

L'addiction des jeunes aux écrans « inquiétante pour toute la société » selon Sabine Duflo interviewée sur radio France bleu le 23 septembre 2026

C'est l'une des priorités que les Français aimeraient fixer au futur chef de l'Etat, concernant nos enfants, selon notre grande consultation « Dites-le ICI » : la lutte contre la sédentarité et l'addiction aux écrans. ICI Orléans en parle avec une psychologue loirétaine spécialiste du sujet.

85% des Loirétains sont [pessimistes quant à l'avenir de nos enfants](#), selon le premier volet de « Dites-le ICI », une série de consultations menées par le réseau des antennes locales de Radio France et France Télévisions pour recueillir vos attentes avant la prochaine élection présidentielle. Le climat, la montée de l'individualisme, la hausse du coût de la vie et les tensions politiques arrivent en haut des sujets de préoccupations sur ce sujet. Et parmi les priorités que les Français fixent au prochain ou à la prochaine Présidente de la République, 44% des répondants inscrivent la lutte contre la sédentarité et l'addiction aux écrans**. Une problématique que connaît bien Sabine Duflo, psychologue à l'EPSM Georges Daumazon de Fleury-les-Aubrais, thérapeute familiale et [fondatrice du Cose, le Collectif surexposition écrans](#). « Je reçois des parents qui viennent parce que leur enfant va mal, a perdu toute envie, tout projet. Les causes peuvent être variées, mais dans la consultation 'addiction ados-écrans', ce qui ressort c'est que les adolescents passent en moyenne 8h30 devant leur téléphone portable » explique la spécialiste. Une

addiction aux écrans qui empêche quasiment toute autre activité, « *pour apprendre des savoirs-être, des savoirs-faire, des savoirs tout court* » souligne la thérapeute. « *La société joue son avenir sur les adolescents, et des ados qui n'arrivent plus à se projeter, à imaginer, à rêver l'avenir, c'est assez inquiétant pour une société.* »

Faire pour les téléphones comme pour l'alcool

Pour lutter contre cette addiction très répandue chez les jeunes, Sabine Duflo reconnaît que l'interdiction des réseaux sociaux aux moins de 15 ans, [projet que le gouvernement français vient de soumettre à Bruxelles](#), serait un « *signe fort* », mais estime qu'il faudrait aller plus loin. « *L'ensemble d'internet est un système de captation de l'utilisateur pour engranger des bénéfices, considérer les enfants, les adolescents comme des consommateurs c'est inquiétant* ». Il faudrait, selon la psychologue, « *interdire l'utilisation de ces objets dont on sait qu'ils produisent de l'addiction dans les lieux voués à l'éducation ou aux soins comme les collèges, lycées, les hôpitaux* ». « *On a fait ça pour l'alcool avec de très bons résultats et on doit le faire évidemment pour les téléphones portables* ».

[A ECOUTER](#)