en fond visuel et sonore vont réduire significativement les interactions entre l'enfant et ses parents (tant au niveau qualitatif que quantitatif), et vont distraire l'enfant de ses jeux. Or, le jeu est essentiel pour le développement du langage et le développement socio-affectif (Berdot-Talmier, 2017).
- Eviter d'utiliser les médias comme seul moyen de calmer l'enfant

➔ Bien que les médias puissent être utilisés pour apaiser l'enfant, par exemple lors d'une procédure médicale, d'un long trajet, leur utilisation en tant que stratégie pour calmer peut entraîner des problèmes de capacité de l'enfant lui-même à définir ses limites et à gérer ses émotions.
- Ne pas se sentir obligé d'introduire la technologie précocement

➔ Les interfaces multimédias sont intuitives et les enfants apprennent rapidement.

Conclusion

Compte tenu du nombre de médias disponibles, le débat, en partie influencé par la « panique morale », met l'accent sur l'impact négatif de ces technologies sur les jeunes enfants (Berdot-Talmier, 2017). Toutefois, au regard des recommandations, une utilisation raisonnée est envisageable puisqu'elle peut aider l'enfant à se développer dans un monde numérique en constante évolution (AAP, 2016).
Les parents ont un rôle essentiel à jouer dans la qualité et la quantité d'expériences que l'enfant va vivre avec ces outils (Berdot-Talmier & Zaouche Gaudron, 2017). L'accompagnement par les adultes est fondamental pour guider l'enfant dans ses activités numériques ludiques, afin qu'il soit en mesure de mettre du sens dans le monde qui l'entoure (Berdot-Talmier, 2017; Huerre & Vlachopoulos, 2015).

Bibliographie

AAP (2016). Council on communications and media. Media and youg mind. *Pediatrics*, 138. [http://pediatrics.aappublications.org/content/138/5/e20162591], le 01/02/2019
Bach, J. F., Houdé, O., Lena, P. & Tisseron, S. (2013). *L'enfant et les écrans. Un avis de l'Académie des sciences.* Paris : Le Pommier.
Berdot-Talmier, L. (2017). Les bébés face aux médias. *Spirale, 83,* 56-61.
Berdot-Talmier, L., & Zaouche Gaudron, C. (2017). Les Technologies Numériques de l'Information et de la Communication dans l'espace familial. In A. Vinay (Dir.), *Psychologie de la famille aux différents âges de la vie : approche clinique et développementale* (pp. 133-141). Paris : Dunod.
Canadian Paediatrics Society (2017). Screen time and young children: Promoting health and development in a digital world. [https://www.cps.ca/en/documents/position/screen-time-and-young-children] Le 02/02/2019
Huerre, P. & Vlachopoulos, X. (2015). Grandir à l'heure du numérique, *Soins, Pédiatrie, Puériculture,* 282, 14-20.
Marsh, J., Plowman, L., Ymada-Rice, D & coll. (2015). Exploring Play and Creativity in Pre-Schoolers' Use of Apps: Final Project Report. [http://www.techandplay.org/reports/TAP_Final_Report.pdf], le 02/02/2019
Rideout, V. J. (2017). Media use by kids age zero to eight. Common Sense Media. [https://www.commonsensemedia.org/sites/default/files/uploads/research/csm_zerotoeight_fullreport_release_2.pdf] , le 01/02/2019