

ETRE PARENT A L'HEURE DES ECRANS, UNE MALEDICTION ?



©kellepicspixabay

Dominique Houssonloge

ANALYSE UFAPEC
DECEMBRE 2019 | 35.19



Résumé :

Être parent à l'heure des écrans, une malédiction ? C'est une question que les parents finissent par se poser vu l'omniprésence du net dans le quotidien des familles et la prolifération d'un discours diabolisant l'usage du numérique chez les jeunes. Qu'est-ce que ce discours ambiant véhicule comme représentation de la parentalité et de la jeunesse aujourd'hui ?

Mots-clés :

Numérique, adolescence, usages, réseaux sociaux, hyperconnexion, digital, dangers internet, risques internet, smartphone, parent, enfant, écran, solidarité, TICS, éducations aux médias



Avec le soutien du Ministère
de la Fédération Wallonie-Bruxelles

Introduction

Être parent à l'heure des écrans serait-il devenu une malédiction condamnant les parents à assister impuissants à la transformation de leur enfant en crétin digital, sans sens critique et prêt à gober la prochaine 'fake news' ou campagne de propagande, dépressif voire suicidaire, exposé à des risques sanitaires, dépendant, victime de cyberharcèlement ou d'arnaques, piètre élève, déconnecté du réel, sans vie sociale, si les parents ne luttent pas énergiquement contre le grand méchant web ?

Nous grossissons le trait à dessein, mais ce sont des questions que les parents se posent de plus en plus souvent d'une part, vu l'omniprésence du net dans notre quotidien et d'autre part, vu la prolifération de discours diabolisant l'usage du numérique chez les jeunes.

Cela amène nombre d'associations de parents à s'emparer de la question. Citons entre autres, l'AP du Collège Saint-Barthélemy à Liège suivie de la régionale des associations de parents de Huy en collaboration avec l'AP du Collège Saint-Quirin qui ont organisé une soirée-débat avec l'expertise d'Arnaud Zarbo, du Centre Nadja à Liège. Arnaud Zarbo est psychologue et formateur, spécialisé dans l'addiction chez les adolescents dont celle aux écrans.¹ Ces rencontres entre parents, mais aussi enseignants et élèves, sont le point de départ de cette analyse.

Précisons que nous abordons l'usage d'internet chez les adolescents et pré-adolescents (5^e et 6^e primaires). Précisons encore que notre objectif dans cette publication brève n'est pas de faire un état de lieux du vécu des familles et des pratiques éducatives déployées, mais bien de rendre compte du questionnement des parents et du discours et de la littérature mis à leur disposition.

En d'autres mots, qu'est-ce que le discours ambiant sur la problématique véhicule comme image de la parentalité et de la jeunesse à l'heure du numérique ? Cette image est-elle juste ? Si pas, pourquoi est-elle si prégnante et comment sortir de ces représentations ?

¹ Le 27/02/2019 au Collège Saint-Barthélemy à Liège et le 15/10/2019 au Collège Saint-Quirin à Huy.

Vécus et questionnements parentaux

Voici quelques réflexions parentales exprimées à la soirée à Huy :

- *L'année passée, notre fille est rentrée en secondaire et on trouvait que ce n'était pas nécessaire qu'elle ait un smartphone. Mais toute sa classe en avait un et ça lui posait des problèmes d'intégration.*
- *Ma fille est en 5^e primaire et prend déjà son smartphone à l'école. Dans sa classe, tout le monde en a un sauf trois élèves. A la récré, ils sont dessus et ceux qui n'en n'ont pas ne savent pas communiquer avec les autres.*
- *Notre fils est en 2^e secondaire et son temps de récré est très long, une heure et demie. Il le passe malheureusement sur son smartphone. On a installé un mouchard pour voir sa consommation.*
- *Autrefois, on trouvait ça facile lorsqu'on sortait, resto ou autre, de donner un écran à nos enfants, ils étaient calmes et on avait la paix. Mais aujourd'hui, ils sont tout le temps sur le smartphone et les jeux vidéo, on regrette mais on ne sait plus revenir en arrière.*
- *Je trouve que mes adolescents sont trop sur les écrans et d'un autre côté, je dois reconnaître que j'y suis beaucoup aussi.*
- *Un usage modéré, ok mais les jeux (nuls) à longueur de journée, la télévision (séries nulles) idem, il reste peu de temps pour l'enrichissement personnel.*

Des questions ont aussi émergé lors de cette soirée :

- *Ok pour laisser la liberté des écrans aux ados. Mais que faire lorsqu'ils ne pensent qu'à ça, au détriment de toutes les bases nécessaires au développement (sommeil, études, repas, relations non virtuelles) ?*
- *Comment agir en tant que parents quand son enfant se met chaque fois dans un état d'agressivité, paroles, voix, gestes, lorsqu'il joue (Fortnite, Clashroyale) ?*
- *Quel est l'impact des « films » Youtube (enregistrements pour les youtubeurs) sur une fille de 11 ans ? Fabriquer du slime (colle) n'est pas bien dangereux, mais quid des défis ? Comment prévenir un éventuel danger ? Faut-il surveiller régulièrement l'historique des films regardés ?*

Dans son courrier d'invitation, l'AP Saint-Barthélemy résume très justement les choses : *Combien sommes-nous à nous interroger sur le lien de plus en plus étroit tissé entre nos enfants et les écrans ? A travers le smartphone, ils sont dorénavant à portée de doigt, du matin au soir, voire pour quelques-uns, pendant la nuit. Derrière l'écran, se trouvent d'autres lieux, d'autres réalités, des sourires, des joies... Mais aussi des peines, des agressions, des fake news. Devons-nous nous inquiéter de cette présence toujours renforcée de l'écran et des médias qu'ils supportent ? Quand parle-t-on d'addiction ? Adolescence, jeux vidéo ou réseaux sociaux... Tout cela est-il si grave ? Quel est l'impact de l'utilisation excessive des écrans sur la santé, sur les relations sociales, familiales, sentimentales et, bien entendu, sur la vie scolaire ? Quel est l'impact sur notre relation au monde et à nous-mêmes ? Est-il nécessaire d'intervenir ?²*

² Voir le texte complet en annexe.

Un discours entre diabolisation et modération

Des discours et points de vue variés existent sur l'usage d'internet, ses effets et l'attitude parentale à avoir. Mais force est de constater qu'un discours négatif, voire anxiogène et diabolisant, est plus souvent présent dans la littérature, les médias et sur internet lui-même. Des termes tels que *risques, dangers, cyberdépendance, addiction, cyberharcèlement, troubles du sommeil ou mentaux, lobotomisation, manque d'esprit critique, rapport passif à l'apprentissage, moindres performances scolaires, mal-être, repli sur soi, déconnexion du réel, individualisme, immaturité* reviennent plus que d'autres.

Parmi les ouvrages récents sur la question, citons notamment :

La Fabrique du crétin digital. Les dangers des écrans pour nos enfants paru cette année et écrit par Michel Desmurget, éminent docteur en neurosciences et directeur de recherche à l'Inserm (Institut national de la santé et de la recherche médicale en France). Pour ce scientifique, l'invasion des écrans dans le quotidien des jeunes a de lourdes conséquences sur les aptitudes de nos enfants et in fine sur leur réussite scolaire : *sur la santé (obésité, développement cardio-vasculaire, espérance de vie réduite...), sur le comportement (agressivité, dépression, conduites à risques...) et sur les capacités intellectuelles (langage, concentration, mémorisation...)*.³ Mais le discours de Michel Desmurget va plus loin, il rend responsables les adultes et donc les parents et les éducateurs au sens large de l'abrutissement des jeunes par le numérique : *Ce que nous faisons subir à nos enfants est inexcusable. Jamais sans doute, dans l'histoire de l'humanité, une telle expérience de décérébration n'avait été conduite à aussi grande échelle*⁴.

Génération Internet. Comment les écrans rendent nos ados immatures et déprimés paru en 2018 et écrit par Jean M. Twengue, psychologue à l'université de San Diego, préfacé par Vincent de Coorebyter, philosophe et politologue de l'ULB et postfacé par Serge Tisseron, psychiatre français bien connu dans le domaine de l'éducation aux médias, a une approche un peu plus nuancée, mais néanmoins alarmiste, quant aux effets d'Internet sur les jeunes : *Sur base d'études significatives menées sur 11 millions d'Américains, elle a ainsi pu identifier une série d'attitudes complètement nouvelles directement liées, selon elle, à l'usage excessif des écrans, et les conclusions qu'elle tire sonnent comme autant de signaux d'alarme. Comment pouvons-nous protéger nos enfants de l'anxiété, de la dépression et de la solitude à l'ère numérique ? Comment mieux accompagner au quotidien cette génération montante, sans la juger ni tomber dans la répression facile et sans doute inefficace ?*⁵

Cela nous amène à nous interroger : les parents ont-ils encore le droit de prétendre à une parentalité responsable en adoptant une approche sereine de l'usage d'internet chez leur enfant ? Les nombreuses demandes de parents qui nous arrivent depuis plusieurs années centrées sur les seuls risques d'Internet nous laissent penser que non.

Bien que plus rares et peu présents dans les grandes enseignes d'édition, d'autres ouvrages relativisent les impacts du numérique sur les adolescents et proposent de

³ <https://www.seuil.com/ouvrage/la-fabrique-du-cretin-digital-michel-desmurget/9782021423310>

⁴ Idem.

⁵ Extrait du quatrième quart de couverture. Source : <https://www.fr.fnac.be/a12344104/Jean-M-Twengue-Generation-Internet>

percevoir aussi les avantages de l'outil. Citons entre autres, *Nos jeunes à l'ère numérique* paru en 2016 sous la direction d'Annabelle Klein, sociologue à l'Université de Namur qui souligne que *Pour agir au mieux, nous devons engager une compréhension de l'expérience des jeunes à travers les nouvelles technologies.*⁶

Qui a peur du grand méchant Web ? dans la collection Yapaka et écrit par Pascal Minotte, psychologue, et chercheur à l'Institut Wallon pour la Santé Mentale (IWSM) est un peu plus ancien (2012) mais cerne bien la problématique et a pour objectif de prendre le contre-pied du discours de la peur et de l'addiction. L'auteur montre que les interrogations et problématiques suscitées par les TICS dépassent largement le cadre technologique dans lequel elles s'inscrivent, pour rejoindre des préoccupations plus vastes d'éducation, les médias faisant selon lui office de *boucs émissaires, de fourre-tout où viennent se loger nos inquiétudes concernant une époque complexe et déstabilisante.*⁷

Il y a lieu de s'interroger sur cet état de fait : pourquoi l'usage d'Internet chez les adolescents est-il autant dénigré dans le discours ambiant, y compris par des scientifiques ?

Par définition, un parent est responsable de son enfant et s'inquiète pour sa sécurité, tout spécialement dans une société sécuritaire qui aimerait atteindre le risque zéro. Activez le bouton des dangers du numérique et vous êtes sûr d'être écouté et pris en considération. C'est aussi plus rentable en termes d'audimat et de ventes que de donner une vision éclairée et contextualisée de la question.

De tout temps également, la résistance au changement a été forte. Entrer dans une ère de mutation, c'est entrer dans l'inconnu, dans l'incertitude, dans une perte de repères, de pouvoir et de privilèges pour certains. Des résistances conservatrices, conscientes ou inconscientes se mettent alors en place.

Or le numérique est ce qu'on peut appeler une véritable révolution socio-culturelle où pour la première fois nos enfants, ces *digital natives*, maîtrisent mieux et en savent plus que nous. A ce sujet Pascal Minotte évoque le schéma classique du conflit intergénérationnel empreint de rigidité et de mauvaise foi, de préjugés et de caricatures qui témoignent de notre propre agressivité envers les jeunes. *À la légitime inquiétude pour l'avenir de nos enfants, se mélange une pointe d'amertume et de ressenti pour ces adolescents dans lesquels nous avons du mal à nous reconnaître. Nous sommes convaincus qu'ils sont plus violents à cause des jeux vidéo, qu'ils ne savent plus écrire qu'en langage SMS, qu'ils ne sont plus capables de se concentrer ou de fournir un effort, car plongés dans l'immédiateté des écrans, qu'ils ne connaissent plus le sens de l'amitié à cause des « amis » Facebook, etc.*⁸

⁶ <https://journals.openedition.org/questionsdecommunication/11726>

⁷ *Qui a peur du grand méchant Web ?*, p. 7 - https://www.yapaka.be/sites/yapaka.be/files/56_internet-web-1.pdf

⁸ Op. cit., p. 8.



Une image réductrice et négative des adolescents

Arnaud Zarbo attire notre attention sur l'image réductrice et négative des jeunes dans l'opinion publique, mais aussi chez certains experts. Cette image, les parents, comme parfois les adolescents eux-mêmes, finissent par l'intérioriser. Les jeunes sont souvent restreints à leur seule identité numérique. Et à partir d'usages problématiques, on en arrive à pathologiser toute une génération. Prenons les seuls exemples de la violence et du harcèlement ou de la sexualité ou encore des paris. Il n'y a pas plus de criminalité, de déviance ou d'addiction qu'auparavant dans ces domaines, mais le net permet une propagation et une exposition démultipliées de ces situations. Internet et les réseaux sociaux montrent-ils les dérapages d'une jeunesse malade ou ceux d'un monde malade ?⁹

Par ailleurs, se construire dans une société qui traverse une crise sociale, économique, environnementale et migratoire n'entraîne-t-il pas certains problèmes attribués trop facilement au net ? Par rapport aux amalgames et raccourcis simplistes présents dans certains discours, la prudence est de mise et nous interpelle sur un droit qui semble aujourd'hui remis en question : prétendre à être un jeune équilibré et épanoui à l'heure des écrans.

Par rapport à l'addiction, Arnaud Zarbo, comme d'autres experts, relativise. Dans la mesure où seulement 0,6 % des adolescents sont concernés, on ne peut pas parler de dépendance aux écrans, mais plutôt d'usages problématiques. Il insiste sur le fait de ne pas s'alarmer d'emblée, sauf pour des jeunes déjà fragiles psychologiquement. Pour les autres, *ils ne sont pas accros aux écrans mais plutôt aux autres ados.*¹⁰ En effet, l'adolescent est en recherche de son identité et de son indépendance et internet lui permet, à l'écart des parents, d'être en relation avec ses pairs et avec lui-même : les

⁹ *Internet à l'heure des écrans*, le 15/10/2019 à Huy

¹⁰ Idem.

réseaux sociaux c'est d'abord de la mise en scène et une façon de tester son image, précise encore le psychologue¹¹.

Des balises sécurisantes et signifiantes

Pour répondre à la question posée en début d'analyse : non, être parent à l'heure des écrans n'est pas une malédiction, même si la tâche est plus complexe qu'auparavant et que les parents actuels sont des pionniers dans l'éducation au numérique et aux réseaux sociaux.

Ne pas s'alarmer, avoir une approche positive ne veut pas dire se désintéresser et laisser faire, bien au contraire. Pendant cette période de la vie où le jeune va expérimenter et parfois prendre des risques, prévention, information, balisage mais aussi dialogue et accompagnement des usages numériques sont nécessaires. Si les parents mettent un cadre et partagent des expériences d'usages de jeux en ligne et d'internet avec leur enfant dès son plus jeune âge, l'accompagnement des pré-ados puis des ados se fera d'autant plus naturellement.

Passer d'une éducation du danger à celle du bien-être, renforcer l'estime de soi et donc l'envie de prendre soin de soi, faire confiance, communiquer, guider, baliser, être cohérent, développer l'esprit critique... tels sont les mots clés de l'accompagnement dont le jeune a besoin. Dès lors, la bonne question à se poser ne serait-elle pas comme le suggère encore Arnaud Zarbo : *Comment réagir par rapport à nos ados en restant des parents signifiants et crédibles ?*

Cela demande de se placer dans une attitude d'ouverture, mais aussi de s'informer sur les usages numériques juvéniles de façon à pouvoir les réguler en impliquant et responsabilisant progressivement le jeune. C'est là que de nombreux parents se sentent démunis, eux qui ne sont pas des *digital natives*. S'il ne faut pas être détenteur d'un master en sciences numériques pour accompagner son enfant sur la toile, l'UFAPEC déplore néanmoins le manque d'outils pertinents accessibles aux parents et interpelle sur le danger que continue à représenter la fracture numérique du deuxième degré, tous les parents n'ayant pas des compétences égales pour accompagner leur enfant dans leurs usages numériques. Le CSEM (Conseil supérieur de l'éducation aux médias) dont l'UFAPEC est membre, a compris le besoin et l'urgence d'outiller les éducateurs et a rédigé une série de brochures dans ce sens.¹²

Dans l'éducation aux médias, l'école et les familles ont un rôle complémentaire. Que prévoit le politique à ce sujet ? Il est encourageant de noter que dans son Avis n° 3, le Pacte pour un enseignement d'excellence souligne les risques de fracture numérique et envisage la création d'un cours spécifique d'éducation au numérique¹³. Par ailleurs, le

¹¹ Idem. Voir également Alice Pierard, *Les réseaux sociaux : quel intérêt pour les jeunes ?* - Analyse UFAPEC 2019 n°19.19 - <http://www.ufapec.be/files/files/analyses/2019/1919-Interet-reseaux-sociaux.pdf> et Alice Pierard, *Construction de soi et groupe de pairs : quel lien entre ces deux éléments phares de l'adolescence ?* - Analyse UFAPEC 2018 n°19.18 - <http://www.ufapec.be/files/files/analyses/2018/1918-groupes-ados.pdf>

¹² <http://www.csem.be/collectionreperes>

¹³ Pacte pour un enseignement d'excellence, Avis n° 3 du groupe central, mars 2017, p. 52.

plan de pilotage élaboré dans chaque école devrait intégrer une stratégie relative à la promotion de l'éducation aux médias.¹⁴

Dans son Mémoire 2019, l'UFAPEC en tant qu'organisation représentative des parents et associations de parents d'élèves de l'enseignement catholique demande plus précisément que l'éducation aux médias soit renforcée à l'école, notamment :

- en intégrant davantage l'éducation aux médias dans les programmes, de manière transversale ;
- en intégrant dans la formation le renforcement du sens critique des élèves par rapport aux contenus disponibles et aux informations diffusées sur le net ;
- en amenant à la conscience de chaque élève la question de ses usages et responsabilités sur internet et les réseaux sociaux ;¹⁵
- en disposant d'un référent TIC professionnel ayant une formation pédagogique dans chaque école.¹⁶

Pistes et conclusion

Trop souvent le discours ambiant, y compris dans le chef de certains experts, effraie, culpabilise et crispe les parents sur la question en donnant une représentation noircie et simpliste des adolescents et de leurs usages numériques. Pointer essentiellement les dérives et les dangers du net et le rendre responsable de problématiques sociétales plus larges risque de mener à des positionnements extrêmes et des pratiques éducatives contre-productives.

S'il est plus complexe et déstabilisant d'être parent à l'heure des écrans, ce n'est pas pour autant un enfer et on peut éviter qu'internet devienne une cause de fracture intergénérationnelle. La tâche éducative reste possible même si cela impose de s'informer, d'ouvrir ses horizons et de revoir ses propres usages. A la fin des soirées-débats organisées sur le numérique, ce sont des parents déjà un peu rassurés et détendus qui ont quitté l'école.

Néanmoins, une information éclairée et suffisante fait encore défaut pour ces parents défricheurs et tous ne sont pas égaux dans leurs capacités à accompagner les usages numériques. Un soutien à la parentalité qui inclut la dimension numérique, des outils variés - écrits, audio et vidéo - sont à développer pour permettre aux familles de mettre en place une régulation appropriée.

Cette régulation familiale s'inscrit dans une éducation aux médias dès l'enseignement fondamental où école et familles sont complémentaires¹⁷ et où, nous l'espérons, des enseignants formés auront la possibilité d'accompagner tous les jeunes dans leur maîtrise du numérique pour devenir très bientôt les premiers adultes *digital natives*.

¹⁴ Décret définissant les missions prioritaires de l'enseignement fondamental et de l'enseignement secondaire et organisant les structures propres à les atteindre, modifié par D. 04-02-2016 Section 2. Du projet d'établissement et du plan de pilotage de l'établissement, article 67 § 2.

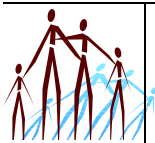
¹⁵ Mémoire UFAPEC 2019, p. 18

¹⁶ Op. cit., p. 40

¹⁷ Voir notamment Julie Feron, *Faire de la coéducation parents-enseignant dans les écoles ?*

L'expérience du projet Tandem - Analyse UFAPEC 2019 n°32.19 <http://www.ufapec.be/nos-analyses/3219-coeducation-tandem.html>

Annexe



Conférence de l'Association des Parents du Collège Saint-Barthélemy - Liège

« Être parent à l'heure des écrans » - 27/02/19

Chers Parents,

En ce début d'année, l'Association des Parents du Collège Saint-Barthélemy vous invite à sa conférence consacrée cette année aux écrans, aux liens que nos jeunes entretiennent avec eux et, à cet égard, de notre rôle de parent.

En effet, combien sommes-nous à nous interroger sur le lien de plus en plus étroit tissé entre nos enfants et les écrans ? A travers le smartphone, ils sont dorénavant à portée de doigt, du matin au soir, voire pour quelques-uns, pendant la nuit.

Derrière l'écran, se trouvent d'autres lieux, d'autres réalités, des sourires, des joies.... Mais aussi des peines, des agressions, des fake news.

Devons-nous nous inquiéter de cette présence toujours renforcée de l'écran et des médias qu'ils supportent ?

L'Association des Parents a décidé de s'emparer de cette thématique et de lui consacrer une soirée, qui sera déclinée en diverses questions auxquelles nous tenterons d'apporter une réponse :

- Comment définir l'addiction aux écrans ? Quand parle-t-on d'addiction ?
- L'addiction est-elle réservée aux gamers ? Le phénomène existe-t-il également chez les aficionados de Snapchat, d'Instagram ?
- Adolescence, jeux vidéo et/ou réseaux sociaux... Tout cela est-il si grave ?
- Quel est l'impact de l'utilisation excessive des écrans sur la santé, sur les relations sociales, familiales, sentimentales et, bien entendu, sur la vie scolaire ?
- Quel est l'impact sur notre relation au monde et à nous-même ?
- Est-il nécessaire d'intervenir ? A partir de quand et comment ?
- ...

Pour enrichir notre réflexion et répondre à vos questions, nous avons fait appel à l'expertise de **Monsieur Arnaud Zarbo**, du Centre Nadja (Liège), psychologue et formateur, spécialisé dans l'addiction chez les adolescents, dont celle aux écrans.

Cette conférence, se déroulera le **mercredi 27/02/2019 à 19H30 au Collège (En Hors-Château, 31)**. Elle est ouverte à tous:

L'inscription est gratuite mais doit être effectuée à l'adresse suivante : <https://etre-parent-a-l-heure-des-ecrans.eventbrite.fr/>

Votre voiture pourra accéder à la cour 3-4 (accès en Hors-Château).

Nous vous donnons d'ores et déjà rendez-vous à cette conférence, le mercredi 27/02.

En vous souhaitant une excellente année 2019

L'AP du Collège St-Barthélémy