

Faut-il exposer les enfants aux écrans ?

L'exposition des enfants de moins de 3 ans aux écrans a animé de nombreux débats depuis plus d'une décennie. Une question qui se pose de nouveau depuis l'apparition de la tablette. L'écran est-il nécessaire au développement de mon bébé ? La télévision est-elle dangereuse pour l'éveil de mon enfant ? L'exposition aux écrans des enfants de moins de trois ans favoriserait-elle l'addiction au numérique ? e-Enfance vous livre les clés pour comprendre. **Biberonnés à l'image télé, qu'elles conséquences ?**

Les experts distinguent deux types d'écrans : les écrans passifs – comme la télévision – et les écrans interactifs (la tablette et l'ordinateur). Le CSA et la grande majorité des pédiatres et des psychologues déconseille fortement la télévision aux enfants de moins trois ans. Pour grandir et devenir autonome, l'enfant a besoin de contacts et d'interactions avec les personnes et les objets qui l'entourent, alors que l'écran, notamment la télévision « est quelque chose de complètement distancié », observe Justine Atlan, fondatrice de l'association e-Enfance. Loin de diaboliser la télévision, il n'en reste pas moins que les spécialistes constatent que beaucoup de parents utilisent la télévision comme « nounou », car cela les rassure de voir ce que leur enfant voit. « Ils ont l'impression de contrôler de la télévision plus que tout autre support », remarque Justine Atlan. Cependant la télévision n'est pas dangereuse sans excès, mais selon des études ce n'est qu'à partir de trois ans que l'enfant commencerait à comprendre les histoires des programmes qu'il regarde.

Alors qu'en est-il des nouveaux écrans ?

Les écrans interactifs seraient-ils un outil d'éveil et de

partage ? Les psychologues et les pédiatres semblent moins frileux quant à la question des tablettes ou autres écrans interactifs à destination des tout petits. Il semblerait important que les enfants puissent avoir accès aux tablettes avant l'âge de trois ans afin de les stimuler d'un point de vue cognitif. Cependant, selon Michael Stora, psychologue, psychanalyste et fondateur de l'Observatoire des Mondes Numériques en Sciences Humaines, invité de l'émission La Maison des Maternelles : « la tablette n'a de sens que parce qu'elle est partagée ». C'est en effet l'avis de l'ensemble du secteur : il est primordial que l'enseignant, les parents ou les membres de l'entourage accompagnent l'enfant et qu'ils aient un temps de parole lié à l'outil digital. Une deuxième théorie, formulée par un regroupement de cliniciens, contredit le rapport de l'Académie des Sciences en montrant que la tablette dans son utilisation pédagogique offre aux parents un outil pour créer des « bébés champions », capables de lire avant la classe de CP, de parler plusieurs langues. La tablette serait donc un média à tendance anxiogène.

Face à ces avis contradictoires, Justine Atlan rappelle que la tablette doit être considérée comme un loisir parmi d'autres pour le bébé : une activité complémentaire, avec un temps limité et une maîtrise du contenu.

Et après 3 ans ?

Après l'âge de trois ans et jusqu'à six ans, il est conseillé de cadrer la durée d'exposition aux écrans en une heure et une heure et demie et de continuer à inviter l'enfant à commenter ce qu'il voit afin d'entretenir l'interaction. Puis vient la période de la préadolescence et de l'adolescence, redoutée par les parents, où les enfants semblent ne plus pouvoir se passer de leur téléphone, de leur ordinateur, de leur jeux vidéo et autres écrans. L'exposition aux écrans dès le plus jeune âge favoriserait-elle cette addiction ? Comme le rappelle Michael Stora, l'addiction en général « est une fragilité qui va au-delà du numérique. Ce n'est pas l'écran lui-même qui est la

cause de l'addiction, mais d'histoires personnelles plus complexes ». L'écran devient alors une échappatoire à un environnement tyrannique et, pour certains, va devenir le seul exutoire pour éviter de voir certaines choses ou même d'y penser.