



Le numérique des tout- petits

Note de positionnement de la Fondation
pour l'Enfance

Octobre 2020

Porteur d'enrichissement social, familial et individuel, proposant une ouverture sur le monde, vecteur de connaissances et d'éducation pour tous, le numérique peut aussi présenter des risques sur le développement futur de l'enfant. Ces risques sont **particulièrement importants chez le tout jeune enfant**, qui doit, au risque de retard futur, faire dans ses premières années des apprentissages décisifs (langage, émotion, régulation de l'attention).

Aujourd'hui, l'omniprésence du numérique dans le quotidien des familles s'est banalisée, remplaçant petit à petit les **indispensables temps de relation avec les parents**. Une étude approfondie conduite par la Fondation pour l'Enfance en 2018¹ a confirmé des **usages très précoces, souvent non-encadrés, dans une grande majorité de foyers, ainsi qu'une utilisation massive des écrans par les parents et les enfants**. Cependant, les enjeux posés par cette consommation semblent encore mal évalués par les parents (faible perception du risque développemental pour l'enfant, sous-évaluation du rôle des interactions parents-enfants).

L'innovation technologique intense du secteur fait naître de nouvelles **interrogations** sur les appareils et logiciels d'immersion virtuelle, les jouets ou appareils connectés, avec des questionnements sur le plan de la protection de l'image, des données personnelles, et là encore du développement neurologique et cognitif des enfants.

Quelle place accorder au numérique pour qu'il procure ses effets positifs sans altérer les liens familiaux et le développement de l'enfant ?

Comment permettre aux parents de mieux maîtriser l'utilisation du numérique au sein de la famille ?

¹ Fondation pour l'Enfance, *Etude Enfance et numérique*, Juillet 2018

Les interactions parents-enfants

" Un enfant seul ça n'existe pas²"

Une interaction est une **connexion entre au moins deux personnes**. Pour qu'il y ait interaction, il est fondamental que toutes les personnes impliquées soient **entièrement disponibles**.

Les interactions parents-enfants doivent se faire **dès la naissance**, car l'attention portée au bébé dès son plus jeune âge attise sa motivation et sa curiosité. Ces interactions précoces sont le **fondement de son développement cognitif et social** (apprentissage du langage et de la motricité, capacité de concentration, relations sociales, émotions, intelligence cognitive et socio-émotionnelle, etc.).

Les adultes qui composent l'environnement social du tout-petit jouent un **rôle essentiel** pour accompagner le développement et ce, bien au-delà de la petite enfance³. Sans l'adulte présent au quotidien pour envelopper son activité, pour l'accompagner, pour décoder et comprendre le monde qui l'entoure, le jeune enfant se trouve livré à lui-même. L'environnement dans lequel il évolue n'est pas toujours adapté, et il doit faire face quotidiennement à des situations nouvelles. Il y parviendra parfois, mais aura souvent besoin d'autrui car le monde prend sens grâce à cette activité partagée, au travers de laquelle le jeune enfant se dépasse, se développe et grandit.

² Donald Winnicott, *La capacité d'être seul*, Petite Bibliothèque, Payot-Rivages (Paris), 112 pages

³ Dans certains troubles du neuro-développement, et malgré une bonne présence parentale, l'enfant n'a toutefois pas les capacités pour entrer dans la communication ou l'attention conjointe. Ces troubles doivent être détectés très tôt pour mettre en place des accompagnements éducatifs spécifiques.

DE QUOI PARLE-T-ON ?

Les deux dernières décennies ont été marquées par une véritable irruption du numérique dans la vie quotidienne des familles, et ce à tous les âges de la vie. Dès leur naissance, les enfants sont exposés de manière constante aux écrans et à un flot ininterrompu de connexions et de communications. En effet, une étude de 2015⁴ a montré que, du fait des appareils numériques et interactifs nomades, les usages du numérique par les enfants avaient explosé. En effet, en 2015, les enfants de 0 à 3 ans passaient entre 30 minutes et 1 heure par jour devant les écrans et les enfants de 3 à 17 ans y passaient en moyenne 3 heures par jour⁵. Ce phénomène a radicalement transformé les activités des enfants, qu'elles relèvent des loisirs ou de l'éducation, modifiant ainsi leur développement cognitif et social.

Le numérique peut avoir de véritables **impacts positifs sur le développement et l'éducation des enfants**, à condition qu'il les rende actifs et que son utilisation soit modérée et encadrée⁶. Dans ces cas-là, il peut améliorer l'acquisition de connaissances théoriques et pratiques, permettant ainsi une meilleure appréhension de la scolarité. Par ailleurs, certains dispositifs numériques comme les plateformes d'informations aident à la construction de la pensée des adolescents. Enfin, les écrans peuvent être un vecteur d'insertion sociale et permettre aux jeunes, et en particulier aux adolescents, d'être moins isolés.

Néanmoins, lorsqu'ils sont utilisés de manière excessive, inappropriée et non-accompagnée, **les écrans s'interposent dans les interactions parents-**

⁴ Etude Le Heuzey et Turberg-Romain (2015)

⁵ Etudes ANSES et SFP, 2017

⁶ Haut Conseil de la Santé Publique, *Analyse des données scientifiques : effets de l'exposition des enfants et des jeunes aux écrans*, Janvier 2020.

enfants. Ces interactions sont pourtant fondamentales car elles représentent le socle du développement moteur, psycho-social et émotionnel de l'enfant. Ainsi, une surconsommation des écrans, aussi bien par les enfants que par les parents, entraîne une **dégradation des liens familiaux et porte préjudice au développement cognitif et social et à l'équilibre psychoaffectif de l'enfant.** Les effets peuvent être une diminution de la motricité, un retard dans le langage, une perturbation de l'attention, du lien d'attachement et des repères du monde réel, ou encore une passivité de l'enfant dans l'ensemble de son quotidien.

Les parents ont un rôle fondamental dans l'apprentissage de l'utilisation du numérique, dans la durée d'utilisation et dans le choix des contenus exposés. Pour qu'ils puissent remplir ce rôle et assurer des interactions et des liens familiaux solides, il est essentiel qu'ils soient sensibilisés aux conditions favorables d'utilisation des écrans et qu'ils soient dotés des outils nécessaires pour mettre en œuvre ces conditions.



OU EN SOMMES-NOUS ?

Les résultats des études sur la place du numérique au sein des familles interpellent. En effet, ils révèlent une **consommation excessive des écrans**, tant de la part des enfants que des parents. Une enquête réalisée par la Fondation pour l'Enfance⁷ révèle que les parents utilisent leurs smartphones en moyenne 18 heures par semaine, et que 42% des enfants de moins de 5 ans utilisent un écran numérique mobile au moins une fois par semaine. Par ailleurs, bien souvent la consommation d'écrans par les enfants n'est **pas encadrée**. Ainsi, l'utilisation du numérique perd ses potentiels effets positifs.

Cette consommation excessive et inappropriée des écrans découle en partie d'un **manque de repères des parents face au numérique**. En effet, nombreux sont les parents qui se retrouvent désorientés face à des préconisations multiples, alarmistes, et parfois inopérantes. A contrario, les parents ne sont pas assez sensibilisés à l'importance des interactions parents-enfants, ni aux risques qu'une utilisation excessive et inappropriée des écrans par l'ensemble de la famille peut poser sur le développement cognitif, social et psychoaffectif de l'enfant. De même, les informations transmises aux parents ne leur permettent pas d'évaluer l'influence de leurs comportements sur ceux de leurs enfants. Enfin, pour des parents confrontés à un emploi du temps surchargés, il peut être difficile de poser un cadre, d'autant plus que les écrans sont perçus comme une solution à cette surcharge.

S'il est essentiel de prévenir le mésusage et d'assurer une utilisation raisonnée des écrans, il serait inutile et contreproductif de les diaboliser et d'en empêcher l'usage. Pour garantir un rôle positif tout en évitant les effets néfastes sur les interactions parents-enfants et les liens familiaux, il est primordial d'aborder une **nouvelle approche du numérique**.

⁷ Fondation pour l'Enfance, *Etude Enfance et numérique*, Juillet 2018

Tout d'abord, il est nécessaire de **sensibiliser les familles** (parents, enfants, adolescents) aux impacts des écrans sur le développement de l'enfant.

La **création d'une nouvelle dynamique autour du numérique au sein des familles** est également fondamentale : favoriser l'échange familial autour du numérique et accompagner les enfants dans l'utilisation des écrans pour permettre des interactions et les protéger des contenus inadaptés. Les professionnels de santé⁸ insistent également sur la nécessité de réduire le temps devant les écrans et de « sanctuariser des moments sans connexions » durant lesquels les enfants s'investissent dans d'autres activités nécessaires à leur développement cognitif et social, en solo, en famille ou entre amis (activité sportive et/ou artistique, lectures etc.).

Par ailleurs, il est crucial d'**éviter une exposition passive et prolongée des enfants entre 2 et 12 ans sans la présence d'un adulte**⁹. Il convient plutôt de favoriser une utilisation ludique, pédagogique et accompagnée du numérique. La mise en place de ces nouvelles pratiques au sein des familles doit être guidée par des professionnels. Ainsi, il est nécessaire d'inclure la question du numérique dans les dispositifs de **soutien à la parentalité**¹⁰.

Enfin, et dans la suite des préconisations faites par un rapport remis au Sénat en 2018¹¹, la Fondation pour l'Enfance travaille à l'élaboration d'une **Charte visant à améliorer l'encadrement éthique et juridique des pratiques des entreprises du numérique à destination des jeunes enfants**. L'objectif de cette charte est de définir des préconisations réalisables pour les entreprises tout en étant compréhensibles et accessibles pour tous les parents.

⁸ Académie des Sciences, *L'enfant et les écrans*, 2013 ; Groupe de Pédiatrie Générale, *L'enfant et les écrans : les recommandations du Groupe de pédiatrie générale à destination des pédiatres et des familles*, 2018 ; Rapport du Haut Conseil de la Santé Publique de Janvier 2020.

⁹ Rapport de l'Académie des Sciences de 2013.

¹⁰ Recommandations du Groupe de pédiatrie de 2018

¹¹ Rapport d'information n°607 (2017-2018) de Mme Catherine Morin-Desailly, « Prendre en main notre destin numérique : l'urgence de la formation »

ENGAGEMENTS DE LA FONDATION POUR L'ENFANCE

Le 5 novembre 2018, la Fondation pour l'Enfance organisait un colloque national intitulé « *Numérique des tout-petits : au-delà des polémiques, des repères indispensables pour accompagner les familles et les professionnel.le.s.* ». Ce colloque a permis de confronter les politiques et les professionnels de l'enfance à des sujets encore trop peu abordés jusque-là, tels que les fondamentaux du développement de l'enfant, les droits de l'enfant dans la sphère numérique, ou encore l'accompagnement des parents dans le choix et l'utilisation du numérique.

Depuis, la Fondation pour l'Enfance poursuit son engagement pour permettre aux familles de préserver des interactions et des liens familiaux forts, grâce à une meilleure maîtrise du numérique.

La Fondation pour l'Enfance apporte un **soutien financier à l'association Les Chevaliers du Web** qui intervient en école et collège pour mettre en place le défi « 10 jours sans écrans ». Ce projet collectif, impliquant aussi bien les élèves que leurs parents et leurs enseignants, a pour objectif de sensibiliser sur notre consommation d'écrans, d'encourager les jeunes à pratiquer d'autres activités, en solo ou en groupe, de réintroduire les conversations familiales et de renforcer les liens parents-enfants. Les résultats de ce défi sont plus qu'encourageants. En effet, 88% des enfants déclarent avoir diminué leur consommation d'écrans et avoir augmenté leur temps passé à lire ou à exercer des activités physiques, tandis que 7 parents sur 10 disent avoir passé plus de temps en famille. Par ailleurs, 95% des membres de l'équipe enseignante trouvent le défi utile car il améliore la concentration et permet une meilleure ambiance.

Le confinement a majoritairement renforcé les interactions parents-enfants par l'augmentation du temps partagé au quotidien. Le défi du déconfinement est

désormais de garder ces temps d'échange privilégiés redécouverts, en limitant la place donnée aux écrans. Dans cette optique la Fondation pour l'Enfance et l'AFPA ont lancé en 2020 une **campagne d'affichage** visant à sensibiliser les parents à



l'importance des échanges dans le développement du jeune enfant. Cette campagne a été suivie d'une **table ronde** et d'**ateliers de sensibilisation** menés auprès de parents.

La Fondation pour l'Enfance a rejoint l'AFPA et Mpedia dans la mise en place de ces ateliers de groupe dont les objectifs sont d'expliquer l'importance des interactions dans différentes situations de la vie familiale et d'encourager les parents à relever des défis en famille (éteindre les écrans au moment des repas, lire un livre ou jouer avec les enfants, encourager l'enfant à exercer une activité physique). Les retours sur ces ateliers sont très positifs. En effet, les parents déclarent en retirer des informations claires et simples. Par ailleurs, ces ateliers semblent les aider à se sentir moins seuls, et libres de parler sans jugement.

Dans la même optique de sensibilisation au développement de l'enfant, la Fondation pour l'Enfance a créé le **site internet Digital Baby**, pour permettre aux parents de comprendre les étapes de développement des tout-petits et de savoir quand et comment utiliser les écrans avec eux.

PRECONISATION 1 – Fixer des objectifs motivants

Diffuser des recommandations officielles, claire et non culpabilisantes sur les usages numériques des tout-petits pour les parents et les professionnel.le.s de la petite enfance.

PRECONISATION 2 – Faire des enfants les acteurs du changement

L'usage du numérique doit être limité, raisonné et redevenir un outil pédagogique.



PRECONISATION 3 – Associer parents, enfants et enseignants dans l'usage et l'apprentissage du numérique

Multiplier les initiatives innovantes et former les professionnels de l'Education Nationale.

PRECONISATION 4 – Charte du numérique

Création et diffusion de recommandations de bonne conduite pour les fabricants et éditeurs d'applications ou objets numériques.



Publié par la Fondation pour l'Enfance

Reconnue d'utilité publique, la Fondation pour l'Enfance identifie et accompagne les initiatives des acteurs de l'Enfance en faveur du renforcement de liens de qualité, durables et féconds.



Contacts : contact@fondation-enfance.org et clemence.lisembard@fondation-enfance.org

Rendez-vous sur [notre site internet](#) et sur les réseaux sociaux