
LE LIVRE BLANC

PARENTS, ENFANTS & NUMÉRIQUE

Enjeux éducatifs, contradictions et recommandations

 Observatoire de la Parentalité
& de l'Éducation Numérique

 Unaf
UNIS POUR LES FAMILLES

SOMMAIRE



| | |
|-------------|-----|
| Les auteurs | P.5 |
| Le contexte | P.7 |

PARTIE 1

| | |
|--|------|
| Etude quantitative : les principaux enseignements | P.8 |
| La méthodologie | P.9 |
| L'équipement et les usages chez les enfants | P.9 |
| la perception et l'accès au numérique des enfants et des parents | P.12 |
| L'éducation au numérique au sein du foyer | P.13 |
| L'accompagnement des parents | P.16 |
| Le rôle des influences | P.17 |

PARTIE 2

| | |
|---|------|
| Contradictions parentales : une analyse des comportements face au numérique | P.20 |
| La connexion sécurisante génère de nouvelles angoisses parentales par Jocelyn Lachance | P.20 |
| Un contrôle excessif du temps d'écran incitatif à la connexion des enfants par Jocelyn Lachance | P.25 |
| L'incitation à la déconnexion est stoppée par des connexions parentales et institutionnelles par Jocelyn Lachance | P.30 |
| Règles et cadres vs exceptions et transgression par Marion Haza | P.34 |
| Numérique et inclusion vs numérique et exclusion par Marion Haza | P.40 |
| Hyper équipement précoce vs craintes sur les risques encourus par l'enfant par Marion Haza | P.44 |
| Volonté d'accompagner leurs enfants vs montrer l'exemple par Olivier Gérard | P.49 |
| Le smartphone, outil d'émancipation vs d'hyper-surveillance par Thomas Rohmer | P.53 |

CONSEILS

| | |
|----------------------------------|------|
| Quelques conseils aux éducateurs | P.58 |
| Remerciements et contacts | P.61 |

LES AUTEURS

Thomas Rohmer

Fondateur de l'Observatoire de la Parentalité & de l'Education Numérique, expert au HCFEA - Membre du comité d'experts Jeune Public du Conseil Supérieur de l'Audiovisuel - Membre du comité scientifique de Vers le Haut.



Spécialiste en protection de l'enfance et numérique depuis 2004, nommé par le Premier Ministre, au sein du Haut Conseil de la Famille de l'Enfance et de l'Âge (HCFEA) en 2016. Entouré de nombreux experts il privilégie à travers l'OPEN qu'il a fondé, l'accompagnement des adultes (parents, grands-parents, éducateurs, professionnels de l'enfance) au travers de formations et conférences destinées à mobiliser l'ensemble "des adultes référents" autour des enjeux éducatifs en lien avec les espaces numériques.

.....

Olivier Gérard

Coordonnateur en charge de la parentalité numérique à l'UNAF, institution expert des réalités de vie des familles et membre du HCFEA.



Il est membre du comité d'expert jeune public du Conseil Supérieur de l'Audiovisuel et anime les dispositifs www.mon-enfant-et-lescreens.fr et www.pedagojeux.fr. Intervenant régulièrement sur le terrain en lien avec le réseau des UDAF, il accompagne les parents à imaginer et construire l'environnement et les modalités d'un usage positif et raisonné des écrans au sein de la famille.

Marion Haza

Psychologue clinicienne, Fondatrice et Présidente de l'Association CAMÉLÉON, Clinique, Adolescence, Modernité, Vice présidente de l'Observatoire de la Parentalité et de l'Education Numérique



Secrétaire générale du Collège International de l'Adolescence (CILA), Maître de conférences HDR en psychopathologie clinique à l'Université de Poitiers, Laboratoire EA4050 CAPS. Ses travaux portent principalement sur le contexte culturel et générationnel de l'adolescent (marquages du corps, rapport aux images, pornographie sur Internet, Jeux vidéo) et sur les pratiques corporelles dans la psychopathologie adolescente (scarifications, tentative de suicide, anorexie, Binge Drinking).

Jocelyn Lachance

Maître de conférence en sociologie et membre du laboratoire Passages du CNRS (UMR 5319).



Il est notamment l'auteur de *L'adolescence hyper-moderne* (2011), de *Photos d'ados* (2013) et de *La famille connectée* (2019). Ses travaux portent principalement sur le rapport des adolescents au temps, au risque et aux technologies de l'information et de la communication. Il est aussi le codirecteur de la collection Adologiques aux Presses de l'Université Laval.



CONTEXTE

À l'heure où les outils numériques sont l'objet de nombreuses caricatures occasionnant polémiques et angoisses, L'OPEN et l'UNAF ont décidé de s'intéresser aux enjeux liés à l'utilisation des outils numériques au sein des familles françaises. Au delà des simples chiffres d'équipement et de temps passé il nous a semblé intéressant d'analyser les stratégies éducatives déployées par les parents en fonction de l'âge de leurs enfants, de vérifier si le numérique représente un sujet de satisfaction ou d'inquiétude, de décrypter les difficultés rencontrées et les solutions attendues ...

Pour la première fois en France sur cette thématique, nous avons décidé de mener deux études en parallèle en nous appuyant sur **une enquête quantitative confiée à Médiamétrie** et **une enquête qualitative confiée à Anthropado**.

Le résultat se trouve dans cet ouvrage qui n'a pour seule ambition que de permettre la réflexion sur ce sujet souvent plus complexe qu'il n'y paraît. L'œil affûté des experts de l'OPEN a permis de mettre en exergue certaines contradictions parentales au cœur de ces nouveaux enjeux éducatifs et d'amorcer des pistes de réflexion pour lesquelles nous avons souhaité bannir toute forme d'injonction négative pour valoriser les relations parents enfants que cela soit avec ou sans numérique •

PARTIE 1

ETUDE QUANTITATIVE :
LES PRINCIPAUX ENSEIGNEMENTS



La méthodologie

Population de référence

Ensemble des foyers accédant à Internet dont le chef de foyer est âgé de 18 ans et plus et parent d'enfant(s) de 0 à 14 ans

Quotas

Echantillon constitué selon la méthode des quotas, sur la base de l'étude de référence Home Devices (T2-2019) afin d'être représentatif des foyers avec enfants de 0 à 14 ans

Mode de recueil

Administration d'un questionnaire par Internet (CAWI)

Taille de l'échantillon

2 087 interviews

Période d'enquête

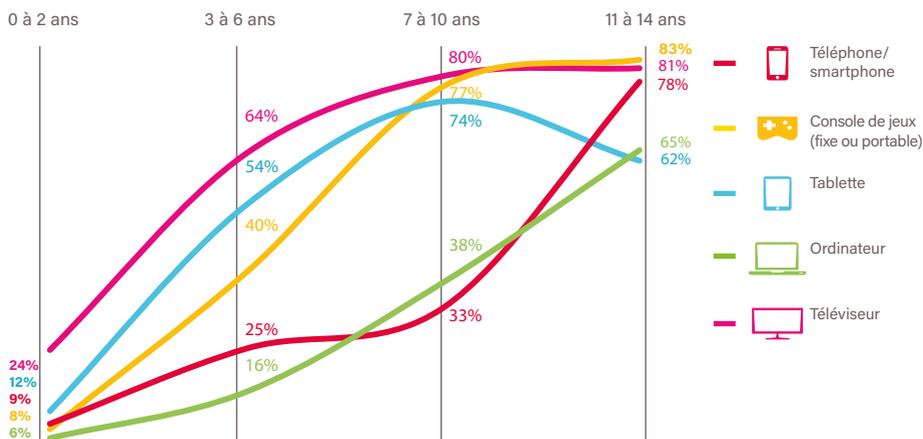
Du 25 septembre au 8 octobre 2019

Redressement

Afin de garantir la représentativité de l'échantillon, un redressement a été opéré sur la base de l'étude de cadrage Home Devices (T2 - 2019) pour le profil des foyers accédant à Internet dont le chef de foyers est âgé de 18 ans et plus

L'équipement et les usages progressent avec l'âge des enfants

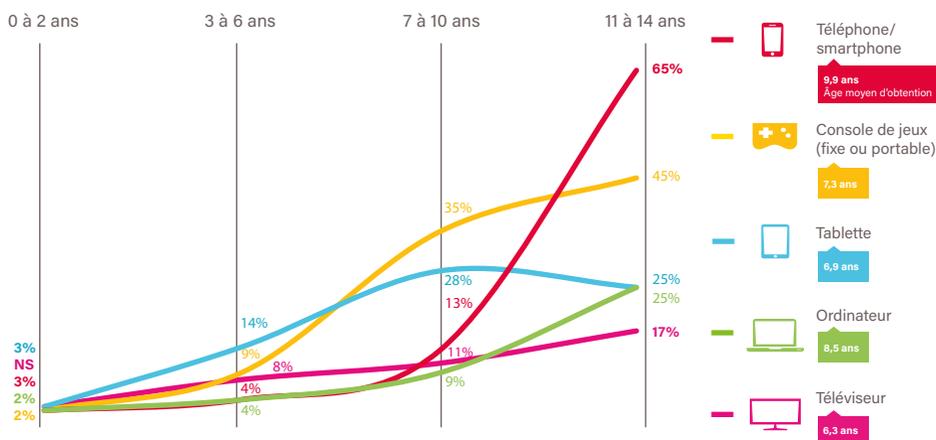
Equipements utilisés par les enfants selon l'âge



Base : Ensemble des foyers accédant à Internet et équipés de chacun des supports dont le chef de foyer est âgé de 18 ans et plus et parent d'enfants de 0 à 14 ans

Equipements possédés par les enfants selon l'âge

49% des enfants âgés de 0 à 14 ans possèdent au moins un équipement



NS : Chiffre non-significatif qui ne peut être affiché en raison d'un effectif interrogé inférieur au seuil d'affichage (inférieur à 15)

Comparaison des activités médias/numériques réalisées par les parents et les enfants



Vidéos

61% des parents regardent des vidéos de courte durée

vs. **45% des enfants**

parmi eux, **45%** le font seul



Jeux vidéo

51% des parents jouent à des jeux vidéo

vs. **43% des enfants**

parmi eux, **38%** le font seul
34% avec leurs frères et sœurs



Musique

69% des parents écoutent de la musique / regardent des clips vidéo

vs. **39% des enfants**

parmi eux, **51%** le font seul

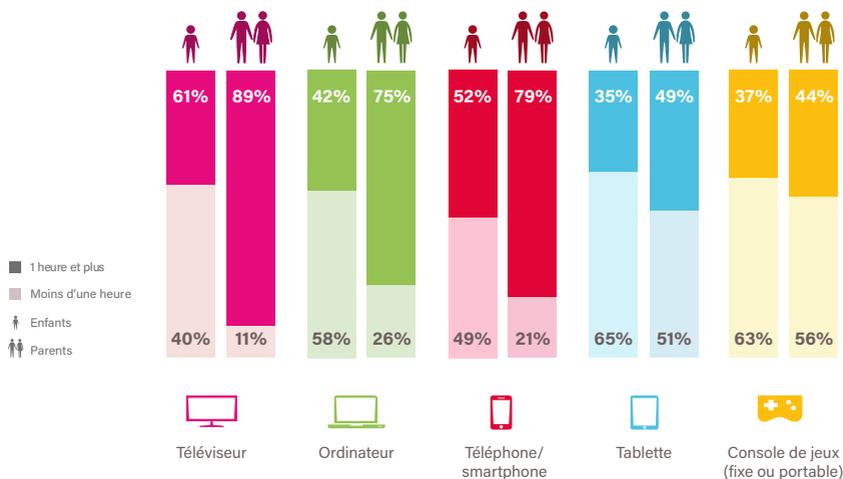


51% des enfants âgés de 11 à 14 ans se rendent sur les réseaux sociaux

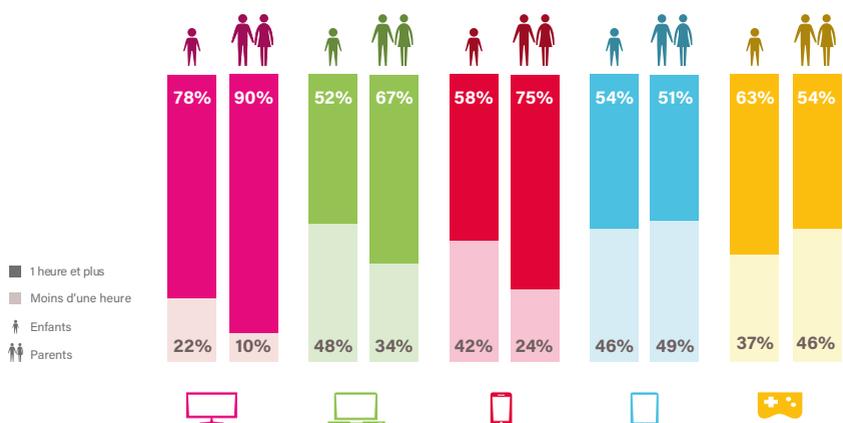
vs **72%** pour les parents

Base : Ensemble des foyers accédant à Internet dont le chef de foyer est âgé de 18 ans et plus et parent d'enfants de 0 à 14 ans

Temps d'utilisation des écrans un jour de semaine des parents et des enfants de 0 à 14 ans



Temps d'utilisation des écrans un jour de week-end des parents et des enfants de 0 à 14 ans



Base : Parents / enfants utilisateurs des équipements cités

Les parents ont une perception ambivalente des usages numériques de leurs enfants

43% des parents perçoivent globalement l'utilisation du numérique par leurs enfants comme une **opportunité** permettant...



83%

à l'enfant de **vivre dans son temps**



83%

d'**attiser la curiosité** de l'enfant



83%

à l'enfant de **s'ouvrir à la connaissance**



82%

d'accéder à des **ressources pour l'éducation** de l'enfant



79%

aider l'enfant à **développer sa créativité**

vs

42% des parents perçoivent l'utilisation du numérique par leurs enfants comme un **risque** pouvant...



90%

provoquer **une dépendance** des enfants **aux écrans**



87%

mettre en contact les enfants **avec des inconnus**

Focus sur les parents d'enfants de 0 à 2 ans



27% perçoivent l'utilisation du numérique par les enfants comme une **opportunité**

vs

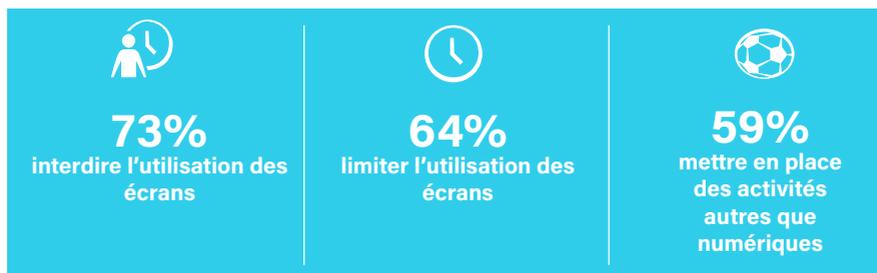


59% perçoivent l'utilisation du numérique par les enfants comme un **risque**

*14% ne perçoivent pas l'utilisation du numérique par les enfants **comme une opportunité ou un risque***

L'éducation numérique au sein du foyer passe par des règles et pratiques plus ou moins difficiles à mettre en place

Les parents mettent en place des **règles ou pratiques** pour contrôler l'utilisation du numérique de leur(s) enfant(s) pour...



50%
respecter les signalétiques d'âge

37%
surveiller les pratiques numériques



35%
des parents adaptent leur comportement pour donner l'exemple

Cependant, en présence des enfants, ces parents déclarent utiliser :

pour 57%



Téléviseur

pour 34%



Tablette

pour 34%



Ordinateur

pour 32%



Téléphone/
smartphone

Base : Ensemble des foyers accédant à Internet dont le chef de foyer est âgé de 18 ans et plus et parent d'enfants de 0 à 14 ans

Le débat sur l'éducation au numérique est au coeur des préoccupations familiales



82% des parents prennent des décisions en commun

86% lorsque les parents répondant sont CSP+

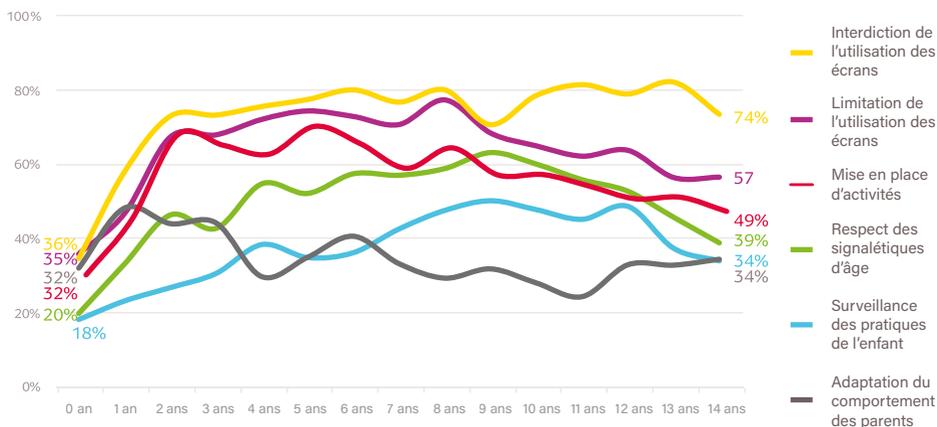


29% des parents se retrouvent en désaccord

35% pour les parents séparés

Base : Ensemble des foyers accédant à Internet dont le chef de foyer est âgé de 18 ans et plus et parent d'enfants de 0 à 14 ans qui s'occupent de l'éducation numérique de leur enfant

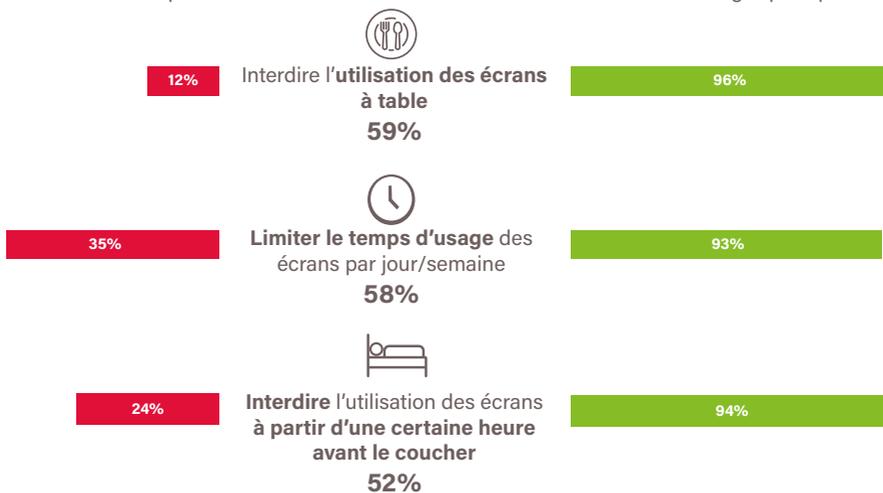
Règles et pratiques pour contrôler l'utilisation du numérique en fonction de l'âge de l'enfant



Efficacité et difficulté des règles et pratiques les plus instaurées

Difficulté de mise en place

Efficacité de la règle/pratique



Base : Ensemble des foyers accédant à Internet dont le chef de foyer est âgé de 18 ans et plus et parent d'enfants de 0 à 14 ans

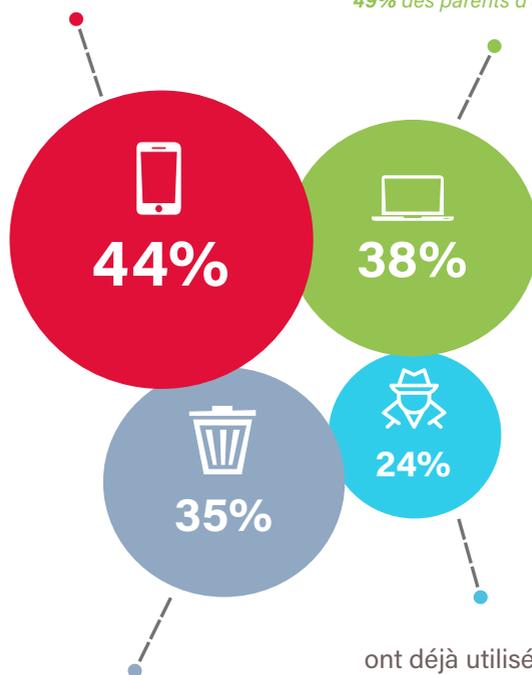
Usage de solutions techniques par les parents pour contrôler les pratiques numériques

ont procédé au **paramétrage du smartphone**, de la console ... de l'enfant

58% des parents d'enfants de 7 à 10 ans

ont utilisé des **dispositifs techniques/logiciels** de contrôle du surf

49% des parents d'enfants de 7 à 10 ans



ont procédé à la **suppression des applications** utilisées par les enfants

50% des parents d'enfants de 7 à 10 ans

ont déjà utilisé des **logiciels d'espionnage** (géolocalisation, tracker, etc.)

31% des parents d'enfants de 7 à 10 ans

Base : Ensemble des internautes de 18 ans et plus et parents d'enfants de 0 à 14 ans

Les parents sont en demande d'accompagnement

43% des parents ont consulté une **solution d'accompagnement**



36% ont consulté une **solution numérique**

Sites d'**organismes de soutien** à la parentalité et protection de l'enfance

Les sites Internet du **gouvernement**

Les **forums ou blogs**

Les **guides** papiers ou numériques

Les **vidéos de prévention** sur Internet

Les pages/sites de conseils réalisés par les **acteurs numériques**



20% ont consulté une **personne physique**

Un **professionnel de la santé**

Un **conseiller d'orientation**

Une **assistante sociale**

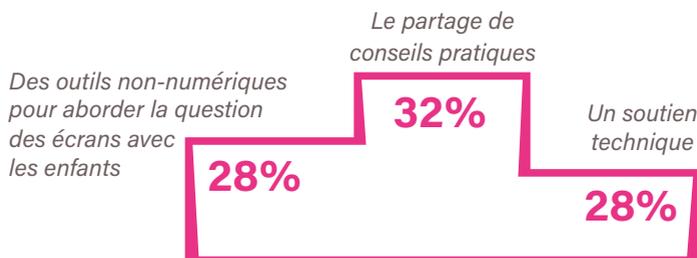
La participation à des **conférences ou formations**



La solution jugée la plus utile à **94%** est le **professionnel de santé**

44% des parents ne se sentent pas ou pas assez **accompagnés dans l'encadrement de la pratique numérique de leur(s) enfant(s)**

3 actions jugées indispensables pour accompagner les parents :



Base : Ensemble des foyers accédant à Internet dont le chef de foyer est âgé de 18 ans et plus et parent d'enfants de 0 à 14 ans

La famille est perçue comme l'acteur le plus influent dans l'éducation numérique des enfants

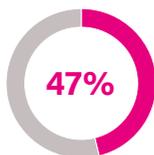
Les parents sont les **premiers initiateurs** à l'usage des écrans. Lors de la première utilisation d'un équipement numérique par l'enfant, **77%** des enfants étaient accompagnés.



Des enfants étaient accompagnés de leurs parents dans l'initiation à la TV



Les acteurs de confiance dans l'éducation numérique



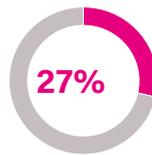
La famille

► soutien **indispensable** pour 25% des parents



Les établissements scolaires
le corps enseignant

► soutien **indispensable** pour 15% des parents



Les professionnels
de la santé

► soutien **indispensable** pour 20% des parents



Les amis et proches

► soutien **indispensable** pour 9% des parents



Les acteurs de soutien à la parentalité et les
associations de protection de l'enfance

► soutien **indispensable** pour 10% des parents

Base : Ensemble des foyers accédant à Internet dont le chef de foyer est âgé de 18 ans et plus et parent d'enfants de 0 à 14 ans

Les parents ont un avis mitigé sur les politiques publiques en matière d'éducation numérique

Les politiques publiques suivantes sont jugées efficaces pour...



58%

Apprendre à **utiliser le numérique**



55%

Sensibiliser sur les effets positifs et négatifs des écrans



54%

Sensibiliser sur les pièges auxquels les enfants peuvent être confrontés sur internet



53%

Sensibiliser sur ce qui est légal ou illégal

Base : Ensemble des foyers accédant à Internet dont le chef de foyer est âgé de 18 ans et plus et parent d'enfants de 0 à 14 ans



CONTRADICTIONS PARENTALES : UNE ANALYSE DES COMPORTEMENTS FACE AU NUMÉRIQUE

La connexion sécurisante génère de nouvelles angoisses parentales par Jocelyn Lachance

La volonté de se connecter pour se sécuriser entraîne paradoxalement de nouvelles situations anxiogènes

L'inquiétude est souvent palpable chez nombre de parents soucieux de faire au mieux pour sécuriser les pratiques de leurs enfants et de leurs adolescents. L'objectif est louable dans la mesure où c'est la confrontation à des dangers qu'ils veulent éviter à tout prix à leurs fils et à leurs filles. Or, la multiplicité des formes que prennent leurs craintes à l'ère du numérique les amènent paradoxalement à favoriser la connexion de leurs enfants de plus en plus tôt... L'enquête médiamétrie montre, à cet effet, que l'âge d'acquisition d'un premier smartphone personnel est passé en moyenne à 9,9 ans, signifiant par le fait même qu'un nombre important d'enfants possèdent déjà leur propre appareil avant leur entrée au collège. Cet accès de plus en plus banal à ces outils personnels de communication et d'information explique sans doute en partie pourquoi les pratiques numériques solitaires sont très fréquentes et ce, dès le plus jeune âge.

Si 38% des enfants affirment jouer seul à la console, 30% disent regarder seul des séries, 45% des vidéos courtes sur Youtube et 70% fréquentent seuls les réseaux sociaux.

l'acquisition d'un premier smartphone personnel est passée en moyenne à

9,9 ans

La décision des parents d'équiper leurs enfants d'un téléphone de plus en plus tôt s'explique à la fois par la peur de les exclure d'un espace numérique propice à la sociabilité juvénile et par le désir de savoir leurs enfants joignables en permanence, peu importe où ils se trouvent. Que ce soit lorsqu'ils se retrouvent chez leurs grands-parents, chez leurs amis ou même à

l'école, plusieurs parents se rassurent, à leurs yeux, en sachant que leurs fils et leurs filles sont, en un seul clic, joignables. La norme de la connexion permanente s'est ainsi immiscée dans la vie des familles, au point de considérer comme tout à fait normal et banal le fait de pouvoir recevoir, à tout moment, un signe de vie de n'importe quel de ses membres. Les premières expériences de séparation sont alors vécues de plus en plus souvent à travers la régulation du lien par l'usage du smartphone, ce qui implique que parents et enfants semblent échanger de plus en plus souvent les uns avec les autres même lorsque les événements du quotidien (comme le simple fait d'aller à l'école) les séparent.

Chaque parent passe ainsi plus ou moins explicitement avec ses enfants un pacte de connexion, c'est-à-dire qu'ils ont des attentes relativement précises concernant la fréquence avec laquelle leurs enfants devraient les contacter lorsqu'ils sont séparés physiquement et des attentes toutes

aussi précises concernant la vitesse avec laquelle ils doivent répondre à leurs appels et à leurs textos. Ce pacte de connexion, nous l'avons compris, concerne la plupart des individus vivant dans un monde connecté, et ce sont les conjoints et les conjointes, les amis proches, et maintenant les parents et leurs enfants qui s'imposent mutuellement le devoir de rester joignables en tout temps. Il en résulte que la normalité est d'être joignable et que toute dérogation à cette situation attendue peut engendrer de nouvelles angoisses. Ainsi la connexion, qui devait rassurer ceux qui en défendent les avantages, finit par produire des situations anxigènes qui n'auraient pas existé sans les attentes que les outils de communication et d'informations numériques induisent.

La plupart d'entre nous avons vécu cette expérience où **l'anxiété surgit parce qu'une personne significative n'était pas joignable** alors qu'elle devait l'être. Chez certains, des scénarios catastrophistes surgissent alors, le pire



est au rendez-vous, et l'imagination débordante laisse croire parfois qu'un drame s'est bel et bien produit. Plus les attentes sont importantes concernant **la capacité apparente de la connexion à rassurer**, plus les situations inattendues en ce sens risquent d'être vécues comme étant dramatiques. Ainsi les parents doivent bien avoir en tête que les promesses de la connexion impliquent qu'elles soient déçues. La tentation des parents à l'ère du numérique de tester la possibilité de réactiver le lien malgré la distance est pourtant très présente dans leur vie. Si certains s'en tiendront à quelques appels au cours du week-end que leurs ados passeront avec leurs copains, d'autres attendent de leurs enfants des textos, chaque fois qu'ils arrivent à l'école, ou n'hésitent pas à relancer leurs fils ou leurs filles à plusieurs moments de la journée pour vérifier « si tout va bien ». Il en résulte aussi que les échanges qui se répètent

70%

des enfants fréquentent seul
les réseaux sociaux

entre certains parents et leurs enfants durant le jour transforment la nature de

leurs retrouvailles le soir, dans la mesure où ce qui a été vécu pendant la journée a déjà fait l'objet d'une discussion à distance.

Dans nos enquêtes récentes, les enfants et les adolescents disposant d'un smartphone racontent ne pas réagir tous de la même manière face à cette injonction d'être joignables en tout temps. Si certains racontent avoir intégré à leur mode de fonctionnement les craintes de leurs parents, en anticipant les moments où ils doivent les appeler ou les texter, d'autres entrent progressivement dans des phases de désynchronisation pour signifier leur désir de s'émanciper d'une connexion qu'ils considèrent comme trop contraignante, comme une manière de signifier leur volonté d'autonomisation face à leurs parents. Ainsi semble s'opérer une nouvelle polarisation entre deux groupes distincts d'adolescents et d'adolescentes : d'une part, **ceux et celles qui vont se servir de la connexion pour affirmer leur autonomie, et la symboliser par la déconnexion ponctuelle** au regard de leurs parents, d'autre part, ceux et celle qui vont, **au contraire, se laisser happer par une relation d'emprise plus ou moins intense avec des parents (sur)protecteurs**. En fonction des relations qui s'expriment au sein de la famille, la connexion peut donc favoriser l'autonomisation des jeunes dans

certains cas alors que, dans d'autres contextes familiaux, cette même connexion freinera cette autonomisation. En ce sens, un exemple tiré de nos enquêtes vient bien illustrer comment la connexion peut induire des freins à l'autonomisation. Une jeune fille nous raconte, qu'ayant emprunté la voiture de son beau-père et voulant y remettre de l'essence avant de la rendre, elle se retrouve confrontée à la difficulté d'ouvrir la petite trappe située à l'arrière. De la station d'essence, elle téléphone alors à son beau-père qui ne répond pas. Puis, elle tente sa chance auprès de sa mère, qui ne répond pas davantage, puis de son frère... Pourtant, nous comprenons que des gens se trouvent tout près d'elle à la station-service et qu'elle aurait pu facilement et à tout moment interpeller l'un d'eux... Si **l'autonomisation consiste également à (se) savoir mobiliser des « ressources » extérieures à la famille, nous voyons comment, dans différentes situations que nous pouvons aisément imaginer, la connexion peut devenir un frein à celle-ci.** Car elle suppose que l'individu doit faire un effort pour ne pas se replier sur la situation la plus facile.

Dans un monde connecté, la tentation de la géolocalisation constitue l'exemple emblématique de ce paradoxe qui consiste à considérer les informations obtenues potentiellement en temps réel comme des gages de sécurité pour les enfants. Localiser une personne pour se donner le sentiment d'être rassuré n'est pas une stratégie nouvelle, et la question posée souvent lorsqu'un proche décroche le téléphone (**où es-tu en ce moment ?**) traduit bien souvent l'envie de situer géographiquement l'interlocuteur. Or, si la géolo-



calisation renseigne éventuellement les parents sur la situation géographique de leurs enfants, elle ne révèle rien de ses activités. L'accès à des données objectives remplace alors l'échange potentiel avec l'enfant et l'accès à cette parole. Cette tendance à remplacer le discours des plus jeunes par des traces ou des données numériques, que celles-ci consistent en l'accès à des photos, des historiques ou des données de localisation, entre en tension avec l'accès au récit des enfants et des adolescents qui devient potentiellement moins important dans ce contexte. Ainsi certains parents vont s'en tenir à ces informations, sans prendre le risque d'interroger ou de confronter leurs enfants. Dans d'autres cas, ce sont des situations pratiquement opposées qui se déroulent au sein des familles : des parents vont, par exemple, utiliser des données de géolocalisation pour affronter leurs enfants qui n'étaient pas à l'endroit où ils devaient être (à l'école par exemple) en leur dévoilant qu'ils étaient géolocalisés à leur insu. **La pratique de la géolocalisation, qui servait alors à rassurer les parents, se transforme en outil de contrôle.** Les épisodes que les ados géolocalisés nous relatent soulignent la violence d'avoir été suivis à la trace, sans le savoir, mais aussi, l'impossibilité de pouvoir argumenter, se défendre, raconter sa version des faits face à l'objectivité de la donnée de géolocalisation qui, elle, ne ment pas •

.....

Conclusion

Que ce soit l'accès à des données de géolocalisation, à des traces numériques ou tout simplement à des réponses permanentes à ses textos ou ses appels, les parents doivent comprendre que toutes les habitudes de connexion qu'ils prennent avec leurs enfants devront, tôt ou tard, faire l'objet d'une transformation, dans la mesure où leur autonomisation forcera la révision du pacte de connexion. Ainsi, l'expérience de séparation à l'échelle du quotidien, désormais médiatisée par la connexion, risque d'engendrer à une autre échelle (lors du départ du foyer familial par exemple) la nécessité de faire le deuil, non seulement de la présence, mais aussi de la réponse attendue, malgré la distance.

Un contrôle excessif du temps d'écran incitatif à la connexion des enfants par Jocelyn Lachance

La gestion du temps passé devant les écrans par les parents n'empêche pas les enfants de se connecter davantage

La question du temps est centrale dans la gestion des pratiques numériques des enfants et des adolescents par les parents (**58% affirment limiter le temps d'écran de leurs enfants par jour ou par semaine**). A défaut de pouvoir réguler ce qu'ils voient, ce qu'ils font et ce à quoi ils risquent d'être confrontés sur les réseaux sociaux, la gestion de la durée, de la fréquence et du moment pendant laquelle leurs enfants se connectent apparaît comme une manière d'affirmer leur mainmise sur des pratiques qui, dans les faits, semblent leur échapper.

Le moment pendant lesquels les enfants et les ados ont oui ou non le droit de se connecter fait partie des discussions (parfois animées) qui s'imposent dans le contexte familial. Le temps du repas est en ce sens emblématique. Se posant en protecteur de ce temps sacralisé du dîner, des parents cherchent alors à interdire l'accès au smartphone, le « temps de se retrouver tous ensemble ». Mais voilà que, non seulement l'ainé déroge en sortant son smartphone sous la table, le père ou la mère aussi succombe à la tentation, pour répondre à un texto « urgent » ou pour consulter ses mails professionnels. La détermination du moment pendant lequel les membres de la famille peuvent ou non se connecter pose alors la question du consensus, **du rôle des parents en tant qu'exemple à suivre** (ou ne pas suivre !) et surtout du sens que prend un tel moment de déconnexion, ce qui n'est pas toujours clair dans l'esprit de tous les membres de la famille. En ce sens, l'enquête quantitative menée par médiamétrie indique bien que **les plus grands consommateurs d'écrans sont les parents**, et pas leurs enfants. Ainsi, si 32% des parents affirment passer plus de 4 heures devant la télévision les week-ends, seulement 11% de leurs enfants disent passer autant de temps qu'eux durant la même période. Cette tendance est aussi vraie pour l'usage de l'ordinateur, de la tablette et du téléphone. Même dans le cas de la console de jeux vidéos, que nous pourrions imaginer beaucoup plus utilisée par les enfants que par leurs parents, rappelle que ces derniers donnent aussi « l'exemple » en ce sens : si 24% parents disent passer plus de 2 heures par semaine à jouer à de tels jeux, 27% des enfants affirment la même chose de leur côté.

La question du « bon moment » s'observe aussi dans la préservation du temps du sommeil. **Si certains spécialistes rappellent que la consommation d'écran avant d'aller dormir affecte significativement le sommeil**, la régulation des pratiques numériques le soir tard et pendant la nuit est une préoccupation chez plusieurs parents. Selon la même enquête quantitative, 52% des parents interdisent à leurs enfants d'utiliser les outils numériques à partir d'une certaine heure avant le coucher. La connexion la nuit chez les enfants et les ados n'est cependant pas la norme, et même **de jeunes adolescents se plaisent à affirmer qu'ils préservent leur sommeil de la connexion**, manière de signifier qu'ils sont des personnes autonomes. Par contre, pour nombre d'enfants et d'ados, le soir apparaît souvent comme un temps pour enfin se retrouver seul ou enfin se retrouver, en ligne, avec les amis. La connexion, que ce soit pour regarder des images en solitaire ou pour échanger via des systèmes de messageries instantanées, se révèle alors comme l'allié d'un moment pris pour se reposer seul ou avec des amis significatifs.

Situés entre l'accompagnement et l'interdiction, certains parents vont alors **s'en remettre au bon sens de leur enfant**, capable de freiner par lui-même son désir de connexion, tandis que

d'autres vont mettre en place des stratégies pour empêcher systématiquement l'accès de leur enfant à internet ou même à un écran. Dans ce dernier cas, des pratiques de déconnexion forcée sont mises en place (couper la wifi après 21 heures, obligation de déposer son smartphone dans le salon, etc.). Si, dans le premier cas, l'enfant est responsabilisé au risque de faire peser sur lui une tentation difficilement soutenable, dans le deuxième cas, cet enfant n'a

52%

des parents interdisent à leurs enfants d'utiliser les outils numériques à partir d'une certaine heure avant le coucher

pas l'occasion de gérer par lui-même sa consommation d'écran dans une perspective d'autonomisation. L'accompagnement devrait donc toujours laisser un certain espace de possibilité pour l'enfant apprenant à gérer, au fil du temps, sa consommation en fonction des situations qui se présentent à lui.

Ce qui vaut pour le moment de la connexion s'applique aussi à la durée passée devant les écrans. Les parents sont nombreux à décrire ces situations dans lesquelles leurs enfants, qu'ils soient petits ou ados, sont « **scotchés**

» devant leurs écrans. Parce que le jeu les fascine, les entraîne, parce que l'enchaînement des vidéos les garde attentifs et curieux ou parce que l'échange avec leurs amis les informe ou les divertit, **ils n'arrivent alors que très difficilement à sortir de leurs pratiques numériques, d'où l'inquiétude des parents qui n'interrogent pas toujours le sens effectif de cette attention soutenue.** Des stratégies plus ou moins efficaces sont alors mises en place par les parents. Par exemple, certains disent être attentifs aux signes que laissent paraître leurs ados lorsqu'ils sont devant les écrans pour les aider à intervenir ou non. Dans ce contexte, lorsqu'ils les sentent trop « énervés », des parents, pensant bien faire, vont alors intervenir pour cesser leurs activités en ligne ! On ne s'étonnera guère des épisodes de « crises » qui suivent bien souvent ce type d'intervention et des conflits que cela peut alimenter. D'autres parents vont plutôt déterminer des horaires précis pendant lesquels les jeunes pourront se connecter. Par exemple, dans certaines familles, les enfants ont le droit de se connecter pendant une heure ou deux, de 17h à 18h par exemple, juste en rentrant de l'école. Cette gestion du temps de consommation des écrans peut cependant induire des effets inverses à ceux recherchés dans la mesure où, n'ayant accès à l'écran qu'à ce moment, on peut penser sans trop de risque que certains enfants se connecteront alors par défaut, même lorsque leur motivation à le faire sera limitée, sachant qu'après, la connexion sera impossible...

L'une des méthodes de gestion du temps des écrans qui semble particulièrement efficace **consiste à attribuer aux enfants un certain volume de temps pour la**



semaine. Cette méthode à l'avantage de donner la main aux enfants qui peuvent alors faire l'expérience d'une connexion prolongée (je décide de prendre mes 5 heures tout de suite) au risque d'une déconnexion prolongée sur la durée de plusieurs jours (il ne me reste plus de temps de connexion jusqu'à dimanche). Ces expériences favorisent alors une prise en compte de la limite par l'enfant qui doit répartir son temps d'écran, en l'associant à d'autres activités de son quotidien (je ne me connecterai pas samedi, puisque je pourrai faire autre chose avec mes amis). Ainsi est-il possible de poser des limites tout en laissant aux enfants un cadre suffisamment flexible pour que puisse s'exprimer leur tentative de gestion personnelle de leur temps d'écran.

58%

affirment limiter le temps d'écran
de leurs enfants par jour
ou par semaine

L'autre dimension importante de la gestion de ce temps d'écran est la fréquence à laquelle se connecte un enfant ou un ado. Dans nos sociétés, nous avons généralement beaucoup plus de facilités à remarquer qu'un individu se

connecte à ses outils numériques qu'à réaliser que ce même individu ne s'est pas connecté depuis plusieurs heures ! Ainsi, au sein des familles, parmi les couples et entre amis, certains essuieront les commentaires des uns et des autres au moment où ils consulteront (encore) leurs smartphones, leurs tablettes ou leurs ordinateurs : « **tu es encore sur ton téléphone !** », entendront-ils alors. Pourtant, rares sont ceux qui entendront le commentaire inverse : « **Ah ! Tu n'es pas connecté en ce moment !** ». Cette remarque en apparence anecdotique affecte pourtant les plus jeunes dans leurs efforts de gestion du temps passé devant les écrans. A titre d'exemple, lors de nos enquêtes, une jeune adolescente fait remarquer que, depuis des semaines, elle fait de réels efforts pour se connecter moins souvent, consciente, dit-elle, des effets néfastes que cela peut entraîner dans sa vie... Or, alors qu'elle a passé déjà quelques heures dans sa chambre à lire et à écrire, elle finit par retourner au salon pour se connecter à l'ordinateur familial. C'est à ce moment qu'elle reçoit le commentaire de ses parents : « tu te connectes encore ! », lui laissant comprendre que ses efforts de déconnexion ne sont pas perçus par ces derniers •



Conclusion

La gestion du temps des écrans **ne devrait donc jamais être complètement dissociée du sens** de ce que les jeunes font de ce temps : jouent-ils ? Communiquent-ils ? S'informent-ils ? Et pourquoi empruntent-ils ce moyen pour jouer, communiquer, s'informer ? Car la question du temps passé devant les écrans, réduite le plus souvent à sa dimension quantitative, devrait surtout être abordée du point de vue qualitatif. Car trois heures « perdues à jouer à un jeu stupide » ne sera pas perçue de la même manière si les parents réalisent qu'il s'agit de « trois heures passées à développer une stratégie de groupe ». Ou ces trois heures ne seront pas perdues s'ils comprennent que les échanges en ligne avec son ou sa meilleure amie n'ont pas été perdus en échanges futiles et que cette conversation tout à fait réelle lui a surtout permis de mieux se sentir le lendemain au collège... une sensibilisation qui apparaît d'autant plus pertinente lorsque nous savons, comme l'indique l'enquête quantitative, que seulement 40% des parents croient que le numérique permet à leurs enfants de créer des liens avec d'autres enfants...

.....



L'incitation à la déconnexion est stoppée par des connexions parentales et institutionnelles par Jocelyn Lachance

La déconnexion des enfants est encouragée par les parents alors que les institutions, les professionnels et les parents eux-mêmes les encouragent à se connecter

Il existe une **tension permanente entre le désir des parents que leurs enfants se connectent moins souvent** et les encouragements tout aussi permanents émanant de la part de professionnels, de différentes institutions et des parents eux-mêmes. Ainsi l'un des résultats de l'enquête quantitative montre bien ce paradoxe entre ce qui motive ces parents à connecter leurs enfants et ce qui les motive paradoxalement à freiner leur connexion. Si 96% des parents sont d'accord pour dire que le numérique est un bénéfice pour leurs enfants, 95% d'entre eux pensent que le numérique peut aussi déclencher des troubles comportementaux chez les jeunes usagers... Les parents se retrouvent alors en permanence dans cette position ambivalente, cherchant des moyens de diminuer le temps passé devant les écrans face aux différentes pressions qui s'imposent pour, au contraire, les ramener devant le téléphone, la tablette, la télévision et l'ordinateur.

L'institution scolaire compte depuis plusieurs années au nombre de ces institutions participant de l'augmentation du temps passé devant les écrans par les enfants et les adolescents. L'usage de l'ordinateur et de la tablette numérique mais aussi l'invitation des professeurs à utiliser en classe le smartphone pour, par exemple, effectuer des recherches, sont quelques exemples confirmant la participation des enseignants à la socialisation numérique des plus jeunes. Lorsque des enfants sont empêchés d'aller jouer à l'extérieur pour des raisons météorologiques, il n'est pas rare qu'un professionnel de l'éducation ou de l'enseignement ait recours aux dessins animés ou aux consoles de jeux vidéos comme propositions d'une activité à faire « par défaut ». Les écrans se sont ainsi immiscés dans les relations entre les professionnels et les plus jeunes, renforçant la banalisation de leurs usages à l'intérieur comme à l'extérieur du foyer familial.

Ce rôle des institutions ne se limite au temps que passent en leur sein les enfants et les adolescents. Comme un prolongement numérique de leur espace physique, les écoles ont récemment fait entrer dans leur fonction l'usage de Pronote qui constitue un interface de communication entre les enseignants et les parents,

interface qui facilite également l'accès des élèves à leur dossier. Ces derniers peuvent alors accéder à du contenu en ligne, mais aussi à leur résultat scolaire. Or, cette incitation à retourner vers internet dans le contexte scolaire vient parfois perturber la relation que les parents entretiennent avec leurs enfants dans la mesure où Pronote permet aux plus jeunes de légitimer, dans certains contextes, leur connexion prolongée. C'est d'ailleurs l'un de ces effets insoupçonnés de la connexion par l'institution scolaire des enfants que nous raconte une mère de deux enfants âgés de 10 et de 13 ans au cours de notre enquête qualitative « Par contre avec ma fille, nous dit-elle, j'ai un peu plus de mal avec les règles. Elle est dans sa chambre, je lui dis « maintenant les écrans, ça suffit », mais le problème c'est qu'elle est au collège et pour avoir les devoirs, elle est obligée de passer par l'application Pronote. Et, donc, légitimement, elle peut aller sur internet ». Parce qu'**internet peut servir à communiquer avec ses amis, à s'informer, à jouer, mais aussi à faire ses devoirs et à travailler en ligne sur un projet avec ses camarades de classe**, il est parfois difficile pour les parents de savoir exactement ce que font leurs enfants lorsqu'ils se branchent. Dans une société éducative où le travail scolaire est fortement valorisé, l'argument de se

connecter pour l'école, ou simplement pour étudier, apparaît alors comme étant difficilement réfutable par les parents. Or, ce type d'argumentation n'est possible que dans la mesure où l'école encourage massivement la connexion des plus jeunes, jusqu'à les obliger, dans un certain sens, à utiliser les outils numériques dans le cadre de leur formation, en les rendant incontournables pour la réalisation de leur travail d'élève.

Cette tendance des institutions scolaires s'inscrit notamment dans un contexte plus large qui incite les individus à « consulter » des sites, à « vérifier » ses mails, à « accéder » à telle ou telle information et à « voir » telles ou telles images. La participation à la vie en collectivité passe alors de plus en plus souvent par la connexion et, en ce sens, les institutions n'épargnent pas les plus jeunes. **La dématérialisation des services passe par une numérisation de ceux-ci**, banalisant le lien entre l'accomplissement de tâches administratives qui font partie de la vie adulte et la connaissance ad minima de l'usage d'internet. Dès l'adolescence, faire une

95%

des parents pensent que le numérique peut déclencher des troubles comportementaux chez les jeunes usagers

demande de bourse, obtenir une carte de paiement pour la cantine, s'ouvrir un compte de banque ou réserver un ticket de train ne sont que quelques exemples qui rappellent pour eux la nécessité de se connecter, indépendamment de leur envie personnelle.

Mais le paradoxe atteint son comble lorsque des parents, espérant que leurs enfants se connectent moins souvent, les amènent eux-mêmes à se connecter en leur demandant des nouvelles d'eux lorsqu'ils sont à l'école, ou lorsque, fatigués par un quotidien éreintant, ils leur proposent eux-mêmes d'aller jouer à la console ou de se mettre devant un bon dessin animé. Le temps des jeux vidéos avec papa et maman, les dimanches après-midi passés au cinéma ou devant l'écran de télévision pour regarder, en famille, un épisode de sa série préférée, rappelle que, derrière la gestion du temps de consommation des écrans, se cache l'envie des parents de se sentir présents à ce niveau, en sachant pertinemment que cela n'empêchera jamais leurs enfants d'être éventuellement confrontés à des pratiques qui les inquiètent.

Si l'institution scolaire peut inciter les enfants à se connecter, l'initiation à la plupart des outils numériques s'effectue au sein de la famille, et le plus souvent sous la supervision et

96%

des parents sont d'accord pour dire que le numérique est un bénéfice pour leurs enfants

l'accord des parents. Regarder des clips ou écouter de la musique, regarder des films ou des séries télé sont des pratiques largement initiées par les parents. Même des pratiques qui, dans les représentations sont généralement associées à la culture juvénile, sont désormais initiées par les parents. Ainsi 60% des enfants ont regardé leur première vidéo de courte durée sur internet avec un de leurs parents et 50% se sont rendus pour la première fois sur un réseau social dans les mêmes conditions. Signe d'un accompagnement accru des parents dans la vie numérique de leurs enfants, la présence parentale révèle un paradoxe plus généralement palpable dans les sociétés contemporaines. Plus nous ramenons par nous-mêmes les enfants devant les écrans afin qu'ils développent de meilleures pratiques numériques, plus nous courons le risque de favoriser la multiplication des raisons pour qu'ils se connectent dans leur quotidien •



Conclusion

L'éducation au numérique doit toujours bien **se situer et trouver le juste milieu entre l'enseignement des « bonnes pratiques » et l'enseignement de la « bonne distance »**, l'une et l'autre entrant parfois, à notre insu, en contradiction. Car si les « bonnes pratiques » concernent précisément ce que les enfants et les ados font avec les outils numériques, la « bonne distance » implique la capacité chez l'enfant de savoir se séparer ponctuellement de ces mêmes outils afin de profiter, à son échelle, de moments de déconnexion. Les « bonnes pratiques » concernent donc ces moments passés devant les écrans alors que la « bonne distance » suppose de ne pas toujours se retrouver devant ces mêmes écrans. Si savoir juger de la validité d'une information, protéger ses données personnelles, avoir conscience des risques pris sur la toile lors de la publication de telles ou telles photos ou vidéos sont des éléments sans doute importants à discuter, jamais cette approche ne devrait laisser dans l'ombre une réflexion d'ensemble sur les raisons de se connecter et sur les avantages de savoir se séparer des outils numériques.

.....



Règles et cadres vs exceptions et transgression

par Marion Haza

Les résultats qualitatifs et quantitatifs des enquêtes Médiamétrie et Anthropoado pointent un paradoxe dans les usages concernant les règles et cadres posés et les dérogations et exceptions données. D'un côté, les parents mettent en place des stratégies éducatives pour gérer l'utilisation des outils numériques dans la famille ; de l'autre, ils proposent eux-mêmes, de façon fréquente et répétée, des entorses à ces règles.

D'après les enquêtes menées, il apparaît clairement, que les parents créent bien des règles concernant les usages du numérique dans la famille et ceci est une avancée dans l'ère du numérique. La préoccupation parentale autour du numérique étant passée devant celle de la scolarité, l'investissement au quotidien des parents dans l'éducation au numérique paraît fondamental. Environ 8 parents sur 10 prennent des décisions en commun et discutent entre eux des règles à mettre en place pour leurs enfants, comme pour bien d'autres domaines de l'éducation et du quotidien. Notons que ces règles sont souvent édictées par les adultes sans être débattues avec les enfants eux-mêmes : seulement 18% discutent avec eux des règles possibles à mettre en place. Les parents sont donc plutôt conscients de la nécessité de s'investir dans cette éducation au numérique ; et quand des règles sont établies, elles semblent plu-

tôt efficaces ! Pour les parents, interdire un outil ou une pratique est globalement perçu comme légitime. De fait, **l'instauration des règles de contrôle des usages numériques pour l'enfant intervient en moyenne entre 3 et 6 ans.** Toutefois, plus l'enfant grandit, plus la règle est jugée difficile à appliquer. Mais c'est une remarque qui n'est pas liée qu'au numérique ! Quand l'enfant grandit, les possibilités d'actions se multiplient en parallèle de celles de revendications et négociations ! C'est au parent que revient alors le rôle toujours délicat de supporter la réaction face à la frustration...

La préoccupation parentale autour du numérique est passée devant celle de la scolarité



La technologie elle-même permet d'instaurer un moyen de cadrage et de limitation : 56% des parents ont eu recours à au moins une solution technique pour contrôler l'utilisation d'internet par leur enfant. On retrouve notamment le paramétrage des équipements utilisés par l'enfant (44%) et l'installation de logiciels de contrôle parental (38%). Parfois, de façon plus radicale, tout accès possible à internet est coupé à certains horaires : « Moi, j'ai le routeur qui s'arrête automatiquement. Il y a une plage horaire de 20h à 22h et après le Wifi se bloque. Donc après 22h, je sais qu'elle ne peut plus avoir accès à Internet » déclare ce parent. Toutefois, le cadrage technologique ne suffit pas face aux stratégies et à la créativité déployées par les enfants et les adolescents pour contourner et débloquer ces outils... Le dialogue est quand bien même nécessaire !

Aussi, outre ces limitations techniques, **des règles de différentes natures sont mises en place de façon « artisanale » dans les familles**, avec en tête de liste, l'interdiction de l'utilisation des écrans à table et dans la chambre. Selon 96% des parents, ces interdictions demeurent les règles les plus efficaces pour contrôler l'usage du numérique chez les enfants. La mise en place de ces règles apparaît d'ailleurs relativement simple à leurs yeux. Limitée à un lieu du quotidien, ou une activité, précis, difficile de ne pas la comprendre !

Viennent ensuite d'autres règles comme **la limitation du temps d'usage des écrans par jour et / ou par semaine** et **l'interdiction** de l'utilisation des écrans à

partir d'une certaine heure avant le coucher. Ces deux derniers points semblent plus difficiles à mettre en place et tenir, selon plus d'un tiers des parents : en effet, ces règles peuvent être discutées car il n'y a pas de consensus précis sur leur choix (quelle est l'heure précise du coucher ? combien de temps avant le coucher ? **Quelle doit être la norme de temps d'écran par jour ou semaine ? Selon quels critères ? Devoirs faits ? Age ? Bonne conduite ? Service rendu ? Etc.**) Certains parents repèrent cette difficulté à appliquer les règles du fait même de leur imprécision, comme l'évoque Thomas : « Le matin ça peut être cinq, dix minutes et c'est pas tous les matins, et sinon le week-end ça peut être, peut-être, un petit peu plus mais, le week-end ça peut être... au max elles passent trente, quarante-cinq minutes sur un dessin animé » (42 ans, enfants de 3 et de 5 ans). Jenny (39 ans, mère de deux enfants de 5 et de 11 ans) l'illustre aussi : « Parce que c'est très compliqué de fixer des règles et que mon conjoint ne serait pas forcément d'accord avec les règles que j'imposerais et... Alors, y a des règles ! Mais vagues... Et puis, je me dis que c'est bien de se fixer des règles, mais si on les respecte pas derrière, ça sert à rien non plus. »

Ainsi, malgré ces belles idées, seul un peu plus d'un parent sur deux interdit les écrans à table ou limite le

temps d'utilisation. La plupart doute de l'efficacité des interdictions ou de leur possible application. Le souci réside donc davantage dans **la capacité des parents à se faire confiance et à respecter leurs propres règles pour les rendre effectives** que dans leur connaissance ou création. Pour Elly, « évidemment, c'est une plaie, les gosses passent trop de temps devant les écrans, ils ont du mal à les lâcher et ça crée des tensions dans la famille. Ou alors **ils lâchent tout contrôle et ont la paix mais c'est pas bon pour les gosses** » (38 ans, mère de deux enfants de 2 et de 12 ans). C'est ici que réside le paradoxe : les parents pensent et créent des cadres et des bonnes règles, soit dans la lignée des conseils de prévention, soit créations originales familiales, mais ils les transforment et les annulent eux-mêmes !

Certains parents ont des difficultés à

96%

des parents pensent
que les interdictions demeurent
les règles les plus efficaces
pour contrôler l'usage
du numérique chez les enfants

mettre en place des règles et du mal à les faire appliquer, au point d'être parfois complètement débordés et culpa-

bilisés dans leur rôle de parents et d'autorité. « Je ne suis pas assez sévère, c'est ce que ma fille m'a dit, mais j'ai du mal quand je la dispute, je culpabilise » dit ce parent d'adolescent. Souvent, pour de nombreux parents, l'interdiction peut être interprétée comme un aveu d'échec des autres solutions plus éducatives essayées. « L'interdiction c'est quand on n'a pas les arguments pour expliquer que c'est pas bien. Donc, du coup non je pense que c'est pas forcément la bonne technique. On est plutôt sur quand même **la sensibilisation, l'éducation plutôt que l'interdiction, ça n'a jamais été très très efficace**, en tous cas pour beaucoup de choses » (Thomas, 42 ans, père de deux enfants de 3 et de 5 ans). Aussi d'autres solutions sont recherchées parfois sans succès, laissant des enfants dans un certain flou.

Cela se confirme dans l'enquête statistique, puisque l'accompagnement par

des règles stables reste globalement faible. La quasi-totalité des parents interviewés souligne **le fait que les règles, si elles sont posées, sont régulièrement assouplies ou contournées**. Ainsi, certaines situations apparaissent caractéristiques de ces changements dans les règles parentales, comme les moments d'inactivité et d'attente (trajets en voiture, salles d'attente, soirées, restaurant, météo défavorable, etc.) Ce sont souvent dans ces moments que les parents acceptent - ou proposent - que leurs enfants utilisent les outils numériques ou y passent plus de temps que la durée fixée habituellement à la maison. En voiture, cela est souvent justifié par le fait que les parents imposent ces longs voyages et que les activités sont relativement limitées à bord d'un véhicule. Robert explique : « Oui, la voiture quand on a des longs trajets à faire, bien sûr... En plus, ils ont les sièges plus hauts que leurs têtes, alors on va pas leur demander de fixer les sièges





pendant des heures... » Les temps d'attente chez le médecin, au restaurant, dans la file à la caisse d'un supermarché justifient parfois la connexion de l'enfant comme l'évoque Robert (41 ans, père de deux enfants de 8 et de 10 ans) : « Au restaurant, quand ça devient très, très long, on peut leur laisser le téléphone pour s'occuper un peu mais on essaie de pas le faire. C'est vraiment quand on sent qu'on les perd. » Quand l'attente est longue, les écrans sont un recours pour éviter que les enfants ne s'ennuient ou pour qu'ils restent calmes : « Ils peuvent aussi faire quelques jeux si l'attente est trop longue chez le médecin par exemple (Catherine, 42 ans, mère de deux enfants de 5 et de 9 ans). De même, **la météo non clémente modifie les règles du numérique : quand il pleut, cela devient plus difficile et il faut donc gérer la cohabitation dans un espace plus ou moins réduit**, comme l'explique Anaïs : « Si un jour, il pleut et qu'on reste à la maison, on habite dans un appartement, on va pas y rester la journée, mais il y a de fortes chances qu'ils y restent plus longtemps [sur les écrans] qu'un jour où il fait beau plutôt que de faire autre chose » (38 ans, mère de deux enfants de 5 et de 9 ans). Les outils numériques permettent aussi aux parents une certaine tranquillité, seul, en couple ou entre amis, afin de s'extraire parfois du rôle de parent et se contenter du rôle d'homme ou de femme. C'est ce que précise Ludivine : « Oui, des fois quand on mange avec des amis. On les laisse s'amuser longtemps avant, puis quand on n'en peut plus, on les cale devant [les écrans]. On les laisse. » Enfin, **certains parents changent les règles pendant les vacances considérées "comme des espaces de respiration qui leur permette de mieux « supporter » les règles classiques.** » Toutefois,

si certaines règles peuvent aisément être mouvantes, d'autres ne peuvent changer, pour la sécurité et le bien-être de l'enfant... (par exemple, quels que soient les lieux et les circonstances, il ne faut modifier par exemple l'interruption des écrans avant le coucher, l'accès à des contenus inadaptés par rapport à l'âge, etc.).

Comment penser ce paradoxe ? Quelques pistes de réflexion...

Les parents sont extrêmement concernés aujourd'hui par les questions autour du numérique mais **la limitation ou l'interdiction de ces objets peuvent entraîner une frustration et une colère ou revendication chez l'enfant que l'adulte ne souhaite pas forcément rencontrer**. Le rôle parental est donc à conforter face à ces objets comme face à d'autres sur lesquels les parents ne cèdent jamais. L'objet numérique doit rejoindre d'autres objets communs du quotidien que les parents cadrent sans – trop – de problème.

Les changements de règles sont inévitables mais il faut veiller à la cohérence éducative : c'est-à-dire que les changements et exceptions ne soient pas plus fréquents que la règle établie. Il est tout à fait possible de créer, plutôt que des dérogations, de nouvelles règles applicables dans d'autres circonstances mais elles aussi bornées précisément ●

.....

Conclusion

Les parents de 2020 doivent **s'autoriser davantage à être parents par rapport au numérique** comme ils le sont déjà dans d'autres sphères pour l'éducation de leurs enfants (alimentation, hygiène, sécurité, politesse, etc.)

Les messages de prévention doivent tenir compte des moments et situations délicates pour les parents, pour différents motifs, et proposer **des règles plus adaptables** tout en maintenant le cap sur la sécurité de l'enfant.

Numérique et inclusion vs numérique et exclusion

par Marion Haza

Les résultats qualitatifs et quantitatifs des enquêtes Médiamétrie et Anthropoado pointent un paradoxe dans les représentations entre inclusion et exclusion par le numérique. D'un côté, les outils numériques tous confondus apparaissent comme vitaux et indispensables au bon développement et à l'inclusion sociale à court et long terme de l'enfant ; de l'autre, ils sont perçus comme les causes de tous les maux possibles, notamment de l'isolement, de la désocialisation et de la marginalisation de l'enfant.

En effet, les outils numériques sont dans un premier temps vécus comme des outils nécessaires et parfois même imposés pour le bon développement et l'adaptation, par exemple scolaire ou sociale de l'enfant.

«Ma fille est au collège et pour avoir les devoirs, elle est obligée de passer par l'application Pronote. **Et donc, légitimement, elle peut aller sur internet.»**

Notons tout d'abord l'inclusion culturelle rendue possible par le numérique permettant de s'ouvrir à la connaissance, quel que soit le niveau socio-culturel de la famille. L'enquête montre que 78% des enfants regardent des vidéos et écoutent de la musique sur leurs smartphones. Les contenus variés et acces-

sibles d'Internet permettent, du point de vue des parents, **d'attiser la curiosité des enfants et de développer leur créativité.** Le numérique est aussi une nécessité scolaire, pour permettre la réalisation de certains devoirs, devenant une nouvelle ressource pour l'éducation. Le système scolaire fonctionne d'ailleurs aujourd'hui fréquemment par une communication entre l'établissement et les familles via des applications numériques. « Ma fille [...] est au collège et pour avoir les devoirs, elle est obligée de passer par l'application Pronote. Et, donc, légitimement, elle peut aller sur internet. » L'accès précoce au numérique renvoie aussi à l'idée d'une chance professionnelle ouvrant aux nouveaux métiers du numérique, qui serait barrée par un non usage et une non connaissance des outils et des contenus numériques. La régulation des usages du numérique en famille se



heurte donc aux attentes d'une société qui incite à se connecter pour réussir.

L'inclusion en lien avec le numérique est aussi sociale : Internet et ses outils garantissent aujourd'hui un lien familial. « C'est avec l'internet que je peux parler avec ma famille. » (38 ans, mère de deux enfants de 5 et de 9 ans). **Le numérique permet aussi un lien - illusoire - sans limite parents / enfant**. Posséder un outil numérique renforce également les liens amicaux et les groupes. D'ailleurs, beaucoup de parents soulignent leurs difficultés à cadrer du fait de décalages entre les règles de la famille et celles des copains des enfants. Ils soulignent la pression qu'ils ressentent et la tentation de faire « comme les autres parents. » Car, même chez les parents les plus méfiants à l'égard du numérique, la peur de participer à l'exclusion de leurs enfants entraîne souvent un relâchement des règles. Pour certains, empêcher leurs enfants de jouer à certains jeux vidéo, de connaître les **Youtubeurs** ou même d'échanger sur **Snapchat** risque de créer de la distance entre leur enfant et les amis. C'est ce que souligne Elly (38 ans, mère de deux enfants de 2 et de 12 ans) : « Les enfants jouent et parlent de leurs jeux le lendemain.

Ne pas jouer c'est possible mais c'est peut-être s'exclure un peu. Le matin, je passe devant une école privée primaire de mon quartier. **Tous les gamins sont en petits groupes, rassemblés autour d'un téléphone**, visiblement en train de parler des jeux et de leur performance. » Le risque de l'exclusion (qu'il s'agisse du jeu vidéo que son enfant semble être le seul à ne pas connaître, de la compétence pour savoir chercher de l'information sur internet qu'il n'a pas encore acquise, ou du réseau social qu'il ne fréquente pas encore à la différence de ses amis) semble prendre énormément de place dans les discussions parentales par rapport à d'autres risques. Dans tous les cas, le risque de l'exclusion constitue un argument en faveur de la connexion des enfants comme le raconte Josianne (47 ans, mariée et mère d'une fille de 12 ans) : « Moi, ma seule crainte par rapport à ça, si vous voulez, c'est de ne pas l'exclure, de ne pas lui donner les outils, notamment un téléphone, c'est que je ne voudrais aussi qu'elle soit différente des autres. Vous voyez ? Dans sa classe, presque tous les enfants ont un portable ; ils communiquent le soir. Elle, elle ne le fait pas. Donc, un temps, et plusieurs autres mamans m'ont reproché de ne pas avoir donné de portable à ma fille. Elles m'ont dit « tu te rends pas compte, tu l'exclus, tu la mets en dehors, à cause

de toi elle est mise à part. »

Dans le même temps, alors que le numérique semble être un formidable outil d'inclusion à différents titres, les parents craignent les troubles psychiques ou sociaux qui peuvent apparaître chez l'enfant. 97 % des 25-34 ans pensent que le numérique risque notamment de provoquer l'enfermement des enfants sur eux-mêmes et une dépendance aux écrans. Or ces éléments engageraient une exclusion psychologique ou sociale grave de l'enfant...

C'est ici que réside le paradoxe : **les parents sont à la fois soucieux de maîtriser, parfois de ralentir, l'entrée de leurs enfants dans un monde connecté, mais aussi de ne pas mettre pour autant en danger leur intégration sociale.**

[Comment penser ce paradoxe ? Quelques pistes de réflexion...](#)

Il semble que les enjeux d'inclusion par le numérique sont perçus de façon plus forte que les risques d'exclusion. Même si les risques sanitaires sont connus des parents, la socialisation et l'égalité d'accès aux objets numériques par rapport aux autres enfants côtoyés semble primordiale. Le lien amical et social de l'enfant est observé en priorité comme un facteur de bien-être de l'enfant du point de vue des parents •



Conclusion

Les parents doivent toutefois **prendre en considération l'âge de l'enfant et sa maturité pour adapter l'usage**. Plus précisément, une réflexion semble nécessaire sur les possibilités d'usage seul ou en groupe afin de définir des règles particulières.

Les messages de prévention, au lieu d'insister en se focalisant sur les dangers et la dramatisation du numérique, doivent montrer les doubles facettes des outils et des usages (**intérêt et risque**) pour diminuer la contradiction dans l'esprit des parents et **faciliter leurs prises de décisions éducatives**.

.....



Hyper équipement précoce vs craintes sur les risques encourus par l'enfant par Marion Haza

Les résultats qualitatifs et quantitatifs des enquêtes Médiamétrie et Anthrophoto pointent un paradoxe entre usages et représentations concernant la présence du numérique dans les foyers. D'un côté, l'équipement des enfants se fait de plus en plus tôt et massivement, de l'autre, les craintes et inquiétudes des parents concernant objets et usages numériques sont nombreuses et ancrées.

Rappelons quelques chiffres : l'Observatoire Orange avait indiqué en 2012 que plus de **70 % des enfants français de moins de 12 ans utilisaient une tablette à la maison** et qu'en 2015. De plus, 47 % des enfants français de 12-17 ans possédaient une tablette tactile, alors qu'en 2011, ce taux ne s'élevait qu'à 7 %. En 2017, l'enquête annuelle Ipsos « Junior connect » révélait que 36 % des 7-12 ans possédaient leur propre tablette. Fin 2019, ces chiffres bondissent : les foyers comptant des enfants de moins de 15 ans sont quasiment tous équipés en téléphones mobiles (91%), téléviseurs (91%) et tablettes (90%). Si ces équipements sont plus utilisés par les parents que les enfants, deux d'entre eux sont privilégiés par ces derniers : le téléviseur (64% d'enfants utilisateurs) et les consoles de jeu (55% d'enfants utilisateurs).

Notons que **49% des enfants possèdent au moins un équipement qui leur appartient**. De façon générale, 3

enfants sur 10 possèdent leur propre équipement numérique (30%). Plus précisément, les chiffres de l'enquête quantitative montrent qu'entre 3 et 6 ans, 14% des enfants possèdent leur propre tablette et presque un enfant sur 10 sa propre console de jeu (9%). Un chiffre à garder en tête est également l'utilisation de smartphones et tablettes chez 9% à 12% des tout-petits (0 à 2 ans). Il est important de garder une vigilance sur la qualité de l'usage du numérique, la présence de l'adulte

42%

des parents estiment
que le numérique présente
des risques

et la valorisation des échanges et des liens chez ces bébés !

L'enquête quantitative révèle également une tendance au suréquipement



dans les milieux défavorisés et les familles monoparentales (64% pour 49%), qui peut être expliquée d'une part, par la valorisation de l'outil pour être comme les autres, d'autre part, par des compensations matérielles et nécessités occupationnelles dans certains contextes familiaux.

L'équipement des enfants se fait donc de plus en plus tôt, quel que soit le milieu socio-économique. Les âges moyens d'équipement des enfants en outils numériques sont les suivants : 6,9 ans pour les tablettes (il s'agit d'un cadeau pour les trois-quart) ; 7,3 ans pour la console de jeu (il s'agit également d'un cadeau pour plus de 80%) ; 9,9 ans en moyenne pour les téléphones mobiles. Un enfant en milieu de primaire en 2020 est déjà donc hyper-équipé en numérique !

Tous ces chiffres montrent donc une **hyper-présence du numérique dans les foyers français** et entre les mains des enfants, même très jeunes, ce qui est en désaccord avec les campagnes nationales de prévention et les préconisations d'usage du numérique. Toutefois, les entretiens permettent de comprendre que diverses raisons poussent les adultes à équiper l'enfant. Malgré des réticences marquées, l'utilisation du numérique est bien souvent présentée comme une forme de contrainte, voire comme une forme de résignation face à des attentes sociétales, qu'elles soient réelles ou imaginaires. **Les parents sont soumis aux contradictions véhiculées par la société et ses règles implicites** : ainsi selon Jean-Pierre

(père de 2 enfants de 6 et 7 ans), « des gens peuvent résister mais quasiment tout le monde à un téléphone, un écran TV ou un ordi. »

C'est ici que réside le paradoxe : les parents équipent les enfants, même très jeunes, sans pouvoir résister, tout en étant conscients, parfois même trop diabolisant, des mésusages ou risques de ces outils.

En effet, si **43% des parents perçoivent le numérique comme étant une chance, 42% estiment qu'il existe des risques**, un chiffre qui passe à 59% chez les parents d'enfants âgés de 0 à 2 ans. Et, si l'on regarde en détail, on constate que les risques sont plus présents dans les esprits que les avantages. En effet, pour plus de la moitié des parents interrogés, le numérique peut provoquer une dépendance, mettre en contact les enfants avec des inconnus, exposer les enfants au cyberharcèlement, à la violence, à la pornographie, troubler le sommeil, créer des maux physiques, rendre les enfants passifs, les renfermer sur eux-mêmes, entraîner une perte de concentration, etc. La perception des risques est donc bien présente concernant l'enfant, notamment dans les premières phases de son développement psychique et la santé. Les risques d'effets négatifs à plus ou moins long terme sont aussi mentionnés par les parents. Ces craintes sont sous-tendues par la

peur des images violentes ou à caractère sexuel, mais aussi en lien avec du contenu qualifié de « débile », comme le souligne Joséphine (42ans, mère de deux enfants de 6 et de 9 ans) : « je pourrais dire, y a une fois ou deux ou je lui ai dit, non, ça c'est trop débile, franchement, je comprends pas. ».

Le contenu du numérique est donc perçu de manière générale par les parents comme une menace présente dans les mains des enfants même très jeunes. Cette perception est souvent ancrée et importante, parfois extrême par rapport à la réalité des risques encourus. Il est possible d'imaginer que

43%

des parents perçoivent le numérique comme étant une chance

les contradictions dans les messages médicaux et sociaux diffusés aux parents depuis plusieurs années rendent confuses leurs décisions et modalités d'actions et entraînent une représentation négative excessive. Comment faire un choix entre deux recherches développant avec autant d'arguments les bénéfices ou les dommages induits par le numérique ? Qui croire ? Dur choix... Si un doute existe, peut-on continuer à penser que ces objets sont anodins ?

C'est peut-être ici à ceux qui créent les messages de prévention à destination des familles d'avoir des messages clairs laissant moins de doute quant aux effets du numérique. La recherche sur ces sujets est forcément récente, et sans cesse à poursuivre du fait des avancées et du développement actuel des outils et des usages numériques. Toutefois, les spécialistes, s'ils se disputent sur certains thèmes (notamment les addictions), sont d'accord sur d'autres comme par exemple la place des écrans et du numérique chez les 0-2 ans : tous insistent sur la nécessité de privilégier avec les tout-petits des activités relationnelles, des échanges de contacts, de regards et de paroles, indispensables au bon développement psychique et de ne pas délaisser ces liens parents / bébé au détriment de pratiques numériques solitaires.

Comment penser ce paradoxe ? Quelques pistes de réflexion...

- **Le numérique étant en 2020 omniprésent dans la société** et dans la famille, priver l'enfant est vu par les parents comme une « mauvaise » réponse éducative, un possible manque culturel et social pour l'enfant et un risque de conflit dans la relation familiale.
- **La connaissance du risque (réel ou imaginaire) ne se traduit pas en pratiques directes** car la possibilité de réalisation du risque semble éloignée et moins importante que pour d'autres activités du quotidien : la protection vis-à-vis du numérique n'est pas intériorisée et logique comme peuvent l'être celles vis-à-vis de la circulation sur la voie publique, des produits toxiques, des enlèvements d'enfants, etc •



Conclusion

- La complexité des discours sur le numérique et leurs contradictions, ajoutée à une méconnaissance des outils numériques, crée un embrouillement quant aux pratiques qui seraient les plus adaptées.
 - **L'équipement numérique familial doit par conséquent être réfléchi** et adapté en terme d'usages, selon la demande, l'âge et la maturité de l'enfant.
 - **Les organismes de prévention doivent réfléchir ensemble pour des messages clairs** sur des points précis pour lesquels un encadrement du numérique fait l'unanimité.
-



Volonté d'accompagner leurs enfants vs montrer l'exemple

par Olivier Gérard

L'étude réalisée par Médiamétrie montre que les parents ont pris conscience de la nécessité d'agir et apparaissent très fortement engagés et impliqués. Mais l'étude souligne également un paradoxe : si l'enjeu est devenu familial, sa mise en œuvre au sein des foyers semble l'être beaucoup moins et porter prioritairement sur les pratiques des enfants.

Selon les données de l'enquête Médiamétrie, **la question des écrans est devenue un enjeu éducatif familial.**

Dans 95% des foyers, **au moins l'un des parents s'occupe de l'éducation numérique des enfants.** Avant 2 ans, c'est déjà le cas de 90% des foyers. Cette question est d'ailleurs aussi l'objet de discussions entre les parents, ceux-ci n'hésitant pas à privilégier les prises de décisions en commun, à discuter des règles à mettre en place. C'est aussi parfois l'objet de désaccord entre les parents.

Par ailleurs, 95% des parents interrogés déclarent avoir mis en place au moins 1 règle pour contrôler les usages numériques de leurs enfants. Les parents mettent en place ces règles lorsque leur enfant est âgé en moyenne entre 3 et 6 ans. C'est-à-dire à l'âge déclaré des premiers usages des écrans, mais bien avant l'âge moyen du 1er équipement de l'enfant.

L'étude définit également des stratégies éducatives mises en place par les parents. Force est de constater que **les parents sont plus enclins à privilégier des solutions relevant du contrôle que de l'éducatif.** Ainsi, l'interdiction de l'utilisation des écrans à table, dans la chambre, à partir d'une certaine heure a été mise en place par 73% des parents. La limitation de l'utilisation des écrans soit à certains moments, soit uniquement en présence d'adultes est quant à elle utilisée dans 64% des foyers.

Mais **les parents mettent aussi en place des mesures éducatives.** Ainsi, 59% des parents ont choisi pour contrôler l'utilisation des écrans des mesures favorisant des activités positives : soit de faire des activités ou des jeux alternatifs aux écrans pour les en détourner, soit de favoriser des pratiques numériques partagées qu'ils estiment plus créatives ou pédagogiques. C'est notamment plus fréquent lorsque

les enfants sont âgés de 3 à 6 ans, un âge où le jeu ou les activités créatives et ludiques en famille occupent encore une place importante.

En revanche, les mesures impliquant et concernant directement les parents apparaissent moins privilégiées et sont même jugées parmi les plus difficiles à mettre en place. Ainsi, seulement **35% des parents sont prêts à agir sur leurs propres pratiques pour donner l'exemple**. Dans le détail, il s'agit d'ailleurs principalement d'adapter son comportement face aux écrans pour 29% et pour seulement 16% d'éviter d'utiliser son smartphone devant l'enfant. L'étude montre que ces règles relatives à l'exemplarité apparaissent plus

49%

des enfants possèdent au moins un équipement qui leur appartient

fortement mises en œuvre dans les familles avec des enfants de 0 à 2 ans.

Et encore, à l'instar d'autres règles ou pratiques, une autre difficulté réside dans leur capacité à respecter et rendre effectives ces règles. Ainsi, parmi les parents qui affirment montrer l'exemple en adaptant des comporte-

ments, nombre d'entre-eux déclarent dans le même temps **utiliser téléviseur, tablette ou smartphone en présence des enfants**. Certes il peut s'agir de pratiques familiales partagées, mais il est aussi fortement possible que cela traduise une mise à rude épreuve de cette règle d'exemplarité.

Là réside le paradoxe : les parents sont soucieux d'accompagner au mieux leurs enfants, sont dans une dynamique volontaire et positive, mais sous réserve que ces règles ne doivent pas se mettre en opposition à leurs propres pratiques numériques.

Pourtant l'enjeu est clair. **Sans pratique exemplaire, ce sont toutes les mesures mises en place par les parents qui peuvent se trouver fragilisées**. Comment maintenir l'interdiction des écrans à table si en tant que parent, on ne s'applique pas la même règle ? Comment leur expliquer qu'ils sont trop jeunes pour tel jeu vidéo ou tel programme si vous les confrontez en permanence aux journaux télévisés ? Comment limiter le temps d'écran si vous ne savez plus jouer autrement que sur une tablette, téléphone, ou jeux vidéo ?

Comment penser ce paradoxe ?

L'adaptation de ses comportements d'usages pour montrer l'exemple ou le fait d'éviter d'utiliser son smartphone devant l'enfant suppose ainsi pour de

nombreux parents un questionnement voire une remise en cause de ses propres pratiques numériques. Et les parents ne s'y trompent pas : ces règles sont jugées parmi les plus difficiles à mettre en place avec la limitation du temps d'usage. Pourquoi ?

L'étude est assez explicite sur un point : **les parents interrogés ont pour nombre d'entre eux une pratique intensive des écrans, bien plus importante que celle de leur enfant**, ce qui rend l'exercice difficile. « Nous on est une famille hyper-connectée... tous avec des smartphones, des iPhones » (maman d'ados).

En effet, pour de nombreux parents, les activités numériques sont devenues un élément de leur bien-être : **jeux vidéo, réseaux sociaux, série TV, applications procurent une réelle satisfaction notamment lorsqu'il s'agit de lâcher prise ou de se déconnecter des contraintes et tensions du quotidien**. L'exemplarité peut aussi induire des formes de « sacrifice » pour les parents qui ne sont pas toujours simples à accepter. Et ce d'autant plus, que ses parents n'ont pas de vécu comparable lorsqu'ils étaient eux-mêmes du côté des enfants, leurs propres parents n'ayant pas eu à adapter leurs comportements d'usages des écrans.

Mais les parents sont aussi soumis à des pressions extérieures qui peuvent inciter à la connexion : pensons aux contraintes professionnelles pesantes, où pour de nombreux parents **le droit à la déconnexion reste encore une chimère**. Ainsi, selon une étude, menée par Opinion Way en novembre 2018, 47% des salariés restent connectés le soir après le travail, et 45% le week-end, les jeunes salariés étant particulièrement affectés, leur connexion en soirée concernant 66% d'entre-eux.



A moins qu'il ne s'agisse aussi d'une méconnaissance des enjeux sous-jacents : imitation et mimétisme par les très jeunes enfants, dynamique éducative lorsque les enfants sont plus âgés, les parents se retrouvant dès lors face aux enfants dans la position délicate du « fait ce que je dis, mais pas ce que je fais ». « Je lui dis que c'est mauvais pour la santé de regarder l'iPad trop longtemps. Et elle me répond « et regarder la télévision alors ? ». Alors pas facile d'argumenter derrière ! » (Parent d'enfant) ●

.....

Conclusion

Montrer l'exemple, questionner et adapter ses propres pratiques n'est pas chose aisée parce que cela heurte les aspirations mais aussi les contraintes extérieures des parents. C'est cependant un enjeu primordial notamment auprès des jeunes enfants. C'est pourquoi, les messages à destination des parents devront ainsi particulièrement mettre en avant ce volet spécifique de **l'accompagnement des enfants et inciter les parents à s'interroger régulièrement sur leurs pratiques numériques et sur l'image qu'ils renvoient à leurs enfants.**

.....



Le smartphone, outil d'émancipation vs d'hyper-surveillance par Thomas Rohmer

Véritable couteau suisse numérique comme certains aiment à le définir, le smartphone est devenu en l'espace de quelques années un outil dont il est difficile de se passer tant la place qu'il occupe dans nos vies multiconnectées est devenue centrale.

Les résultats des études mettent en exergue un paradoxe important relatif à la manière dont est utilisé le téléphone mobile par les parents. En effet, il est à la fois **un équipement de surveillance et d'émancipation mais également cause désignée de tous les risques inhérents aux comportements numériques** adolescents.

Un chiffre important est à noter dans l'étude quantitative qui démontre à lui seul **le processus de rajeunissement généralisé** entamé il y a bien longtemps concernant l'équipement en outils numériques de nos enfants.

Selon l'enquête l'âge du premier smartphone est désormais en moyenne passé sous la barre symbolique des 10 ans soit en fin de primaire entre la classe du CM1 et du CM2 ! (rappelons qu'il était de 11,5 ans en 2018 selon l'observatoire des pratiques numériques Bouygues Telecom).

Très longtemps le smartphone a constitué un nouveau rituel de passage de l'enfance à l'adolescence lors de l'arri-

vée au collège. Bon nombre de parents profitaient de cette étape importante pour leurs enfants pour les faire basculer dans cet univers de « grands » et « marquer le coup ». Désormais les petits Français rejoignent peu à peu leurs camarades américains puisqu'un sur trois obtient ce fameux sésame entre 7 et 10 ans.

Qu'est-ce qui motive ce rajeunissement ?

Le poids du regard des autres parents et la pression sociétale représentent clairement un facteur d'accélération de l'équipement à cet outil numérique car bon nombre de parents refusent de prendre le risque d'un éventuel rejet ou stigmatisation de leur enfant en raison de l'absence de ce fameux laisser passer « dans le monde des grands ».

C'est ce qu'exprime Odile maman de 41 ans au sein de l'étude Anthrophoto pour qui « le risque d'exclusion de ses enfants l'a fait changer d'avis au sujet de l'accès au numérique ».

Pour d'autres parents, le sentiment permanent d'insécurité renvoyé par la so-



ciété est une énorme source d'angoisses. Quoi de mieux qu'un outil permettant de joindre son enfant quand bon nous semble ? Ainsi Bruno père de deux enfants de 9 et 14 ans reconnaît : « je ne suis pas là en permanence, c'est vraiment pour la protéger de ce qui se passe à l'extérieur (...) je vais pas lui mettre de puce dans la nuque ou quoi ce soit. »

Ainsi, le roi des écrans nomades constitue un merveilleux levier de réassurance parentale. Bien sûr, **il incarne également une forme de naïveté et l'illusion irréaliste de pouvoir joindre son enfant en permanence pour au final ... se retrouver « filtré » par sa propre progéniture** comme ces derniers aiment à le reconnaître dans une étude BVA/Wiko de 2018.

Pour les principaux bénéficiaires de ce rajeunissement en équipement, l'arrivée de cet outil représente une ouverture sur le monde, un moyen de se soustraire au regard parental. mais assurément la clé nécessaire pour entrer dans « l'univers mystique » des réseaux sociaux.

Parfois, les adolescents également doivent affronter leurs contradictions. En effet, **il semble que ce besoin de pouvoir être joint par leurs parents soit étonnamment un sentiment partagé.** C'est ce qu'ils revendiquent dans une étude Bouygues Telecom de 2018 en précisant utiliser cet outil pour joindre leurs amis mais également pour « maintenir le lien avec leurs parents ».

Un outil au cœur des contradictions et des craintes parentales

Ainsi s'il contribue à rassurer les parents et de manière plus inattendue les adolescents également, le smartphone n'en demeure pas moins un sujet d'inquiétude quant aux éventuels dangers qu'il peut représenter. En effet, lorsque l'on évoque les risques du numérique par les parents ils sont **90% à craindre une dépendance aux écrans** et **87% à craindre des rencontres avec des inconnus.** Difficile

ici de ne pas imaginer que selon toute vraisemblance le smartphone occupe une place centrale dans l'établissement de cette liste non exhaustive.

Dès lors, pas le choix : les parents doivent s'adapter et déployer des stratégies complexes et diversifiées quitte à parfois basculer dans le paradoxe.

L'un des enseignements majeur de notre étude montre que **le numérique est un sujet très discuté au sein des familles** qui sont 95 % à mettre en place au moins une règle pour contrôler les usages numériques de leurs enfants nous rapporte Médiamétrie.

24%

des parents reconnaissent avoir déjà utilisé des logiciels d'espionnage sur le portable de leur enfant

Lorsque l'on y regarde de plus près, **les règles déployées concernent essentiellement des interdictions ou des volontés de contrôle du temps passé ou des lieux de connexion avec les écrans nomades.**

Certains témoignages de parents démontrent que cette accessibilité potentielle et permanente installe une nouvelle forme de surveillance qui peut

être parfois responsabilisante pour les enfants tout en étant rassurante pour leurs géniteurs.

Cette nouvelle forme de confiance qui s'appuie sur un contrôle supposé ou réel passe parfois par des stratégies surprenantes. En effet, en ayant simplement l'impression que leurs parents peuvent à tout moment venir s'immiscer dans leur vie numérique que cela soit par le biais du contrôle des historiques ou bien même la géolocalisation rend parfois les enfants plus « raisonnables » dans leur manière d'utiliser l'outil. La peur du contrôle potentiel suffit souvent à éviter que « la ligne jaune » ne soit franchie.

Bien sûr parfois certains parents « poussent le bouchon » un peu loin en tentant de faire croire que leurs pouvoirs sont plus importants qu'ils ne sont en réalité, ainsi Jenny mère de 2 enfants (5 et 11 ans) reconnaît faire croire à son fils que si « il supprime des historiques je suis capable de le retrouver... pour l'instant il me croit ça ne va pas durer ! » précise-t-elle dans un accès de lucidité.

Lorsque les inquiétudes des parents sont trop importantes la technique apparaît alors comme étant la solution miracle tant attendue. Ainsi 38 % (seulement) des parents ont utilisé des dispositifs de contrôle parental et 35% ont procédé à la suppression des appli-

cations utilisées par les enfants. Avec l'échec des solutions d'accompagnement éducatives ou solutions qui viennent en complémentarité ? Certainement un peu des deux lorsque l'on considère que pour 26% des parents d'enfants âgés de 11 à 14 ans la principale motivation d'achat du smartphone résidait dans leur volonté de pouvoir suivre les déplacements de leurs enfants.

La géolocalisation représente sans aucun doute une forme « d'assurance tout risque » qui contribue à pleinement rassurer les parents même si elle n'empêche pas un certain questionnement. « c'est pas que je fais pas confiance à mes enfants (...) mais je fais de moins en moins confiance aux gens ... » confie Nathalie une maman de 45 ans mère de 2 enfants de 15 et 16 ans. Pour Jenny 39 ans « c'est vachement bien parce que quand t'es un peu inquiet (...) tu te dis s'il est pas rentré où est-ce qu'il est ? J'aimerais arriver à avoir assez confiance en lui pour ne pas avoir à le faire ».

Tout ne serait finalement qu'une question de confiance ? Qu'en est-il dans ce cas des 24% de parents qui reconnaissent avoir déjà utilisé des logiciels d'espionnage, ces petits logiciels espions que l'on installe sur un smartphone à l'insu de la personne surveillée et qui permet d'écouter les conversations téléphoniques, lire les textos ou tous les posts sur les réseaux sociaux ? Cette nouvelle forme d'exercice de la parentalité interroge sur une redéfinition qui semble se dessiner entre les parents « Body guard » qui ne peuvent envisager qu'il arrive quoi ce soit à leur enfant et les autres plus traditionnels ancrés dans l'accompagnement et l'autonomisation de leurs enfants.

Sans juger ni stigmatiser ces parents saisissons l'opportunité de ces comportements un peu extrêmes pour questionner la question de la parentalité en 2020 et ce que nous souhaitons transmettre aux enfants que nous accompagnons •



Conclusion

Le smartphone occupe à lui seul une place unique dans la vie des parents et celles des enfants qu'aucun autre outil numérique n'a occupé jusqu'à présent. Et sans être devin nous n'en sommes qu'aux balbutiements. Il est donc primordial de réfléchir et accompagner l'équipement de cet outil numérique pas comme les autres. Tenir compte de la maturité de l'enfant, anticiper les usages en valorisant la confiance et en s'intéressant aux pratiques, sont des étapes essentielles. A la fois outil de réassurance mais aussi d'hyper contrôle il permet d'atteindre l'hyper surveillance et concentre à lui seul bon nombre des contradictions parentales. Lorsque l'on observe dans l'étude « qu'éviter l'utilisation du smartphone devant l'enfant » est, selon les parents, une des règles les plus difficiles à mettre en place pour contrôler l'usage numérique par les enfants et serait selon eux, une des règles les moins efficaces » nous ne pouvons que constater que l'éducation au numérique demeure avant tout un enjeu ... d'adultes.

.....



CONSEILS



VOTRE ENFANT A BESOIN DE CONNEXION AVEC VOUS

“ Il est préférable d'éviter les écrans “baby sitter” surtout lorsque votre enfant est petit”

➤ Partagez au maximum les activités numériques

de votre enfant plutôt que des activités numériques solitaires



Accepter des écrans pour votre enfant lorsque vous-mêmes êtes disponibles ce qui vous permettra de discuter avec votre enfant de ce qu'il voit et comprend

➤ Valorisez également des activités hors numériques

et supportez (acceptez) des moments d'ennui, qui sont très importants pour son développement



La seule astuce valable est de laisser parler votre imaginaire et le plaisir d'être avec votre enfant, de jouer et interagir avec lui qui sont des moments uniques...

➤ Autonomisez et responsabilisez votre enfant

quand son âge le lui permet afin qu'il respecte les moments et les temps d'écran que vous préconisez



Transformez l'arrêt des écrans en un moment valorisant en lui expliquant que lorsque par exemple la petite aiguille est sur le 5 il doit vous rapporter la tablette, vous verrez il sera fier de le faire tout seul et vous l'inciterez à respecter les consignes que vous lui donnez.

➤ Limitez l'imitation :

les enfants reproduisent par mimétisme ce que font les adultes qui les entourent. Il est essentiel d'adapter ses propres pratiques numériques (temps, moment, type d'activités) à l'âge de l'enfant ; sinon il risque de reproduire des activités non adaptées à son âge.



A chaque fois que vous utilisez un écran, demandez-vous si c'est une activité, un usage adapté à votre enfant.

Pour les parents d'adolescents

PAS BESOIN D'ÊTRE GEEK POUR ACCOMPAGNER SON ADO
DANS LES ESPACES NUMÉRIQUES

“Plus votre enfant grandit plus il est nécessaire de s'intéresser à ce qu'il fait avec les outils numériques”

- **Intéressez-vous aux activités numériques de votre ado,**
ces univers sont pour lui des espaces dans lesquels il grandit et se socialise



Comme vous le feriez naturellement pour n'importe quelle autre activité demandez à votre ado comment s'est passée sa partie de jeu vidéo, ou ce qu'il a retenu du visionnage de son dernier tuto... cela le valorisera et instaurera une sorte de rituel positif autour de ses pratiques numériques

- **Organisez des limites de temps et de lieu de connexion**

qui soient réalistes et applicables que cela soit par vous ou votre ado



Cet usage raisonné sera d'autant plus accepté qu'il sera fixé en dialoguant avec lui.

- **Apaisez les tensions en lien avec les outils numériques**

en définissant et organisant des moments ou lieux sans écrans que vous vous engagez à respecter également ...



Montrez l'exemple, commencez par limiter une de vos activités numériques et incitez le à faire de même !

Ces conseils ne sont pas des “règles” absolues, ils sont à adapter et moduler en fonction de vos enfants que vous connaissez mieux que quiconque. Il ne faut pas culpabiliser si vous y faites quelques entorses, tous les parents passent par là. Et n'oubliez pas que l'on parle souvent des écrans mais que l'important c'est le contenu : jeux vidéo, réseaux sociaux, podcast, tutos, images choquantes ou inadaptées sont à surveiller et à accompagner avec et pour vos enfants.

REMERCIEMENTS

La réalisation de ce livre blanc a été possible grâce à l'implication de multiples personnes.

Nous remercions donc infiniment :

**Marion Haza, vice-présidente de l'OPEN,
Pierre-Yves Manchon et Camille De Beugny de la Direction Générale de la
Cohésion Sociale pour leur confiance et leurs conseils,**

**L'association Anthropoado pour l'excellence de leur travail - Martin Julier
Costes, Jocelyn Lachance et Evelyne Barthou,**

Les équipes de Médiamétrie - Xavier Lemuet et Raphaël Brigand,

**Google France pour son soutien - et plus particulièrement au sein des
équipes Hélène Marlaud, Marianne Hobeika, Majdouline Rhanja,
Line Zouhour Adi et Olivier Esper.**

.....
Vous pouvez accéder à l'étude complète
"La Parentalité à l'épreuve du numérique" sur :

le site de l'OPEN <https://www.open-asso.org/>

le site de l'Unaf <https://www.unaf.fr/>

le site <https://www.mon-enfant-et-les-ecrans.fr/>

.....

Observatoire de la Parentalité & de l'Éducation Numérique

L'Observatoire de la Parentalité & de l'Éducation Numérique (OPEN) est une association à but non lucratif qui a pour vocation **d'accompagner et responsabiliser la communauté éducative dans son appréhension des outils numériques** à travers des tutoriels, des conseils d'experts et des articles de fond et d'actualité.

Les équipes de l'OPEN parcourent la France et animent de nombreuses conférences, formations, groupes de parole à destination des parents et des professionnels.

Face aux craintes nombreuses initiées par cet univers multi-connecté, accompagner, former et éduquer les utilisateurs est une nécessité afin que ces outils de notre quotidien puissent pleinement remplir leur rôle.

31 Avenue de Ségur - 75007 Paris

+33 7 81 422 731 - informations@open-asso.org - www.open-asso.org



L'Union nationale des associations familiales est l'institution chargée de **promouvoir, défendre et représenter les intérêts de l'ensemble des familles.**

Les parents ont un rôle fondamental à jouer dans l'accompagnement de leurs enfants dans la société numérique. C'est dans cet objectif que l'Unaf **informe et accompagne les parents** à travers la diffusion de conseils pratiques et accessibles, le développement de ressources ludiques de prévention pour appréhender les écrans en familles ou encore par le décryptage des outils et usages numériques.

A travers son réseau associatif de proximité, le **réseau Unaf-Udaf accompagne également les familles** sur le terrain à travers l'organisation d'ateliers pratiques ou de sessions de sensibilisations à destination des parents et des familles.

28 Place St Georges - 75009 Paris

+33 1 49 953 600 - num@unaf.fr - www.unaf.fr



bservatoire de la Parentalité
& de l'Éducation Numérique



Avec le soutien de Google France

