



« Place des écrans dans les Lieux d'Accueil Enfants Parents »

« Écrans éteints, Lien parent/enfant préservé : pour une connexion continue ! »

Compte rendu de la journée du vendredi 27 septembre au LAEP du Centre Social de la Vierge à Epinal

Première partie :

Intervention de Mareva Signoret, thérapeute et ancienne infirmière puéricultrice, spécialisée dans le développement de l'enfant et les interactions précoces parent/enfant. Forte d'une expérience en Protection Maternelle et Infantile (PMI) et en Centre Médico-Psycho- Pédagogique (CMPP), elle met en avant l'importance des premiers liens familiaux. Aujourd'hui, elle accompagne les parents dans leur parcours éducatif, en soulignant le rôle essentiel de la présence parentale dans un monde numérique en constante évolution :

Introduction

Il existe en moyenne 5,6 écrans en moyenne par foyer : ce qui comporte les téléviseurs, tablettes, ordinateurs, téléphones.

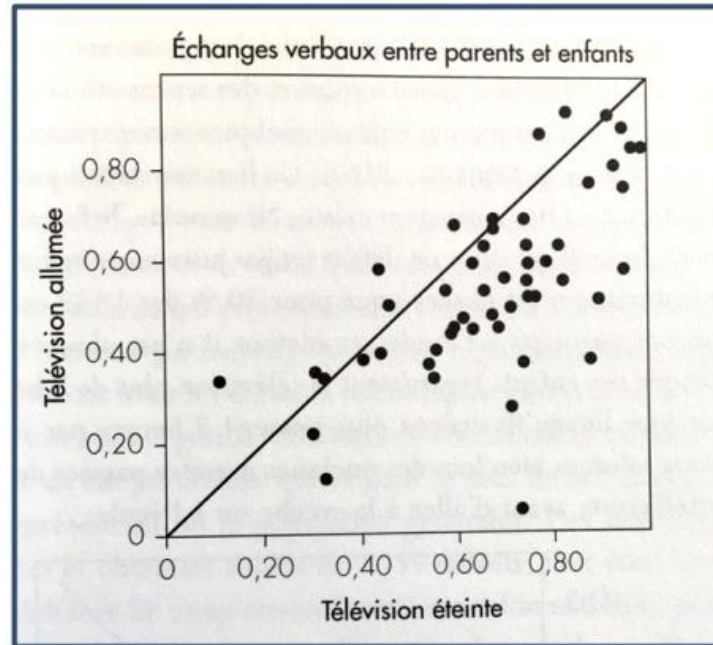
Selon Bowlby, « *l'instinct qui conduit un bébé à rechercher sa mère n'est pas celui de l'alimentation mais bien plutôt un **instinct de protection**, satisfaisant un **besoin de sécurité** à travers **la relation à autrui**, et notamment sa figure d'attachement* ». Les comportements numériques impactent les liens d'attachement entre parents et enfants

Les 3 piliers de la relation sont :

1. La stabilité
2. La fréquence
3. La qualité des interactions

1. On parle de la stabilité dans les soins que l'enfant va recevoir durant les premières années de sa vie. Ces soins s'adaptent aux besoins de l'enfant : les parents repèrent les signaux émis par l'enfant pour donner une réponse adaptée. Si les parents sont à ce moment-là sur les écrans, ils vont moins vite repérer le sens des cris de l'enfant, puis, vont répondre de façon différée Ou ne pas répondre. Ceci a des impacts sur le développement émotionnel de l'enfant. L'enfant peut se demander « suis-je moins important que ce téléphone ? Pour s'adapter à cette situation, l'enfant surjoue parfois ses demandes pour activer la réponse des parents : il va pleurer plus souvent ou crier, avoir des expressions d'affects négatifs au moment de l'interruption de la relation.... Ce qui aura des conséquences sur la qualité de la relation.

2. La fréquence : l'enfant, dont le parent est occupé sur son écran va percevoir la discontinuité de la relation : c'est comme s'il avait un parent « en pointillé ».



3. La qualité des interactions : si le parent est sur un écran, les interactions seront plus brèves.



Par exemple, sur un temps de nourrissage du bébé, la relation est **discontinue** et l'intérêt du parent **n'est plus dirigé** vers son enfant. Il faut rappeler que l'enfant a davantage besoin de nourriture psychique que physique

Winnicott parle de trois concepts :

- Le holding : La manière de **porter physiquement** et **psychiquement** le bébé : Quand une mère tient son bébé, elle le tient avec une main et le caresse de l'autre, le portable empêche cette seconde main d'agir ce qui rend le portage moins sécurisant et contenant pour l'enfant.
- Le handling : La manière d'être **pleinement** en contact avec le bébé notamment dans **les soins de maternage**
- Object presenting : La manière dont le parent introduit le **monde extérieur** à l'enfant.

Winnicott : «*Si vous voulez décrire un bébé vous vous apercevrez que vous décrivez « un bébé et quelqu'un d'autre ». Un bébé ne peut pas exister tout seul, il fait essentiellement partie d'une relation* ». La mère est le premier miroir de l'enfant, il se voit dans son regard. Le regard de la mère est connecté à l'expression de l'enfant.

Avec l'écran, le regard de la mère est connecté aux émotions que suscite son échange avec l'extérieur, elle réagit aux stimulations d'un extérieur auquel l'enfant n'a pas accès. Si elle décroche son regard, l'enfant va d'abord chercher

dans son environnement un autre moyen d'obtenir quelque chose de lui-même et pourra ensuite se mettre à pleurer s'il ne trouve pas (cf vidéo).

La Technoférence parentale : Brandon T. Mc Daniel, chercheur en Psychologie familiale (2012) : elle correspond : « aux moments où les appareils technologiques s'immiscent, interrompent et/ou entravent la communication et les interactions en couple ou en famille dans la vie quotidienne ». Décrite tout d'abord au sein de la relation de couple elle s'étend aujourd'hui au sein de la relation parent-enfant. Les attitudes parentales empruntées :

- Demander à son enfant d'attendre pendant qu'on termine d'envoyer un message...
- Utiliser son téléphone lorsqu'on accompagne son enfant au parc, être absent durant les moments de jeu...
- Regarder son téléphone dans les transports en commun, face à son enfant qui réclame notre attention...

Les personnes ont des difficultés à compartimenter et à créer une frontière entre l'image numérique et les activités quotidiennes, d'autant que le numérique fait perdre la notion de temps. L'entourage assiste à un paradoxe de la « présence absence », : le parent est là physiquement et absent psychologiquement. Ceci a de réelles conséquences sur la qualité de la relation.



En 2017 : une campagne publicitaire lancée dans plusieurs crèches en Allemagne, rappelle le rôle déterminant du parent dans le développement de son enfant ! Son slogan : « *Avez-vous parlé à votre enfant aujourd'hui ?* »

L' ASSOCIATION 3 6 9 12 + : il s'agit d'un regroupement de praticiens de terrain, de chercheurs et universitaires, qui souhaitent participer à une éducation du public aux écrans et aux outils numériques » avec à sa tête : Serge Tisseron, Psychiatre.

Leur propos :

Avant 3 ans, l'enfant développe les bases de sa socialisation future :

- Le langage
- Les compétences motrices
- Les capacités d'attention et de concentration
- La reconnaissance des mimiques

L'enfant imite les gestes de la tenue du portable avant même d'avoir l'objet entre les mains. Il faut fixer les règles de son utilisation avant qu'il ne tienne l'objet dans ses mains.

Avant 3 ans : Evitez de mettre votre enfant dans une pièce où la télévision est allumée même s'il ne la regarde pas. Quel que soit son âge, évitez de mettre un téléviseur dans



la chambre où il dort ; ne lui donnez pas de tablette ou de smartphone pour le calmer, ni pendant ses repas, ni avant son sommeil ; ne lui faites pas utiliser de casque audio ou d'écouteurs pour le calmer ou l'endormir.

Ne pas laisser un enfant seul devant un écran. L'écran doit :

- être perçu comme un moyen d'interactions et d'échanges avec l'adulte
- Privilégier les jeux créatifs, les activités interactives

L'importance des 1000 premiers jours de l'enfant :

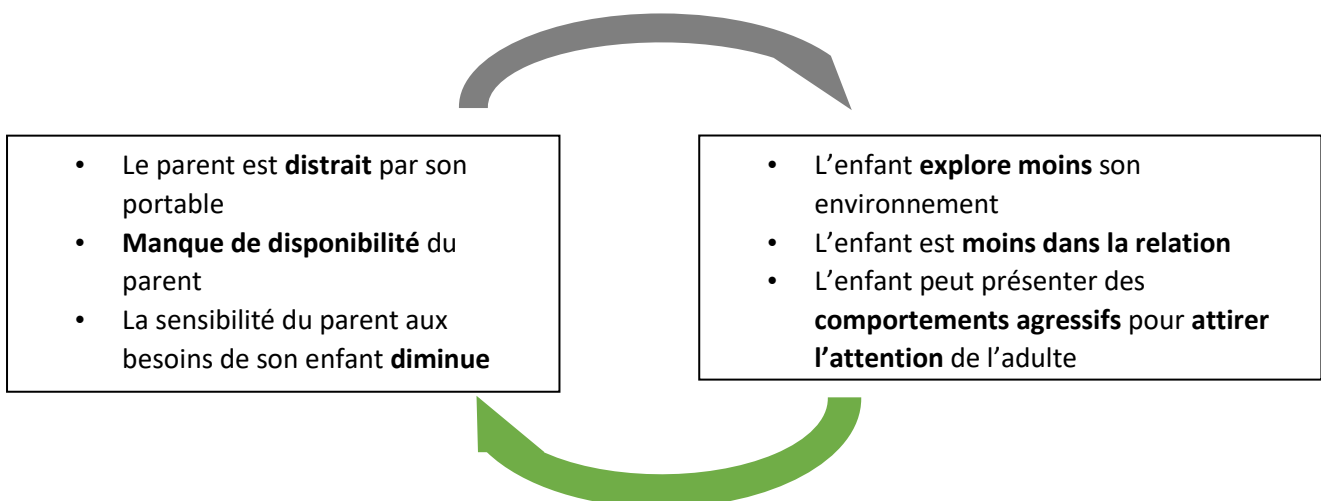
C'est une période qui va du 4^{ème} mois de grossesse aux 2 ans de l'enfant. L'organisme du bébé est particulièrement sensible à son environnement. Cette période est cruciale dans le développement du cerveau de l'enfant : les connexions neuronales augmentent grâce aux interactions que le bébé a avec le monde qui l'entoure et notamment sa/ses figure(s) d'attachement ; Tout ce que le bébé va vivre durant cette période influencera sa santé future.

Le rôle essentiel des professionnels dans l'accompagnement des familles :

- L'information : Comprendre l'importance des **1000 premiers jours** et le rôle déterminant du parent dans le développement de son enfant.
- Comprendre l'importance de **l'environnement** et la notion d'interférence numérique dans le milieu de vie de l'enfant,
- Comprendre l'importance des **interactions précoces** parent/enfant et la nécessité d'une présence parentale continue auprès de son enfant
- L'exemplarité : S'interroger sur **la place des écrans dans les lieux d'accueil** de la petite enfance et leur éventuelle interdiction. Accueillir les parents dans des lieux où l'on peut déposer son outil numérique à l'entrée afin de favoriser la disponibilité psychique de l'adulte, Importance de la prise de conscience du parent face à des professionnels en relation continue avec l'enfant

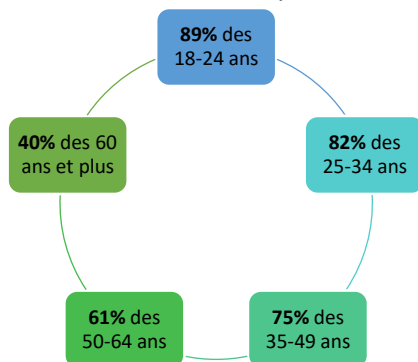
La régulation parentale :

il est plus facile de pointer les difficultés de l'enfant que celles de l'adulte. Les écrans peuvent être parfois un soutien du parent notamment quand il est isolé.



La notion « d'addiction » :

Dans un sondage, 65% des adultes se disaient dépendants de leur smartphone.



Aujourd'hui, on ne parle pas « d'addiction » (qui est un trouble du comportement) mais de « cyberdépendance » qui est un trouble physiologique. La dépendance est un phénomène physiologique qui conduit à consommer de nouveau. La dépendance aux jeux numériques est reconnue.

L'addiction est définie par une dépendance à une substance ou à une activité, terme que l'on utilise couramment lorsque l'on évoque les conduites numériques. Aujourd'hui, aucune étude n'a pu démontrer cette « addiction » au numérique.

Pour le moment seule « l'addiction aux jeux vidéo » est reconnue par l'OMS dans la CIM-11

La cyberdépendance : ou dépendance à Internet est une utilisation récurrente et persistante des multiples applications d'Internet dont l'usage devient une conduite difficilement contrôlable avec pour conséquence, une souffrance cliniquement significative ». Cette utilisation problématique d'internet est engendrée par de multiples facteurs :

- **Facteurs environnementaux :** Isolement, difficultés familiales... Internet est en quelque sorte « un refuge » pour la personne
- **Facteurs individuels :** Traits de personnalité, manque de confiance en soi, besoin de s'évader de son quotidien...
- **Facteurs liés à l'objet d'addiction :** Les trois A : ▪ Accessible ▪ Anonyme ▪ Abordable

Comment accompagner les parents vers ce questionnement ?

Chaque parent vient au monde en même temps que son enfant : l'accès à la parentalité provoque de nombreux bouleversements psychiques. La compréhension de la place des écrans pour les parents s'impose aux professionnels, car. Certains parents ne trouvent pas de soutien auprès de leur entourage. Le monde numérique peut alors être **source de soutien et d'échanges** avec d'autres parents avec la possibilité de **se montrer tel que l'on est**, sans peur du jugement d'autrui.

Le professionnel peut :

- Mettre en évidence les **comportements positifs** de leur enfant dans un contexte **sans écran**,
- Encourager les parents à observer leurs **propres postures** face aux écrans,
- Permettre aux parents de devenir **acteurs** dans leurs changements de comportements numériques,
- Reconnaître les efforts réalisés par les parents, importance du **renforcement positif**,
- Importance de **l'interaction** et de la **communication**, qui sont au centre de toute relation.

La régulation parentale est essentielle pour l'adulte. Elle aidera l'enfant à développer des habitudes numériques **saines et équilibrées** (par ex : *associer la pratique des écrans à une durée*). Les parents doivent pouvoir **se questionner** sur la place qu'occupent les écrans dans leurs familles :

D'un point de vue **physique** et d'un point de vue **organisationnel** :

Combien de temps par jour ? dans quelle pièce ?

Pour des raisons personnelles ou professionnelles ?

A quel moment de la journée ?

La **place** qu'occupe les écrans dans les interactions parent/enfant doit être **mieux questionnée**. L'exposition numérique des parents est **tout aussi problématique** que celle des enfants

*La régulation parentale n'est possible et durable que si l'on traite le **fond du problème***

Ce qu'il faut retenir :

Le danger de la consommation des écrans pour les tout petits, l'impact des écrans sur le lien d'attachement, l'importance de l'environnement familial.

Le lien d'attachement parent/enfant est **capital** pour le développement global de l'enfant ! Les conduites numériques des adultes nécessitent d'être **mieux régulées** ! Le parent reste le **premier modèle** de l'enfant ! Chaque professionnel de la petite enfance tient une **place fondamentale** dans la prévention aux écrans !

Bibliographie :

Parents dans un monde d'écrans (2019), Marie-Claude Ducas, journaliste et auteure, Catalina Briceno, professeure à l'École des médias de l'Université du Québec

Le complexe de BIP... Maman, papa, leur smartphone... et moi (2022), Étienne Liebig, éducateur, musicien, anthropologue, écrivain et scénariste français

Seconde partie : travail en groupe

Qu'observe-t-on en LAEP ?

Selon l'implantation des lieux et le public reçu, les LAEP ont un rapport différent aux écrans. Certains lieux voient peu d'écrans, d'autres au contraire, sont envahis (prise de photos des enfants qui jouent, achats en ligne, partage de recettes, échanges vidéo avec un grand parent au loin....) . Dans certains lieux, l'utilisation des traducteurs de langue est nécessaire.

Quand les parents utilisent beaucoup leur écran, les interactions entre eux se raréfient et la surveillance des enfants est insuffisante. Le LAEP est alors en risque d'y perdre ses objectifs et son sens.

Quelques observations rapportées par les professionnels :

- Une maman chante une comptine à son enfant, pendant qu'une autre cherche une autre comptine sur son portable.
- Un père déclare venir au LAEP pour suivre ses mails, ce qu'il ne parvient pas à faire à son domicile quand il garde ses enfants.
- Une maman regarde ses messages alors que son jeune enfant est en danger en équilibre sur une structure du lieu.
- Une maman arrive avec son petit en poussette qui regarde un dessin animé.
- Un enfant se calme pour se laisser habiller quand il tient le portable en main.
- Pour le goûter, une maman attire son enfant vers la table commune avec le portable
- Quand un portable est posé quelque part, il arrive qu'un enfant le prenne
-

Parfois, le téléphone en main rassure le parent, lui donne une contenance face aux autres adultes.



Un lieu a interrogé les parents sur l'utilisation des écrans dans leur structure. 98% d'entre eux disaient que c'était gênant. Ils ont publié sur une affiche les remarques des parents. Ils proposent depuis que les téléphones restent au vestiaire et que les parents s'en servent dans ce lieu réservé.

Quand les lieux restreignent ou interdisent l'utilisation du portable sur place, des parents testent les règles. Des parents interrogent aussi les professionnels qui doivent garder le portable sur eux pour des raisons professionnelles. Les professionnels ne sont pas toujours en capacité de laisser eux-mêmes leur portable.

Certains lieux demandent aux parents de limiter l'utilisation des écrans aux urgences : « le téléphone n'est à utiliser qu'en cas de nécessité ». D'autres imposent des règles plus strictes. Les professionnels peuvent s'appuyer sur cette phrase pour restreindre l'utilisation et l'indiquer aux enfants qui réclament le téléphone. Des parents approuvent ce type de règlement, d'autres participent à l'élaboration de tels règlement.

Alors que dans un LAEP, le règlement ne permet pas l'utilisation des portables durant l'accueil, une maman réclame une pause de 10 mns qui permettrait à chacun de regarder son portable.

Un lieu avait proposé une bassine à portable (idée proposée par les parents) des parents l'ont gardé dans la poche et ont raccourci leur temps de présence.

Dans un lieu, une pièce a été mise à disposition des parents (sorte de cabine téléphonique) pour éviter certaines démonstrations familiales au téléphone. Ainsi, le parent est absent physiquement mais avant de s'y rendre, il prévient son enfant de cette absence (même chose que quand il s'absente pour se rendre aux toilettes). Quand le portable est utilisé dans le lieu commun, le parent est là physiquement mais absent psychiquement ce qui laisse l'enfant en errance.

La question se pose, comme pour toutes les autres règles, de la transgression : que faire ? Le règlement ne peut pas et ne doit pas empêcher les échanges.

L'exemplarité du professionnel fait effet. Les accueillants ont tous un rapport différent aux écrans, ce qui a des effets sur leur tolérance ou acceptation des écrans.

Des accueillants n'ont pas envie d'imposer une règle à ce sujet, comptant sur l'auto régulation des parents. La peur est qu'une règle à ce sujet exclut une partie des usagers qui fréquentent le lieu.

Les échanges révèlent la rapidité avec laquelle le problème est survenu et la lenteur des campagnes d'alerte. La cigarette est devenue interdite dans tous les lieux publics après des années durant laquelle on savait sa dangerosité. Peut-être qu'un jour il en sera de même pour l'utilisation des écrans, notamment chez les petits. Nous sommes devant une problématique de santé mentale dont l'état devra se saisir un jour.

Conclusion

L'utilisation des écrans touche à la sphère privée et personnelle de chacun : professionnels et parents. Chacun de nous est interrogé, dans ce type d'échange, à sa propre utilisation des écrans. Pour certaines personnes, toute leur vie est dans leur écran. Les écrans modifient toutes les interactions sociales et, à ce titre interrogent nos LAEP dont les objectifs touchent ces interactions.