

Enfants et écrans : faut-il proscrire (aussi) le cinéma ?

Par Marion Rousset

Publié le 19 septembre 2026 dans Téléràma

En salles, l'offre très jeune public a explosé. Certaines séances s'adressent même aux bébés. Bonne ou mauvaise idée ? Le point sur un sujet qui déroute les parents, à l'heure où des scientifiques appellent à éviter l'exposition aux écrans avant 6 ans, contre 3 jusqu'ici.

Une interminable file d'attente serpente à l'étage du Forum des images, où se pressent une farandole de familles en ce dimanche de septembre. Aux côtés de parents mal réveillés, des bouts de chou armés de tétines et de doudous patientent, quand soudain une blondinette qui serre fort son poupon se tourne vers sa mère : « J'ai envie de faire pipi... » Ni une ni deux, les voilà qui foncent aux toilettes tandis que les premiers arrivés s'engouffrent dans la salle. « On a un petit rituel. À trois, levez tous les bras bien haut et, vous allez voir, la lumière va s'éteindre toute seule », lance une médiatrice. Le noir se fait sur la forêt de mains qui a poussé de partout. Bouche ouverte, les spectateurs en herbe fixent le grand écran sur lequel défile le générique de Chien bleu et autres belles histoires de l'École des loisirs. Cinq films animés qui inaugurent la saison des CinéKids, un rendez-vous à destination des enfants à partir de 2 ans. Créé en 1998 (sous un autre nom), ce concept fait partie des pionniers d'un genre désormais foisonnant. Le fait est que l'offre très jeune public n'en finit plus de s'étoffer. Elle regorge d'événements comme le festival

Ciné junior, Mon premier festival, Tout-petits cinéma ou encore Little Films festival. À quoi s'ajoutent des ciné-goûters, ciné-concerts et Ciné doudou comme à La Villette – qui propose également, depuis l'an dernier, des séances en plein air pour les familles dans le cadre de son festival estival. « Tout le monde a compris qu'il y avait là un public captif, et s'y est mis à raison ou à tort », glisse Élise Tessarech, directrice artistique au Forum des images. Jusqu'aux groupes privés qui surfent sur la vague avec des concepts tels que MK2 bout'chou et Les pestacles UGC.

De quoi se questionner sur la pertinence de telles séances, conseillées parfois dès 18 mois, à l'heure où les écrans sont dans le collimateur. Et faire resurgir un vieux débat qu'on croyait enterré : le cinéma est-il un écran comme les autres ? « Lors du lancement de notre festival, en février 2008, nous avons été la cible de nombreuses critiques car nous étions parmi les premiers à proposer ce type de séances », rappelle Élise Tessarech. Des critiques qui font écho, cette année-là, à la recommandation du CSA d'éviter le développement de chaînes de télévision spécifiquement conçues pour les moins de 3 ans. Dans la foulée, l'établissement culturel organise une table ronde intitulée « Quelles images sur grand écran pour les tout-petits ? » destinée aux parents et aux professionnels.

L'objectif : distinguer les projections en salle du flux télévisuel. Le Forum plaide alors pour sa chapelle : des séances adaptées (avec l'aide de spécialistes de la petite enfance) favoriseraient un « partage d'émotions » autour d'une « expérience sensible et commune ». Toujours est-il que, vingt ans plus tard, cette expérience est entrée dans les mœurs. « Nous recevons beaucoup moins de messages qu'avant de parents qui souhaitent savoir si tel film

convient vraiment aux très jeunes enfants », assure la directrice artistique du Forum des images.

La pédiatre Sylvie Dieu Osika, membre fondatrice du Collectif surexposition écrans

Sauf que les récentes alertes de cinq sociétés savantes face à la multiplication des écrans et leur impact sur les enfants viennent aujourd'hui rebattre les cartes. Envoyé au gouvernement

en 2025, leur texte intitulé « Les activités sur écrans ne conviennent pas aux enfants de moins de

6 ans : elles altèrent durablement leurs capacités intellectuelles » appelle à proscrire l'exposition aux écrans avant 6 ans – contre 3 auparavant – sans différencier une tablette, un smartphone...

du cinéma. « Il faut se demander ce qu'un contenu cinématographique apporte à un enfant de moins de 6 ans en termes de neurodéveloppement », souligne la neurologue Servane Mouton, à l'initiative de cette tribune, coautrice du rapport « Enfants et écrans. À la recherche du temps perdu », remis à

l'Élysée en 2024. « Pour apprendre, l'être humain s'appuie sur tous ses sens et c'est particulièrement vrai

jusqu'à 6-7 ans. En classe de maternelle, par exemple, les outils pédagogiques mobilisent la vision et les explications orales, mais aussi le toucher, les manipulations, etc. sous les encouragements de l'enseignant, analyse-t-elle. Le cinéma ne répond pas à ce besoin d'exploration multisensorielle et d'interaction, si bien que l'enfant n'en tire pas de bénéfice. »

A fortiori avant 3 ans, puisque les tout-petits présentent ce qu'on appelle un déficit de « transfert

vidéo ». Autrement dit, « ils apprennent moins bien au travers d'un écran que dans la vie réelle, l'hypothèse étant que transposer en 3D ce qu'ils ont vu en 2D leur demande un effort cognitif considérable », précise

celle-ci. Un constat partagé par de nombreux spécialistes : « Avant 3 ans, ce sont les activités qui impliquent tous les sens et notamment le corps qu'il faut privilégier. Le rapport à l'image animée ne peut se concevoir que sur des temps très courts et en usage accompagné, ce qui n'est pas le cas d'une séance de cinéma qui plonge les spectateurs dans l'obscurité sur un temps long », gronde le psychiatre Serge Tisseron. Même son de cloche du côté de la pédiatre Sylvie Dieu Osika, membre fondatrice du Collectif surexposition écrans (CoSE), pour qui « les moins de 4 ans n'ont rien à faire au cinéma, car c'est autant de temps qui devrait être consacré à d'autres activités ». Faut-il en déduire que tous les écrans se valent ? Pas forcément... D'abord parce que le cinéma et ses images projetées n'ont pas d'impact sur le sommeil et la vision, à la différence des écrans à diodes électroluminescentes qui émettent une lumière riche en bleu aux effets délétères. Si ce n'est que La Villette vient de bousculer ce distinguo, en décidant de remplacer l'écran gonflable installé sur la pelouse lors de son festival en plein air par un banal écran LED... Drôle d'idée, à en croire Servane Mouton : « Certes, les effets de la lumière bleue décroissent à mesure que l'écran s'éloigne, mais on ne sait pas précisément quelle est la distance sûre », prévient-elle. Autre argument en faveur du cinéma : on ne peut pas planter son enfant devant le film et partir vaquer à ses propres occupations. « Le parent est forcément assis à côté, il n'a pas la possibilité de s'en aller, ni a priori d'allumer son téléphone. Il regarde le même contenu et peut mettre des mots dessus. C'est un accompagnement actif », admet Sylvie Dieu Osika. « Avec ses contenus choisis, d'une durée limitée, le cinéma est l'écran idéal », clame même le pédiatre Éric Osika, cofondateur du collectif CoSE. Qui pointe toutefois le risque

que cette pratique participe à
alimenter une culture des écrans : « Emmener son enfant au
cinéma peut être un premier pas vers une
utilisation abusive et nomade de ces outils qui fascinent tant
les enfants. Si on était certains que les parents
sont capables de limiter les usages à ce petit moment parfait,
il n'y aurait pas de problème », soupire-t-il.
Que dire alors aux familles pleines de bonne volonté, mais un
tant soit peu perdues, qui oscillent
entre le désir de faire découvrir des œuvres
cinématographiques à leur progéniture et la culpabilité
d'allonger encore leur temps d'écran ? Nadège Roulet,
médiatrice cinéma spécialisée dans
l'accompagnement du très jeune public, se veut rassurante. «
À l'espace "Little Villette" où sont
organisées des séances Ciné doudou, il a fallu faire beaucoup
de pédagogie pour que les parents comprennent
que le cinéma est une pratique culturelle fondée sur la notion
de partage, qui n'a rien à voir avec l'exposition
aux écrans domestiques », insiste-t-elle. À condition de faire
en sorte, selon elle, que « la séance de
cinéma se rapproche du spectacle vivant, car les plus petits
ont besoin de manipuler, d'expérimenter, d'être
eux-mêmes acteurs de la séance ». Autant se l'avouer : on ne
sait plus trop à quel saint se vouer. En
attendant, l'attention se relâche au Forum des images où il
reste encore dix minutes à tenir. Ça
piaille, ça tousse, ça chouine, ça gigote... Un père tend un
biberon à son fiston dont l'estomac crie
famine. Quelques-uns s'éclipsent déjà. Il est temps, semble-t-
il, que s'affiche le générique de fin.