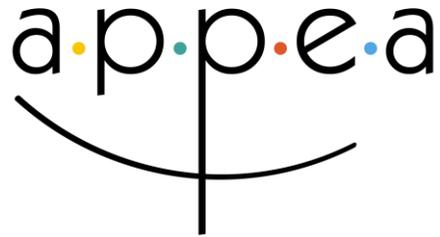


Les enfants et les adolescents face aux écrans : faut-il s'alarmer ?



ASSOCIATION
DE PSYCHOLOGIE ET PSYCHOPATHOLOGIE
DE L'ENFANT ET L'ADOLESCENT

WEBINAIRE

Mardi 15 octobre 2024

18h00 – 19h00



Grégoire BORST

*Professeur de psychologie du développement et
de neurosciences cognitives de l'éducation à
l'Université de Paris et Directeur du LaPsyDe
(CNRS)*

gregoire.borst@u-paris.fr

www.lapsyde.com

<https://www.le21dulapsyde.com/>

Twitter : @lapsyde



Les enfants et les adolescents face aux écrans : faut-il s'alarmer ?

Mardi 15 octobre 2024

**Webinaire enregistré pour accès en replay le lendemain.
Le pdf du support Powerpoint également disponible en ligne sur
www.appea.org**

Rappel : nous ne pouvons pas délivrer d'attestation de formation ou de suivi pour ce format de webinaire gratuit. Notre conseil, si nécessaire pour votre service, votre CPF ou votre employeur : enregistrer le mail info de connexion et faire une capture d'écran durant le webinaire.

Les enfants et les adolescents face aux écrans : faut-il s'alarmer ?

Mardi 15 octobre 2024

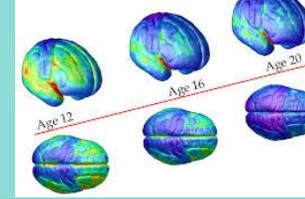
**Vos remarques, vos commentaires professionnels
et vos questions aux intervenants à écrire dans le volet
Discussion.**

**Reprise ou synthèse faite par
Vincent Amelot et coll.
et présentée en 2^{ème} partie après l'exposé court**

Assurez-vous dans la fenêtre de discussion que vos messages sont bien adressés « A tout le monde » (et non juste « Hôtes et panélistes »)



Écran : quelques affirmations



- Les écrans sont responsables de la baisse de l'intelligence des nouvelles générations
- Les écrans peuvent provoquer des troubles des apprentissages (dys) et des troubles du spectre de l'autisme
- Les élèves n'arrivent plus à se concentrer en classe car ils passent trop de temps sur les écrans
- Les réseaux sociaux sont à l'origine des symptômes dépressifs des adolescents
- L'utilisation des écrans peut entraîner une addiction

Temps d'exposition et taux d'équipement

Tranches d'âge	Etude ENNS (2006-2007)	Etude INCA2 (2006-2007)	Etude INCA3 (2014-2015)	Etude Esteban (2014-2016)
3-6 ans	2h07	2h00	1h47	non disponible
7-10 ans	2h47	2h22	2h28	3h07
11-14 ans	3h31	3h12	3h38	4h48
15-17 ans	3h27	3h50	4h50	5h24
Ensemble enfants	2h57	2h48	3h05	4h11

- 1,6 écran personnel pour les 7-12 ans et 2,9 écrans pour les 13-19 ans
- 35 % des 7-12 ans et 89 % des 13-19 ans possèdent un smartphone. Age moyen d'acquisition est estimé à 9 ans et 8 mois
- 19% des 7-12 ans et 69% des 13-19 ans ont un ordinateur personnel
- 58 % des 7-12 ans et 63 % des 13-19 ans sont équipés de consoles de jeux personnelles

Etude IPSOS, Junior Connect', Edition 2022

Ecran : une question médiatisée



TRIBUNE

Collectif

Exposition aux écrans : « Qui défend-on, les enfants ou l'industrie du numérique ? »

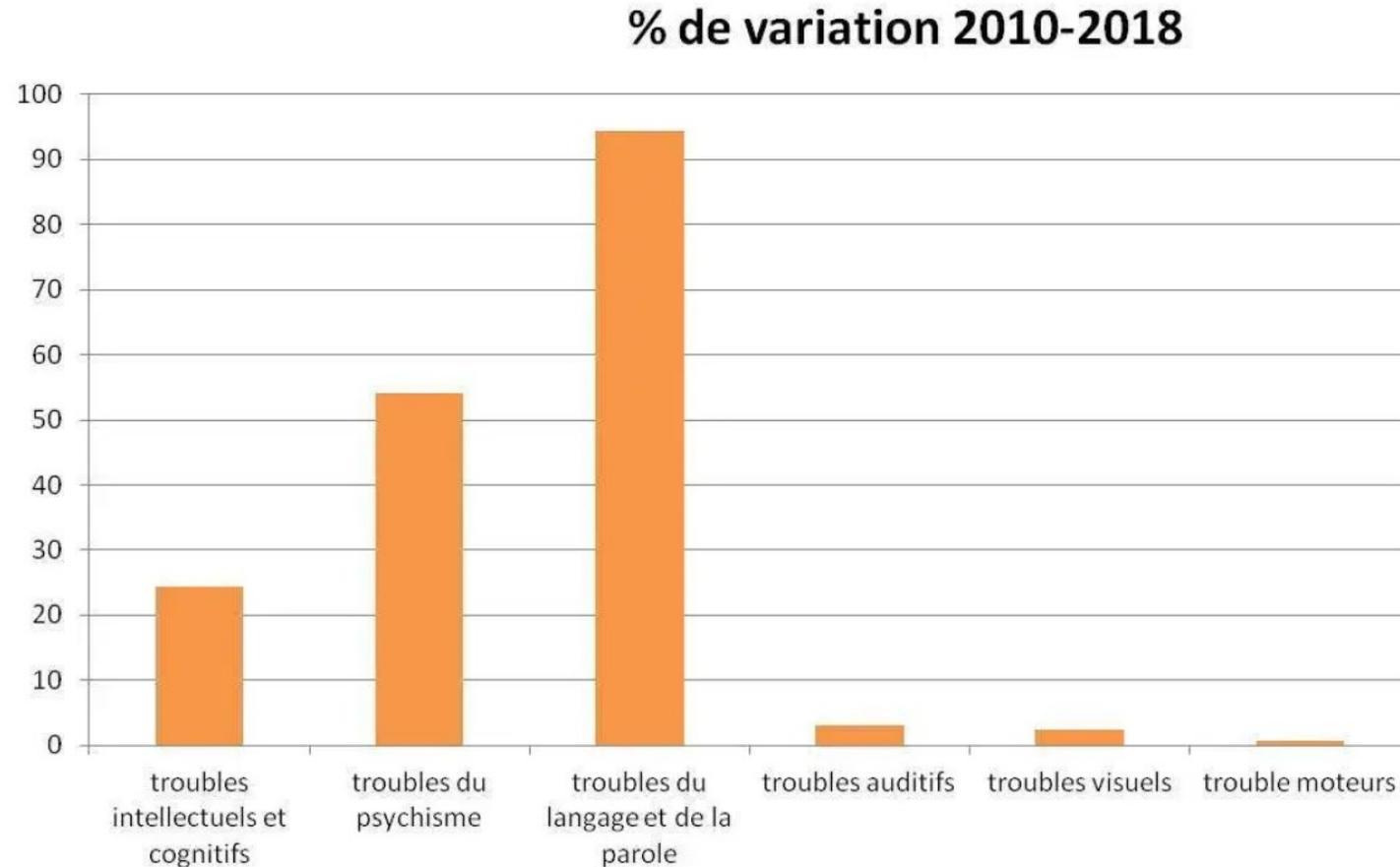
Des professionnels de la santé infantile s'inquiètent, dans une tribune au « Monde », de l'explosion des troubles cognitifs.

Publié le 17 janvier 2019 à 06h00 - Mis à jour le 09 avril 2019 à 14h27 | Lecture 4 min.

Article réservé aux abonnés

Ecran : des corrélations à interpréter avec discernement

Collectif surexposition écrans

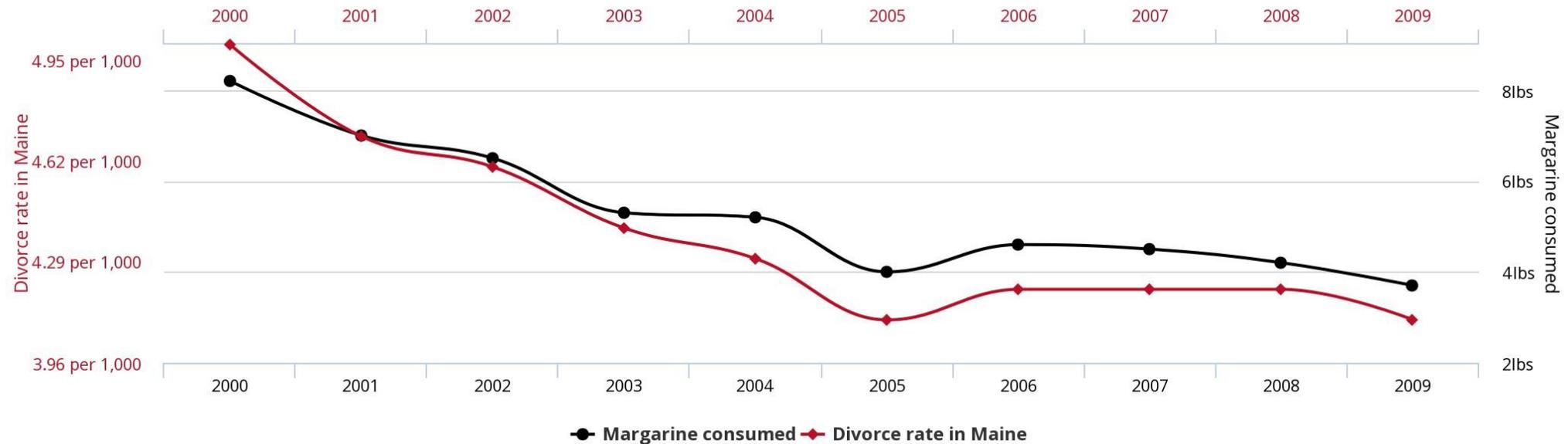


Tribune CoSE – Le Monde du 15/01/2019

Ecran : des corrélations à interpréter avec discernement

Taux de divorces de 2000 à 2009

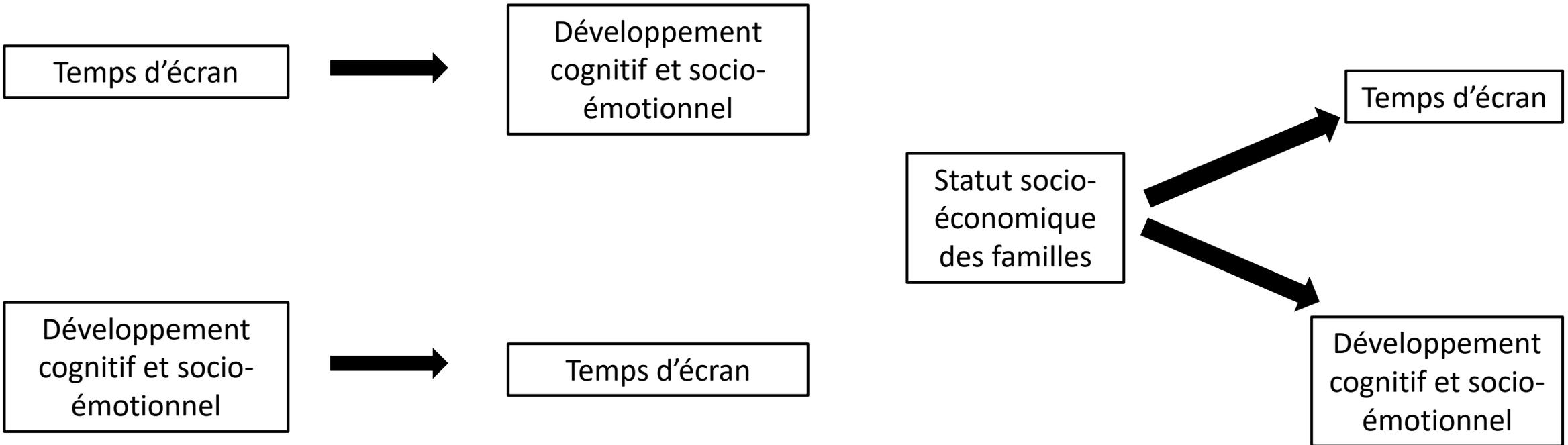
Consommation de margarine de 2000 à 2009



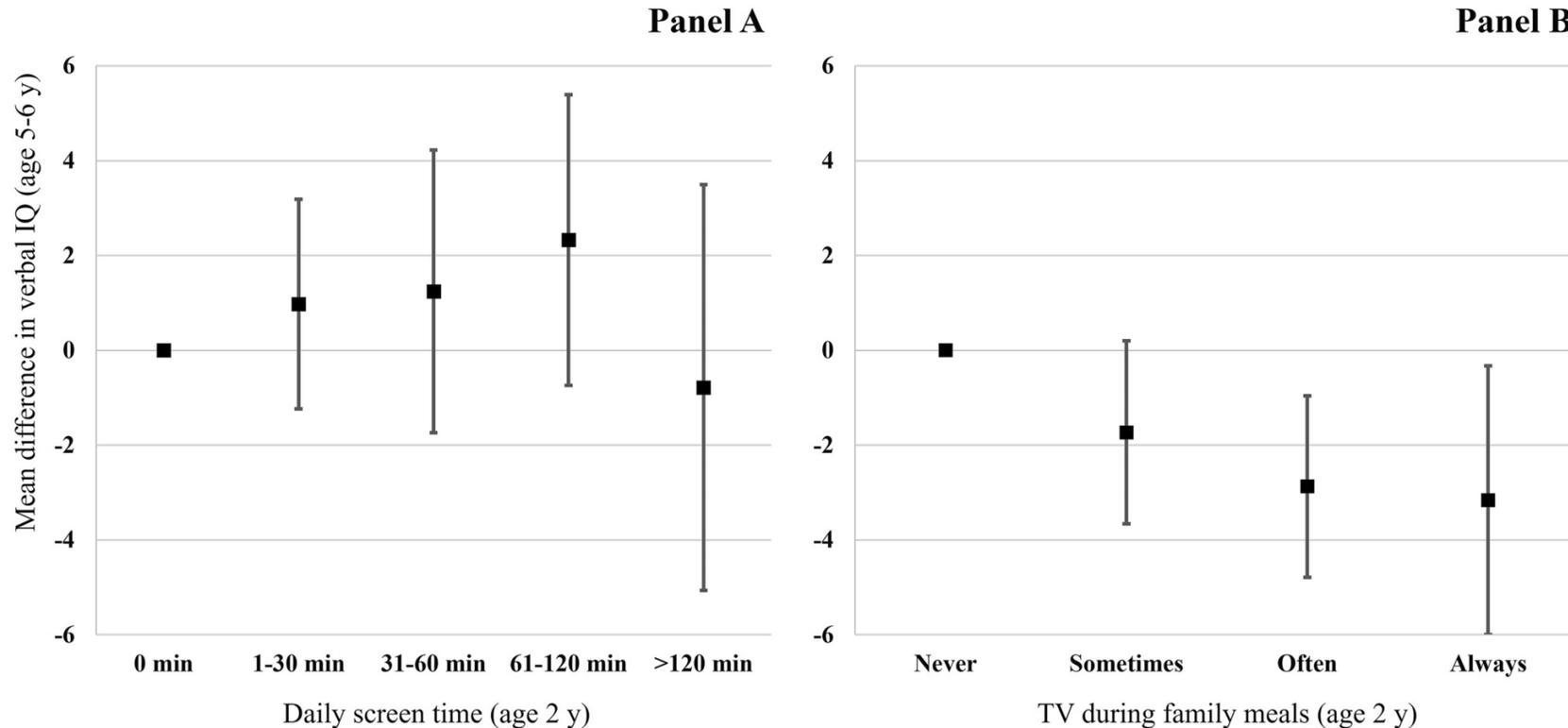
tylervigen.com

<https://www.tylervigen.com/spurious-correlations>

Ecran et réseaux sociaux : corrélation vs causalité



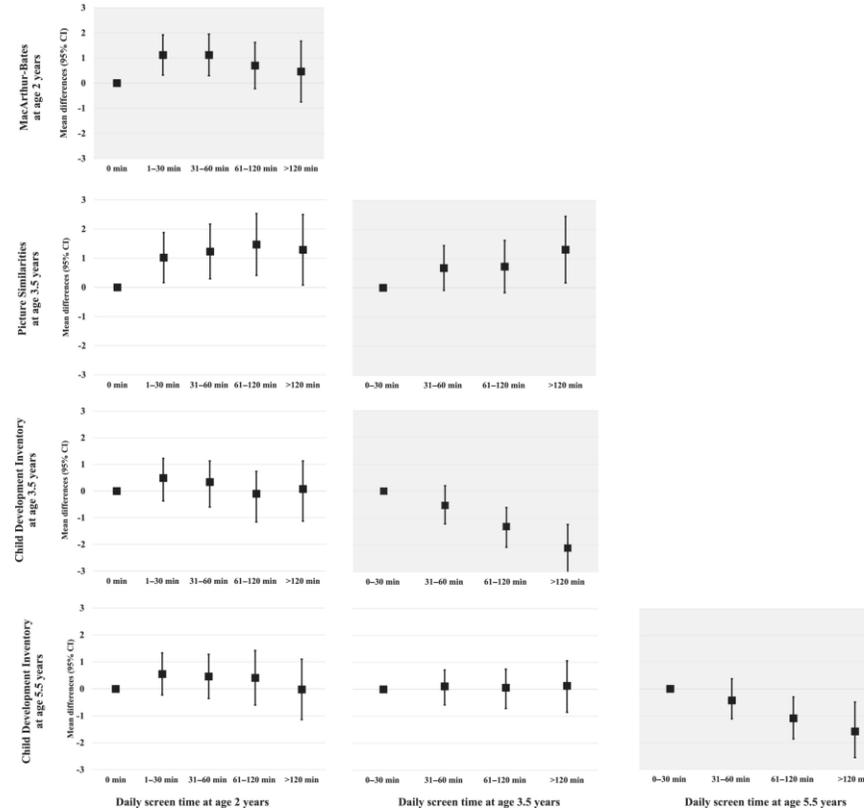
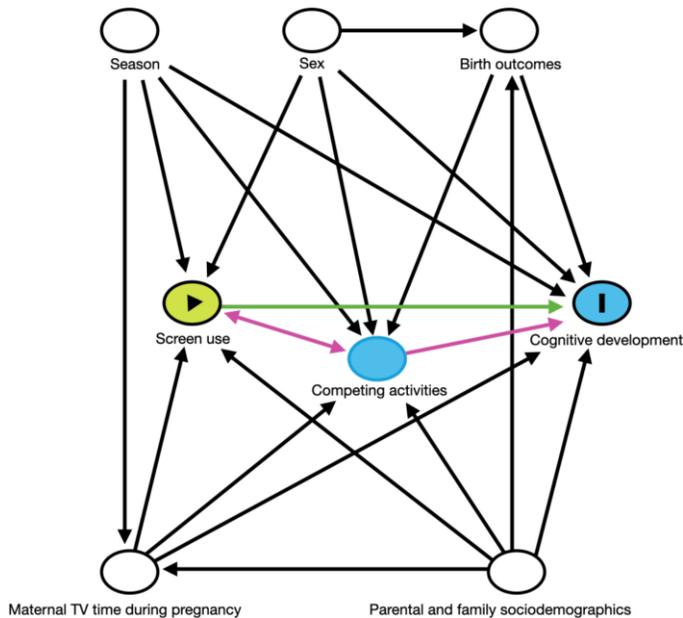
Temps d'écran, TV pendant les repas et QI verbal



Cohorte EDEN, N = 1413 enfants de 2.5 à 6 ans

Martinot et al., Scientific Reports (2021)

Temps d'écran, milieu social et conduites parentales

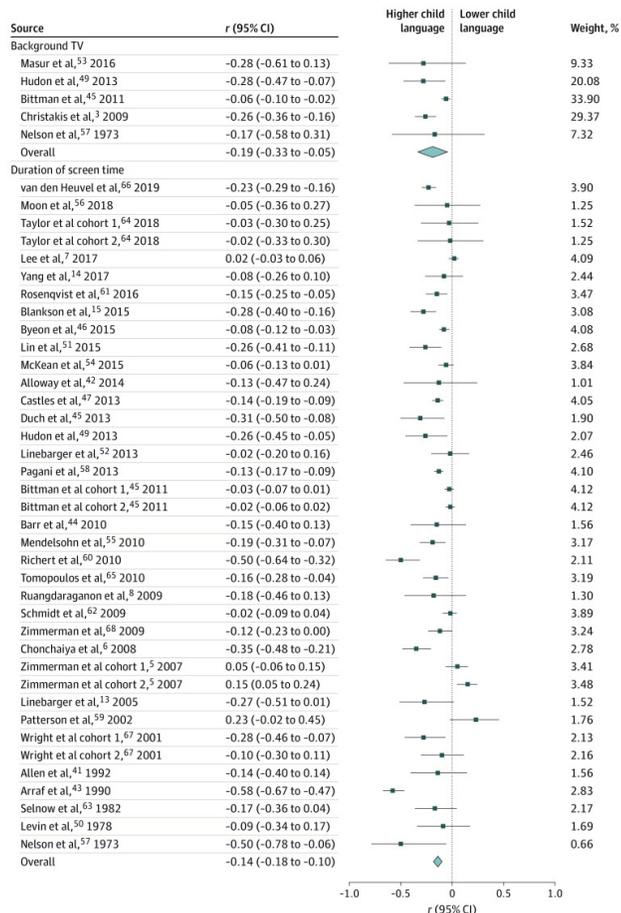


- A 3,5 et 5,5 ans, temps d'exposition associé à moins bon développement cognitif global
- Si prise en compte des facteurs relatifs au mode de vie relation se réduit et devient faible.

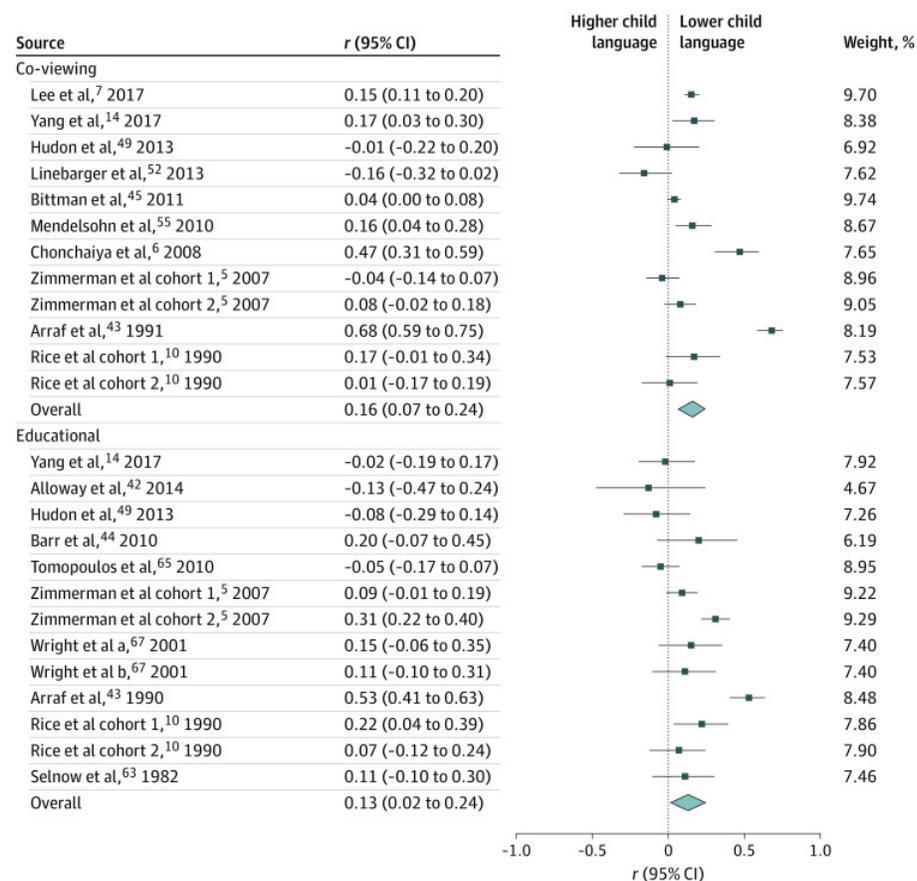
Cohorte ELFE, N = 8030 enfants de 2 à 5,5 ans
 Yang et al., Journal of Child Psychology and Psychiatry (2023)

Langage et temps d'écran : une méta-analyse

Temps d'écran
TV allumée en
fond
=> Négatif
pour le
langage

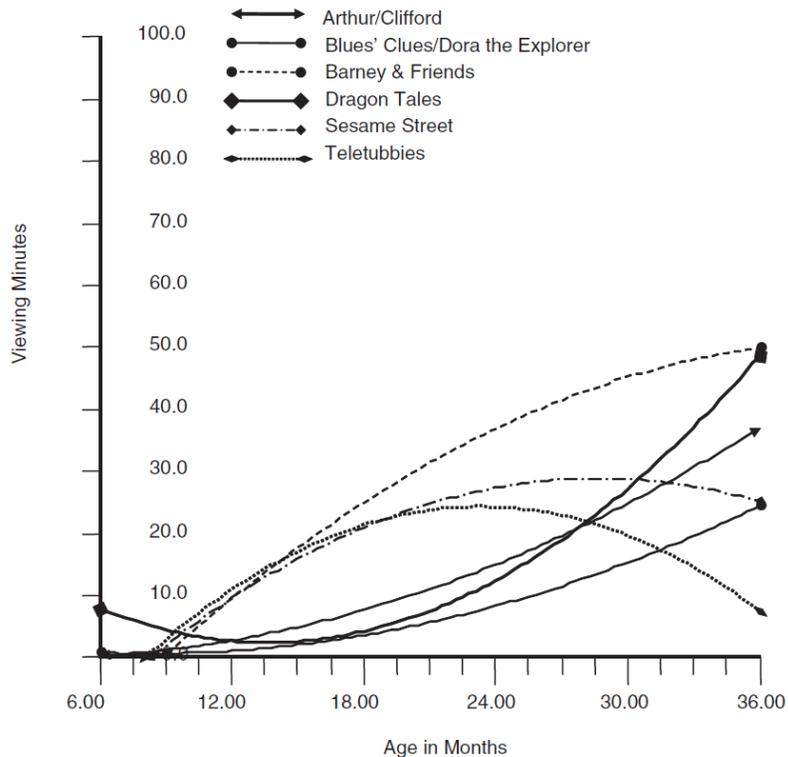


Madigan et al, *Jama Pediatrics* (2021)

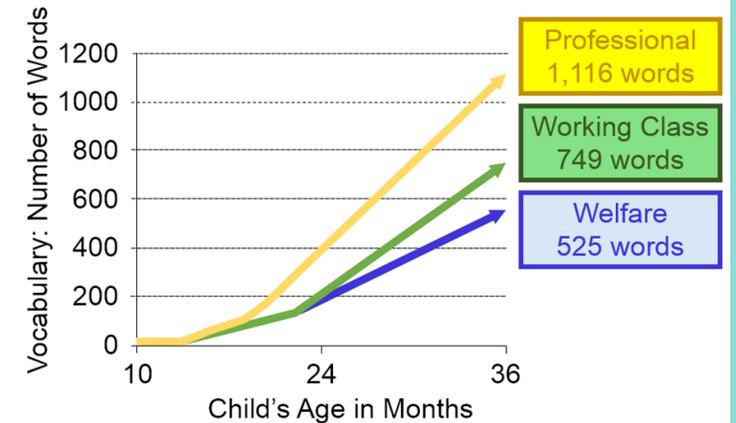
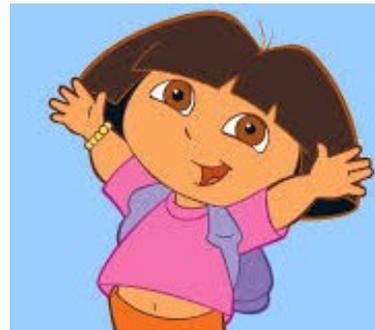


Co-visionnage
Programme
ludo-éducatif
=> Positif pour
le langage

Télévision et vocabulaire : Tout dépend du contenu !



- N = 51 suivis de 6 à 30 mois
- Exposition à la télévision = 7,84 mots en moins dans le vocabulaire à 30 mois
- Teletubbies = 10,18 mots en moins dans le vocabulaire à 30 mois
- Dora l'exploratrice = 13,13 mots en plus dans le vocabulaire à 30 mois



Linebarger & Walker, *American Behavioral Scientist* (2005)

Ecran, sommeil et sédentarité

SOMMEIL

Age	Temps de sommeil en heures/24h
0-3 mois	14-17
4-11 mois	12-15
1-2 ans	11-14
3-5 ans	10-13
6-13 ans	9-11
14-17 ans	8-10

- 49 % des parents d'enfants de moins de 11 ans pensent que l'usage des écrans n'a aucun impact sur le sommeil de leurs enfants
- 8 % pensaient même que cet impact était bénéfique

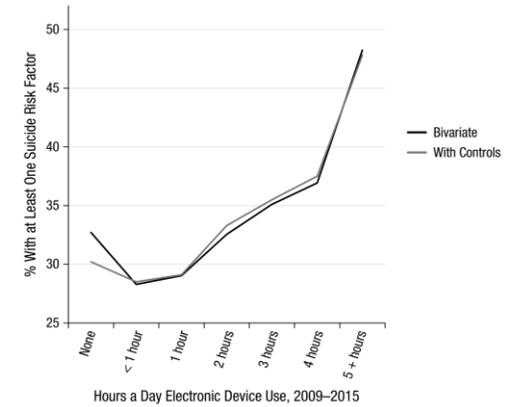
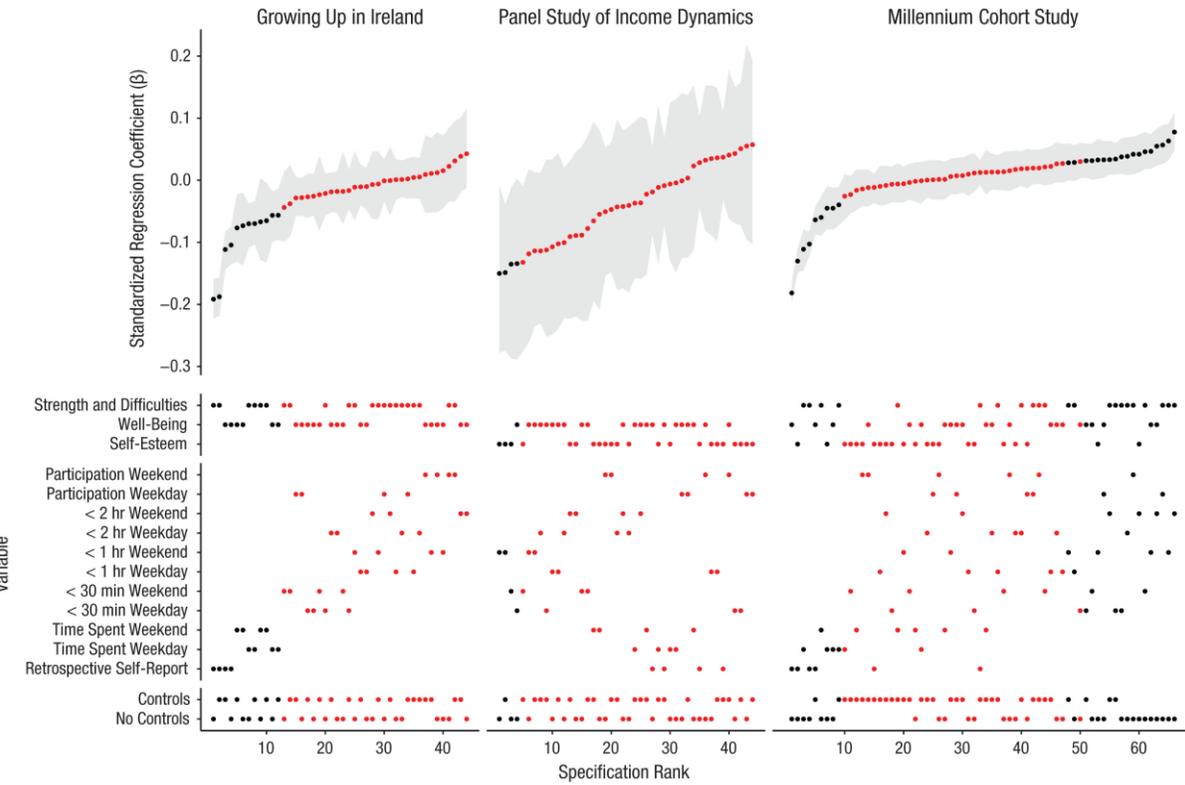
Hirshkowitz et al. *Sleep Health* (2015)

SEDENTARITE

- 33 % des enfants de moins de 3 ans ne pratiquaient aucune activité physique d'extérieur
- Sédentarité liée à une augmentation des risques cardio-vasculaires

Anses (2020)

Réseaux sociaux et bien être



Hours a Day Electronic Device Use, 2009-2015

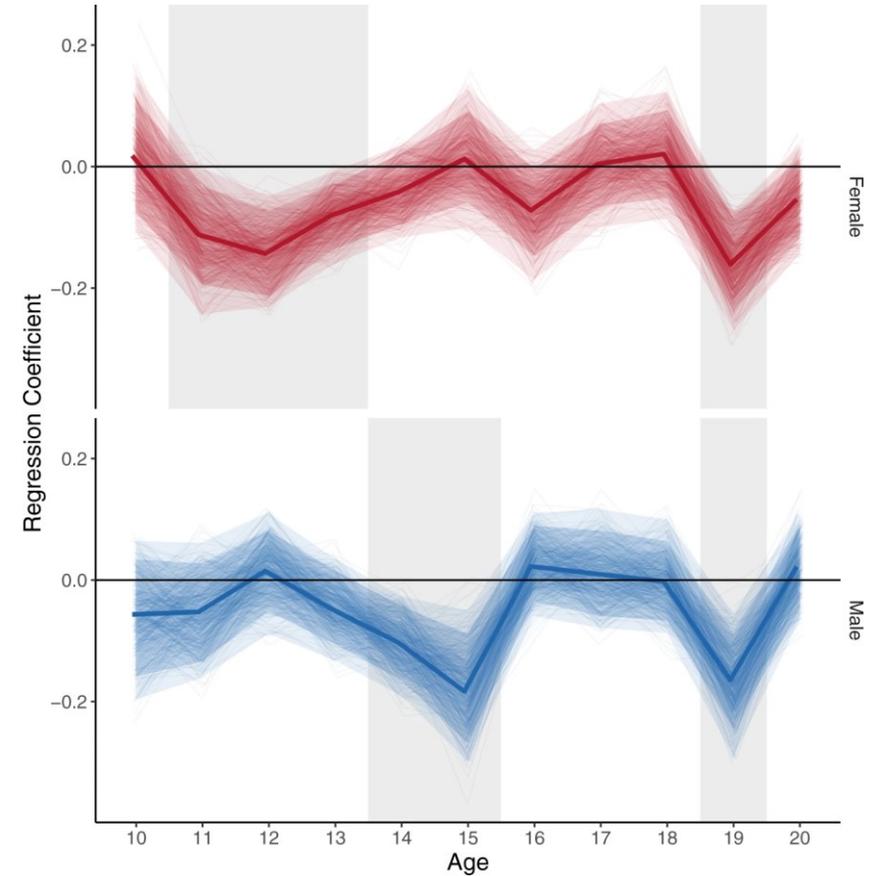
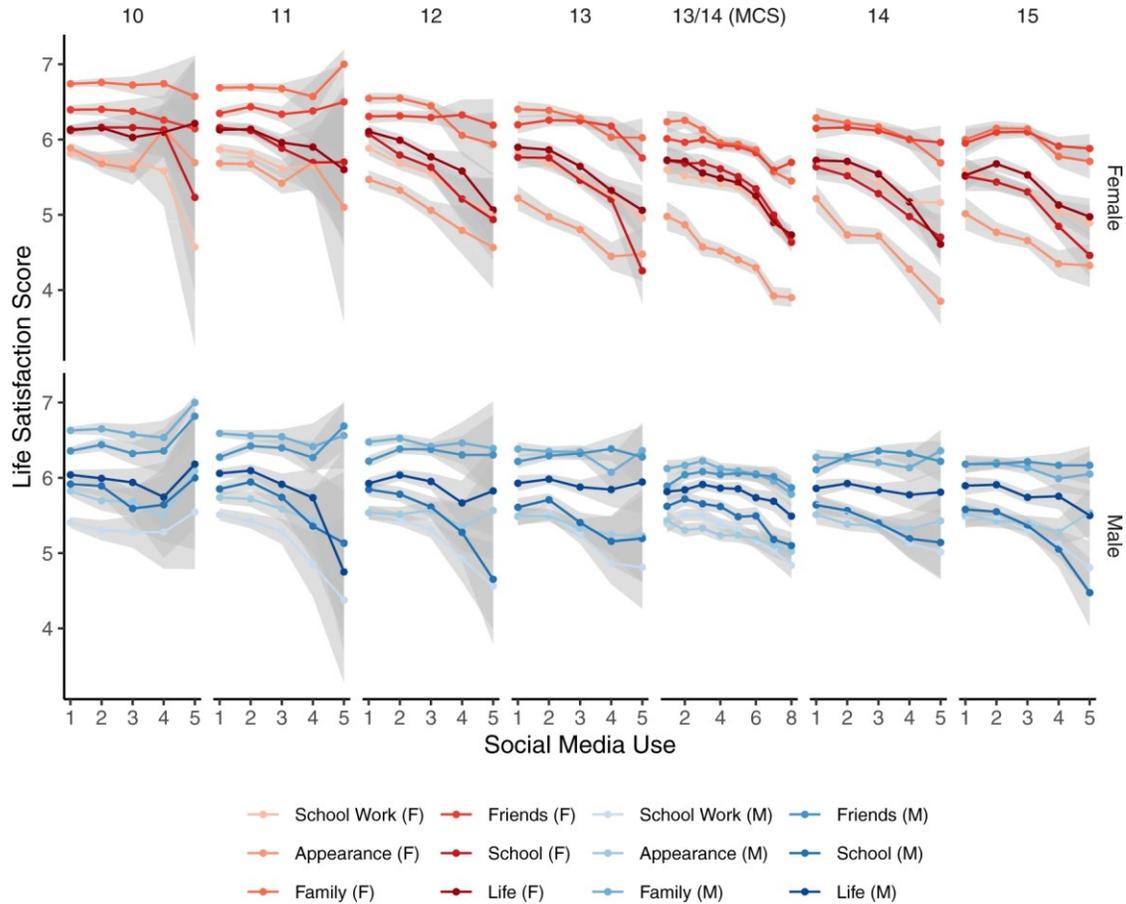
Table 2. Correlations Between Screen and Nonscreen Activities and Depressive Symptoms (8th and 10th Graders; MtF) and Suicide-Related Outcomes (9th-12th Graders; YRBSS), 2009-2015

	Bivariate <i>r</i>	Controlled for sex, race, SES, grade, and region	Controlled for sex, race, SES, grade, and region and in-person social interaction	Girls (controlled for race, SES, grade, and region)	Boys (controlled for race, SES, grade, and region)
MtF (correlations with depressive symptoms)					
Screen activities					
Social media use	.05*	.03*	.06*	.06*	.01
TV viewing	.04*	.02*	.03*	.03*	.02*
Internet news use	.00	.00	.01*	.01	-.02
Nonscreen activities					
In-person social interaction	-.07*	-.08*	-.09*	-.08*	-.09*
Religious services attendance	-.15*	-.14*	-.14*	-.16*	-.13*
Sports or exercise	-.22*	-.19*	-.18*	-.20*	-.19*
Homework hours	-.06*	-.05*	-.06*	-.06*	-.04*
Print media use	-.11*	-.10*	-.09*	-.12*	-.08*
Having a paid job	.00	.01	.02*	-.01	.02*
YRBSS (correlations with suicide-related outcomes)					
Screen activities					
Electronic device use	.12*	.13*	—	.14*	.12*
TV viewing	.03*	.02*	—	.02	.03*
Nonscreen activities					
Exercise	-.12*	-.08*	—	-.08*	-.08*

Orben, A. et al., *Psychological Science* (2019)

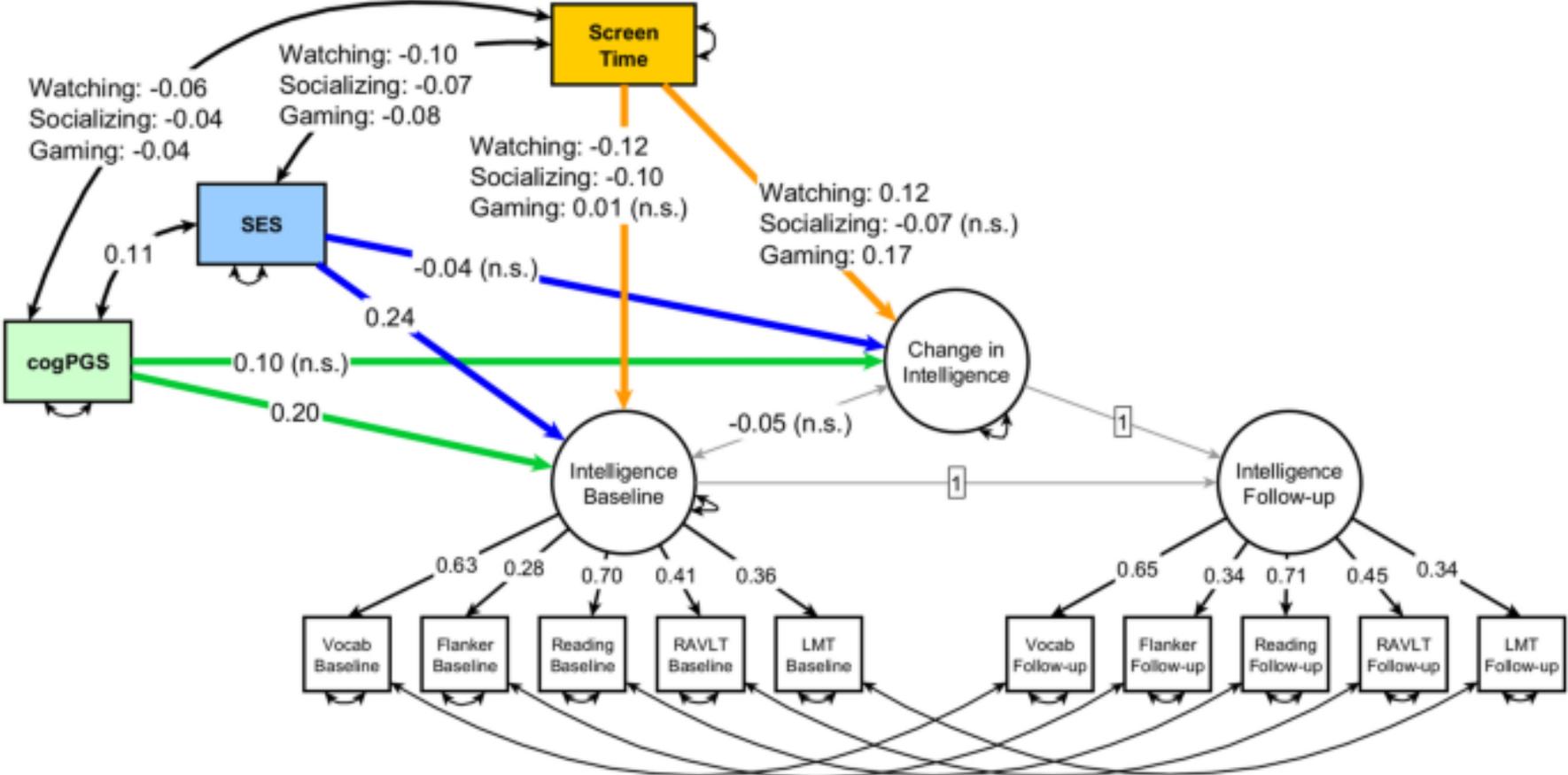
Twenge, J., et al., *Clin Psych Sci* (2018)

Réseaux sociaux et satisfaction dans la vie



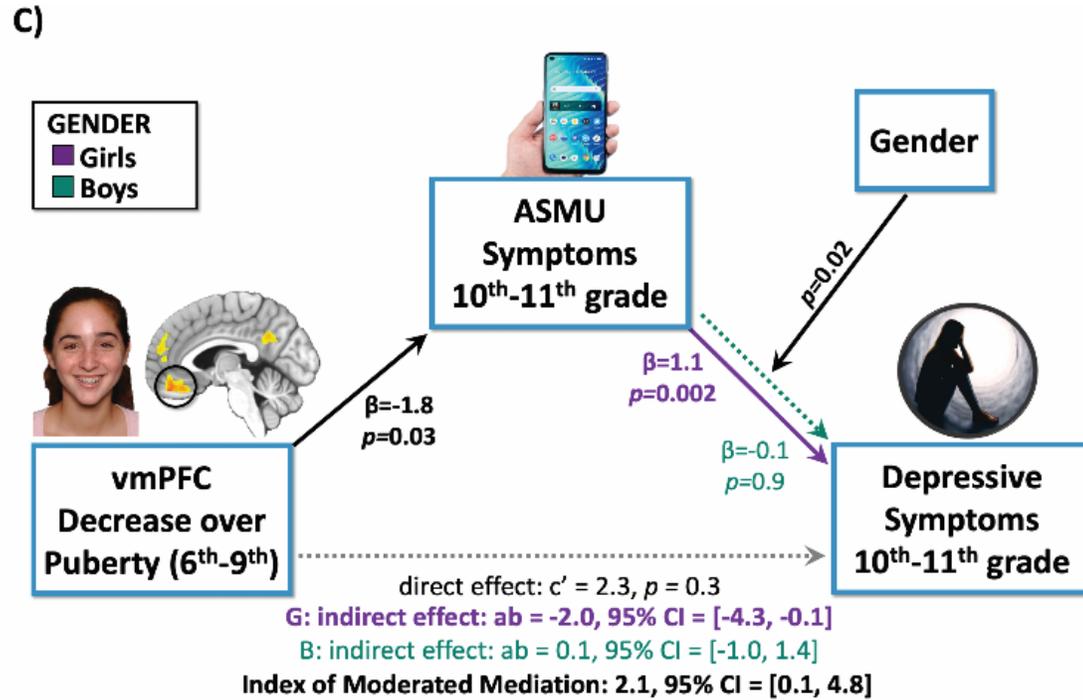
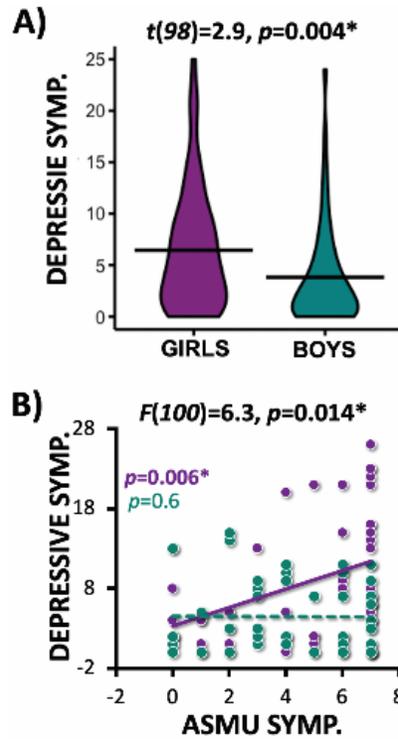
Orben, A., *Nature Comm* (2020)

Intelligence et écran de 8 à 10 ans



Sauce et al., *Sci Reports* (2022)

Réponse aux récompenses, utilisation excessive des réseaux et risques de dépression



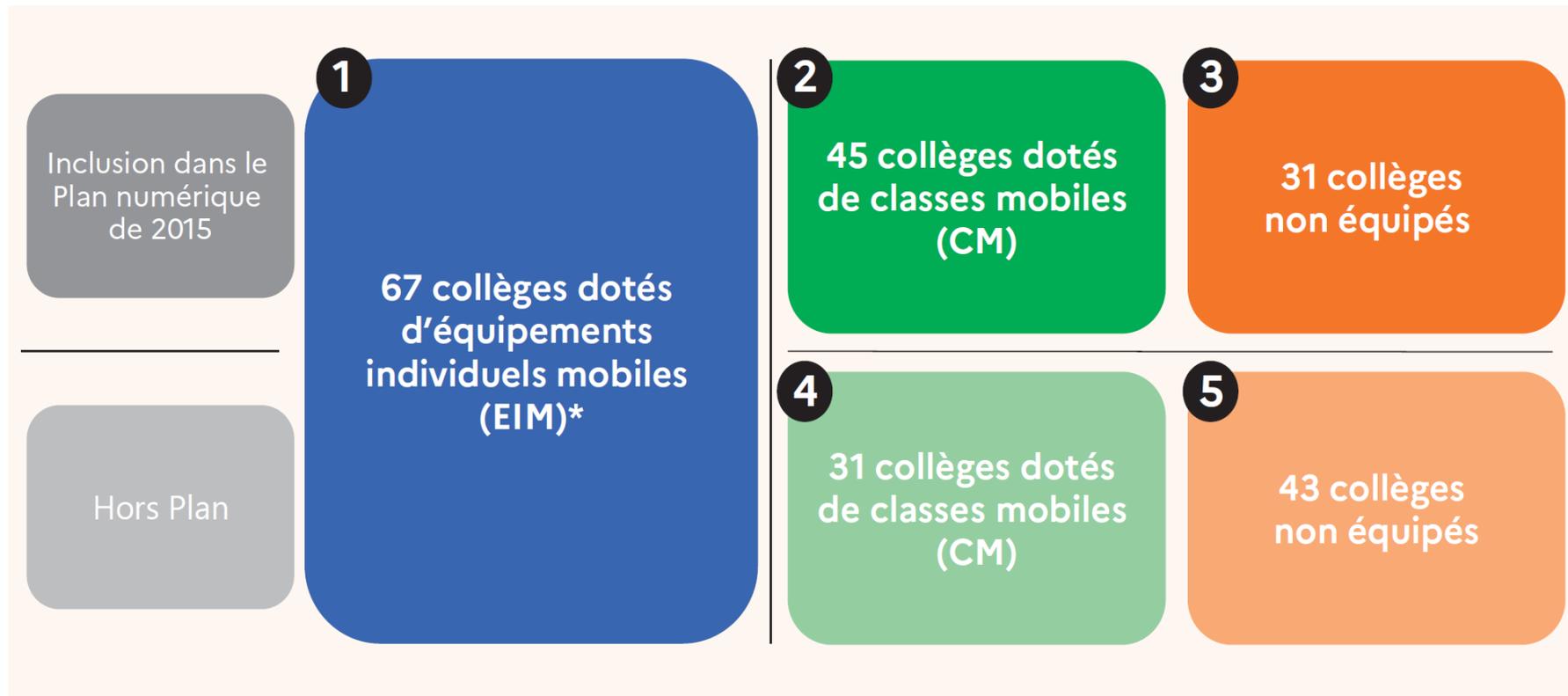
Flannery et al., *SCAN* (2024)

Temps d'équipement dans l'EN (DNE, DEPP)

	Nombre de terminaux fixes pour 100 élèves	Nombre de terminaux mobiles pour 100 élèves	Nombre d'outils de vidéo-projection pour 100 élèves
Ecoles maternelles	3	3	2
Ecoles élémentaires	5	10	4
Ecoles primaires	4	10	4
ENSEMBLE 1er DEGRE (2022-2023)	4	9	3
Collèges	23	17	6
Lycées d'enseignement généraux et technologiques	43	23	7
Lycées professionnels	71	26	11
ENSEMBLE 2nd DEGRE (2021-2022)	33	20	7

- 98 % des établissements publics du 2nd degré disposent de salles informatiques dédiées
- 75,5 % des établissements du 1^{er} degré disposaient d'un accès internet (82,9 % des écoles élémentaires et 58,7 % des écoles maternelles), 95 % des collèges, 94 % des lycées

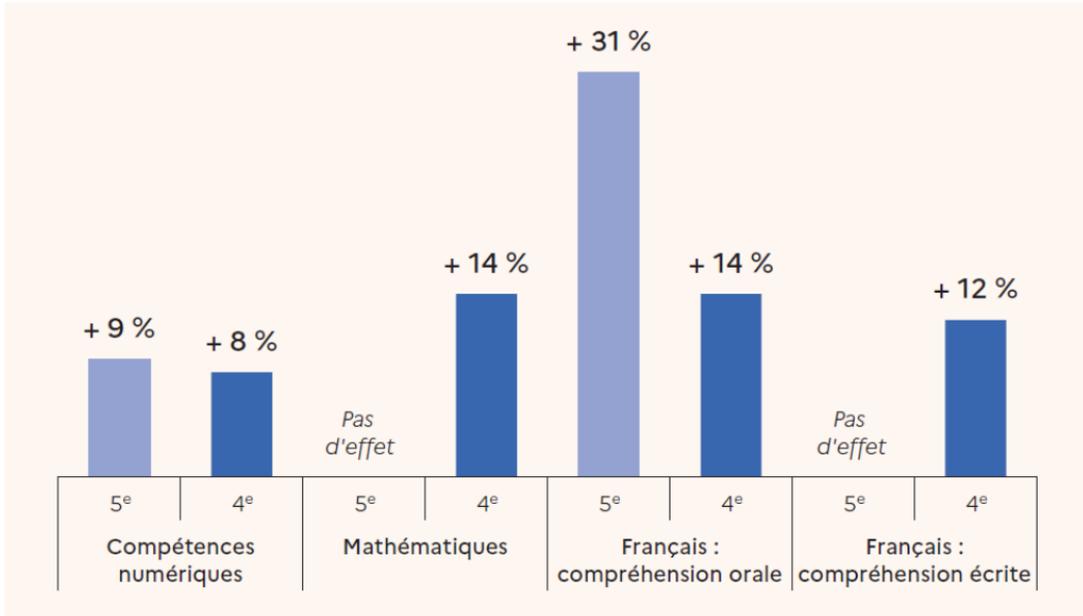
L'évaluation du plan numérique – DEPP - MENJ



* La distinction Plan numérique de 2015/hors Plan numérique n'est pas effectuée pour les établissements dotés d'EIM compte tenu de la faible proportion d'établissements dotés d'EIM et non inclus dans le Plan numérique (10 collèges, soit moins de 5 % de l'échantillon). Tous les établissements dotés d'EIM sont donc considérés uniformément.

Réf. : *Note d'Information*, n° 21.05. © DEPP

L'évaluation du plan numérique – DEPP - MENJ

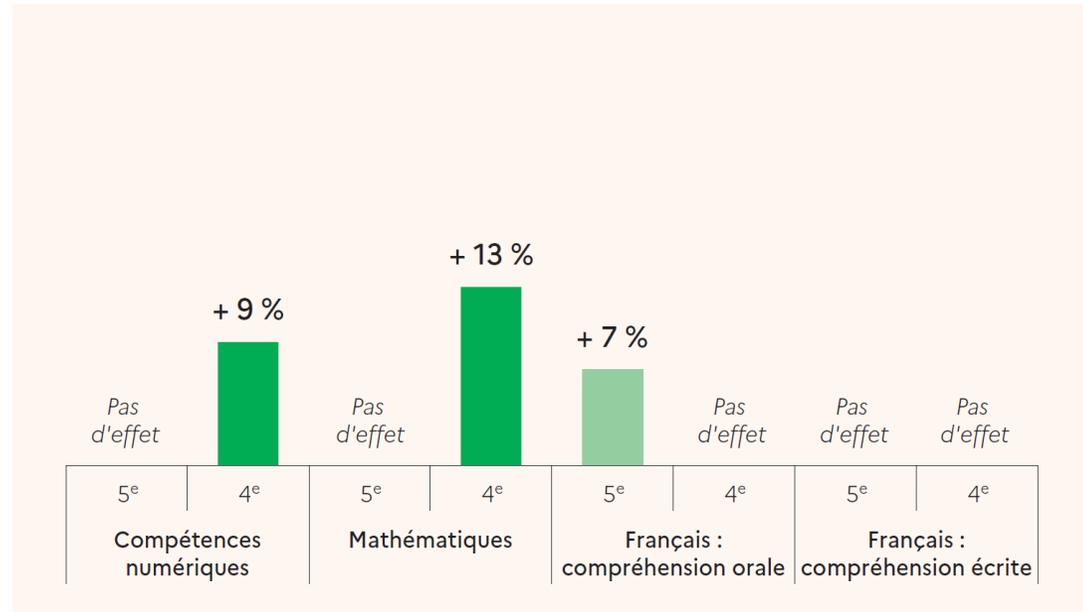


Lecture : l'effet moyen estimé de la disponibilité d'EIM sur les compétences numériques des élèves en 5^e est de 9 % d'écart-type du score du groupe de comparaison (collèges sans équipements numériques mobiles).

Champ : les élèves de 5^e et 4^e interrogés lors des évaluations Élane 2018 et Élane 2019.

Source : MENJS-DEPP.

Réf. : Note d'Information, n° 21.05. © DEPP



Lecture : par rapport au groupe de comparaison (collèges sans équipements numériques mobiles), on ne distingue pas d'effet statistiquement significatif de la disponibilité des CM sur les compétences numériques des élèves en 5^e.

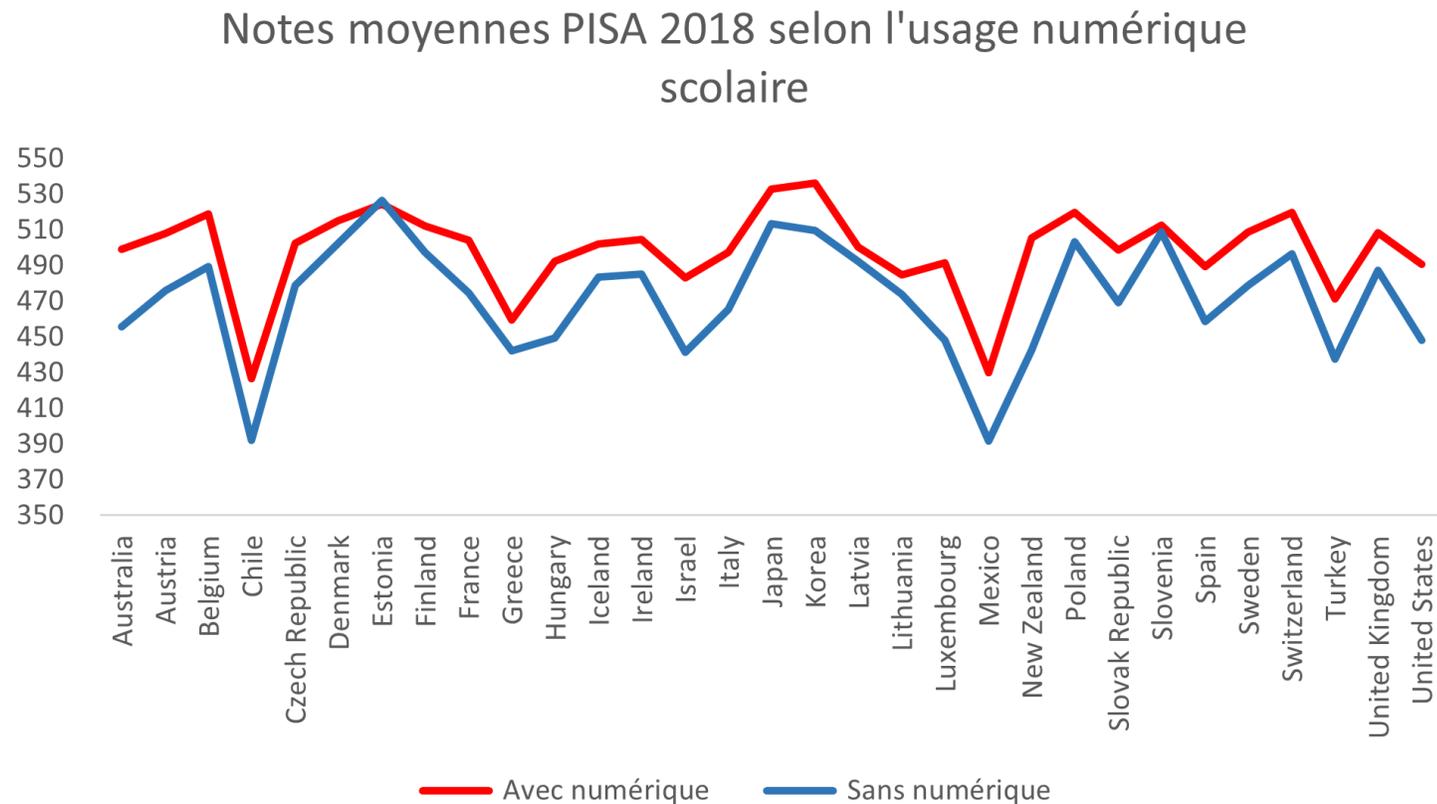
Champ : les élèves de 5^e et 4^e interrogés lors des évaluations Élane 2018 et Élane 2019.

Source : MENJS-DEPP.

Réf. : Note d'Information, n° 21.05. © DEPP

PISA 2018 – équipement numérique et scores en Math

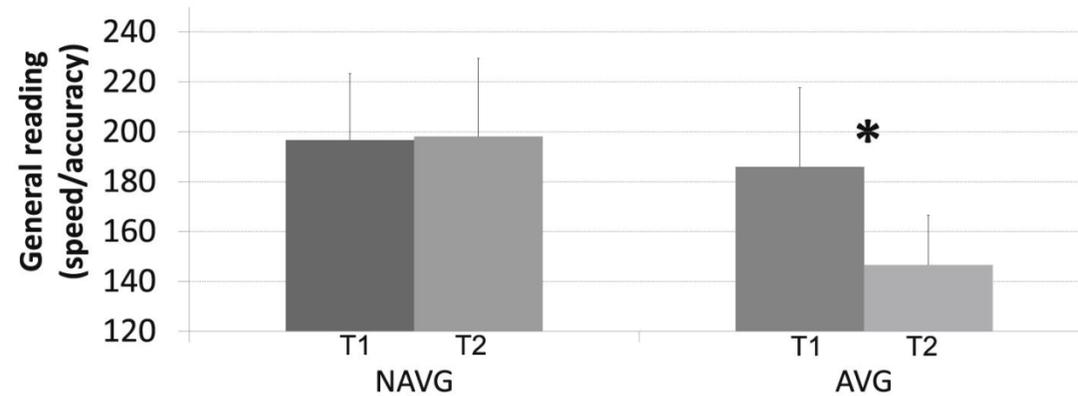
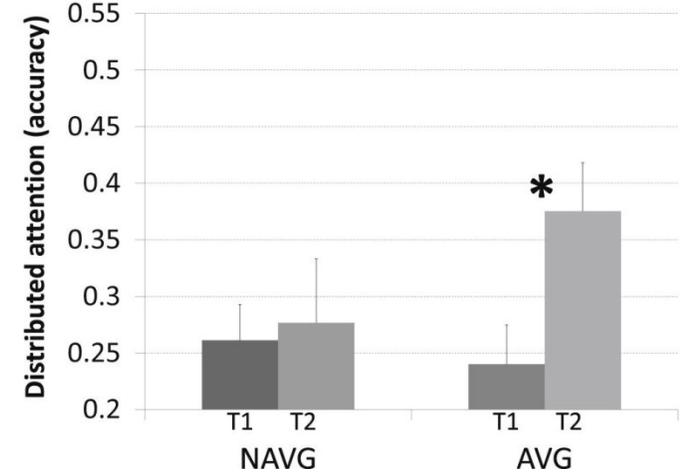
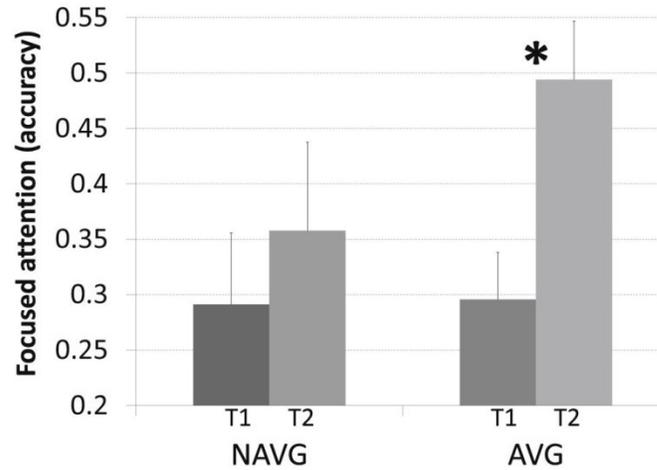
- Élèves qui déclarent utiliser un équipement numérique (rouge) ou ne pas en utiliser (bleu) dans leurs études)



Entraînement de l'attention et lecture chez les enfants dyslexiques

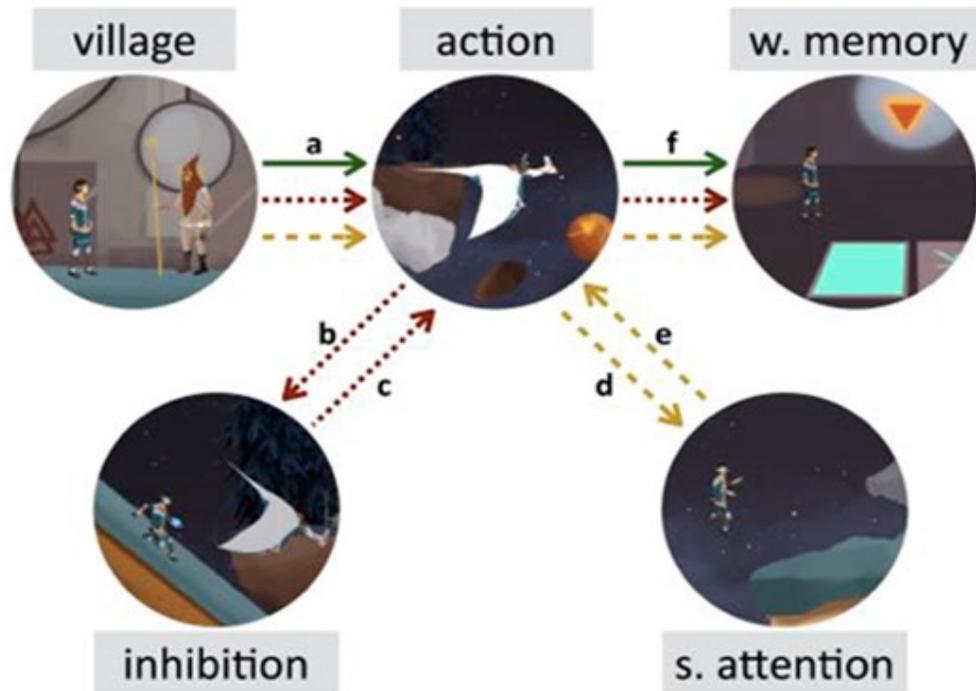


- 12 heures d'entraînement
- 20 enfants dyslexiques (10 ans)
- Testés sur des tâches attentionnelles et de lecture avant (T1) et après (T2) entraînement.



Franceschini et al., *Curr. Biol.* (2013)

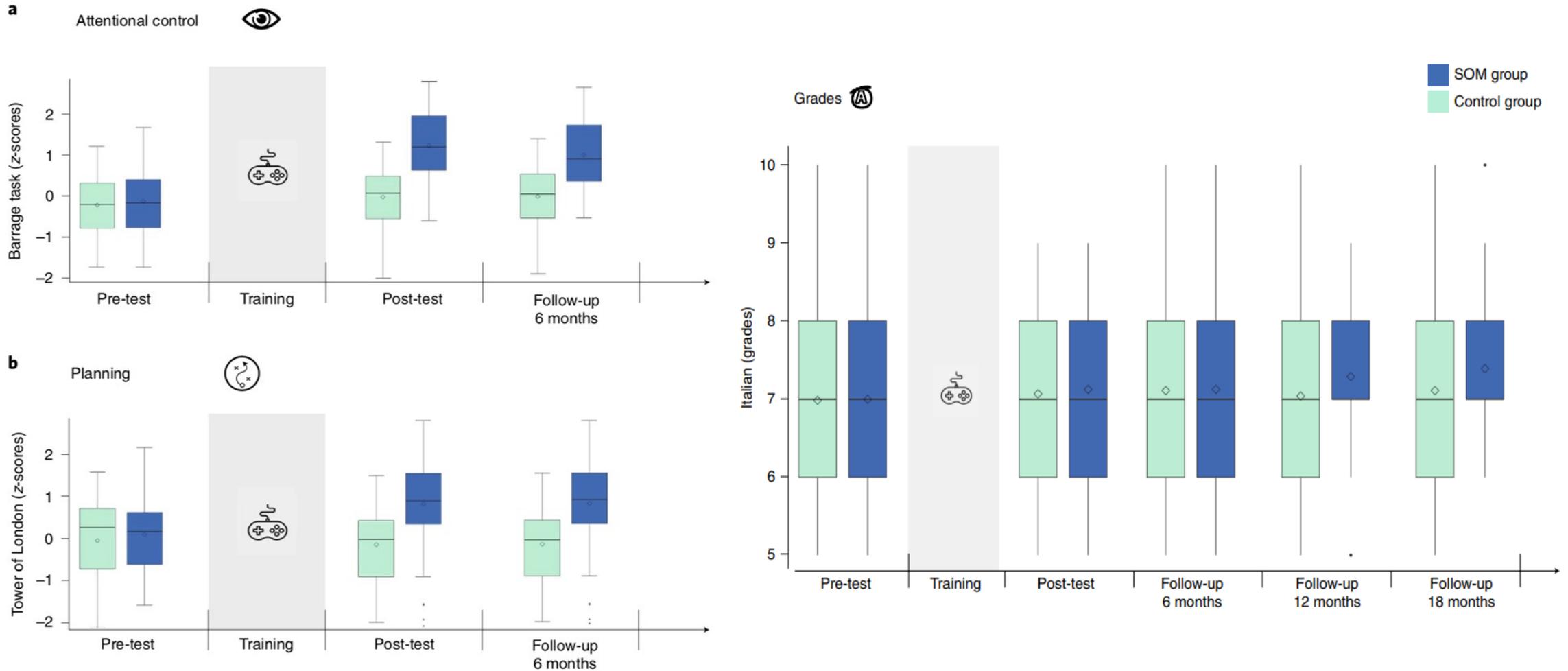
Skies of Manawak pour améliorer les capacités de lecture



- List of all mini-games
-  **The Flight**
Divided attention and flexible switch between different states of attention
 -  **The Fishing**
Attentional control (multiple object tracking task)
 -  **The Shooting Gallery**
Selective visual attention (visual search task)
 -  **The Shuffle**
Attentional control (cups and ball task)
 -  **Metors and Islands**
Divided attention (dual task)
 -  **The Security System**
Updating (visuospatial working memory)
 -  **The Uka**
Updating (visual running memory span)
 -  **The Call**
Updating (auditory running memory span)
 -  **The Falling Island**
Inhibition (Go/no-Go task)
 -  **The Energy Panel**
Planning (deductive reasoning task)

Pasqualotto, Altarelli et al., *Nature Human Behavior* (2022)

Skies of Manawak en Italie



Pasqualotto, Altarelli et al., *Nature Human Behavior* (2022)

Recommandations de la commission écran

Enfants et écrans

À la recherche du temps perdu

Avril 2024

- Inverser la charge de la preuve pour lutter contre les conceptions et les algorithmes délétères des services numériques et se doter de capacités d'audits réguliers indépendants
- Proscrire les pratiques délétères en termes de conception et faire émerger un standard éthique Européen
- Renforcer les « garde-fous » dans les jeux vidéo pour sécuriser l'expérience des jeunes joueurs, et ainsi mieux les protéger des contenus inappropriés et lutter contre le développement des microtransactions et designs trompeurs
- Faire émerger et promouvoir des solutions privées de protection plus efficaces et accessibles, notamment pour les familles
- Autoriser l'accès aux seuls réseaux sociaux "vertueux" à compter de 15 ans
- Organiser une prise en main progressive des téléphones : rien avant 11 ans, des téléphones sans internet à partir de 11 ans, des smartphones à compter de 13 ans a minima sous réserve que l'accès aux réseaux et aux contenus illégaux ne leur soient pas permis, un accès aux réseaux sociaux « vertueux » à compter de 15 ans
- <https://www.elysee.fr/admin/upload/default/0001/16/fbec6abe9d9cc1bff3043d87b9f7951e62779b09.pdf>

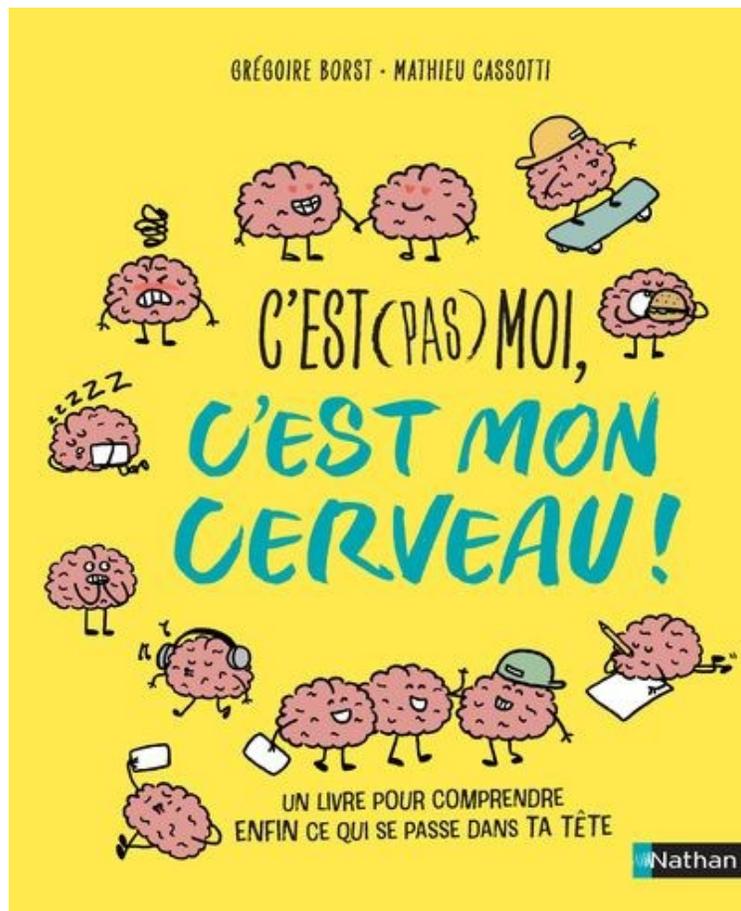
Recommandations de la commission écran

Enfants et écrans

À la recherche du temps perdu

Avril 2024

- Fixer un cadre d'utilisation strict pour « Pronote » et les ENT avec mise en place de paramètres par défaut protecteurs des enfants
- Former et informer les élèves dès l'école élémentaire puis tout au long de leur scolarité, de façon appropriée selon leur âge, au numérique, à son modèle, à ses contenus, à ses usages, aux opportunités qu'il offre et aux dangers qu'il peut présenter
- Renforcer l'éducation à la santé, et spécifiquement : aux enjeux du sommeil. Assumer en conséquence de faire évoluer les rythmes scolaires pour mieux les adapter aux besoins physiologiques des jeunes (repousser à 10h00 le démarrage des cours le matin au collège et au lycée) ; aux risques liés à la sédentarité et à l'insuffisance d'activité physique, et en conséquence mieux mobiliser les cours d'éducation physique et sportive pour un suivi renforcé des enfants ; aux risques concernant la vue en multipliant les occasions de temps en extérieur
- Peupler l'espace public d'alternatives aux écrans pour les enfants, et redonner à ces derniers toute leur place, y compris bruyante
- Déployer une véritable politique d'aide et de soutien à la parentalité en matière d'écrans et de numérique



Du labo à la classe

GRÉGOIRE BORST
ÉMILIE DECROMBECQUE
JÉRÔME HUBERT

Enseigner aux élèves comment apprendre

55 séances clés en main avec vidéos à l'appui

Comment être attentif ?

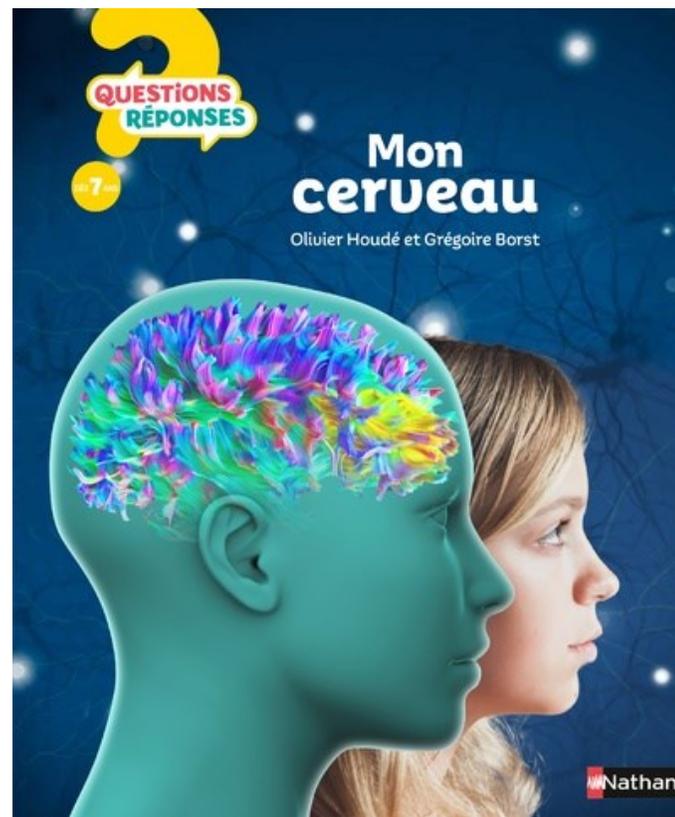
Comment bien mémoriser ma leçon ?

Quelles sont les meilleures méthodes pour apprendre ?

Et si on y réfléchissait ensemble ?

COLLÈGE

Nathan Lea.fr

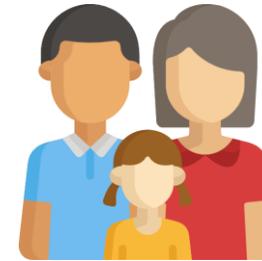




Prochain webinaire

Mardi 5 novembre 2024

Le guide d'évaluation des capacités parentales



Avec Chantal Cyr, Pr à l'UQAM Chaire de recherche du Canada sur l'attachement et le développement de l'enfant
et Valérie Dewitte-Rasseneur, cheffe de service Clinique d'évaluation des capacités parentales - Montréal

Inscriptions à partir du lundi 28 octobre sur www.appea.org